

*Arnfried Reis*

# DAS ELEMENT METALL – DER FUNKTIONSKREIS DICKDARM – DA CHANG

The Element Metal – Functional Circle of the Colon – Da Chang

## Zusammenfassung

Erkrankungen des Dickdarms mit vielen unterschiedlichsten Symptomen spielen heutzutage besonders in den westlichen „modernen“ Gesellschaften eine zunehmend bedeutsame Rolle. Die TCM kann hier erprobte und bewährte Erklärungen und Therapien anbieten. Schädigende bioklimatische Faktoren und vorwiegend negative Auswirkungen des modernen Lifestyle wie falsches Ernährungsmanagement (zu viel energetisch kalte oder heiße Nahrungs- und Genussmittel, unregelmäßiger Mahlzeitenrhythmus unter Stress und Zeitdruck) sowie die in der Gesellschaft vielfach zunehmenden emotionalen Belastungen, führen nicht selten zu Störungen der verschiedenen, an der Verdauung beteiligten Funktionskreise und besonders auch des Darmes. So können Entzündungen, Diarrhö, Obstipation, Reizdarmsymptomatik, aber auch Unverträglichkeiten, Abwehrschwäche, Neoplasien und Anderes entstehen. Bedeutung, Funktion und Pathophysiologie des Dickdarm-Funktionskreises, der Meridian des Dickdarms und die wichtigsten Disharmonien und therapeutischen Möglichkeiten mit Akupunktur werden beschrieben.

## Schlüsselwörter

Element Metall, Funktionskreis Dickdarm, Wandlungsphasen-Störungen, äußere und innere pathogene Erkrankungsfaktoren, falsche Ernährungsweise, TCM-Syndrome, Diarrhö, Obstipation, Reizdarmsyndrom, Dickdarmmeridian, Akupunktur

## Summary

Disorders of the colon with multiple symptoms are playing an increasingly important role in modern western societies. TCM can offer approved theories and treatments. Pathogenic climatic factors and false nutritional management or psychoemotional causes can lead to disharmonies and disorders of the functional circles responsible for digestion. In this way diseases as well as inflammations, diarrhea, constipation, irritable bowel syndrome, food intolerance, reduced immunity to infections, tumorigenesis and else can develop. Important functions and pathophysiology of the large intestine, the large intestine meridian, disorders and the acupuncture treatment are described.

## Keywords

metal element, large intestine functional circle, external and internal pathogenic factors, impairments in The Five Elements Circle, false nutritional management, psychoemotional factors large intestine syndromes, diarrhea, constipation, irritable bowel syndrom, the meridian of the large intestine, acupuncture treatment

**D**er Dickdarm, Da Chang, der Yang-Aspekt im Funktionskreis der Wandlungsphase Metall in der TCM ist das mit dem Zang-(Speicher-)Organ Lunge gekoppelte Fu-(Hohl-)Organ.

Seine Hauptfunktion wird primär in der Rückresorption von Flüssigkeiten sowie Bildung und Ausscheidung des Stuhles gesehen.

Während sich die heutige westliche Medizin überwiegend der Diagnostik und Klärung bzw. Therapie der unmittelbaren Symptome und Beschwerden (wie funktionellen Störungen, beispielsweise chronischer Obstipation oder Diarrhö), Entzündungen und Neoplasien, zunehmend aber auch psychosomatischen Zusammenhängen widmet, hat die Chinesische Medizin mit der ganzheitlichen Betrachtungsweise der TCM, chinesischen Diätetik, Kräutermedizin und Akupunktur seit alters her zu den Funktionen und den daraus resultierenden Störungen und Erkrankungen des Dickdarms, vor allem auch im engen Zusammenhang zu den übrigen Funktionskreisen, bemerkenswerte bewährte Theorien aufzuweisen.

Insbesondere zeigt sich dabei, dass die Pathologien des Dickdarms bzw. seiner Funktionen nie isoliert betrachtet werden können, sondern letztendlich stets ursächlich vorhandenen Störungen in den Wandlungsphasen Erde (Milz/Magen) bzw. Holz (Leber/Galle), Wasser (Niere/Blase), aber auch Feuer (Herz/Dünndarm), zuzuschreiben sind [8].

**Die Aspekte des Dickdarms** stellen sich wie folgt dar:

- Der Dickdarm ist der Yang-Aspekt im Funktionskreis Lunge.
- Der Dickdarm übernimmt die Nahrungsreste und („trübe“) Flüssigkeiten vom Dünndarm.
- Der Dickdarm transformiert die Nahrungsreste.
- Der Dickdarm transformiert und resorbiert daraus überschüssige Flüssigkeit, klärt sie erneut.
- Der Dickdarm ist indirekt an der Weiqi-Produktion beteiligt.
- Der Dickdarm bildet aus den verbleibenden Resten die Fäzes.
- Der Dickdarm scheidet über seine absenkende Transportfunktion die Fäzes aus.
- Der Dickdarm korreliert über die Yang-Ming-Achse mit dem Magen.
- Emotionale Belastungen schwächen den Dickdarm.

### Weitere Funktionen und Aspekte des Dickdarms

Der Dickdarm beherbergt die für die wissenschaftliche Medizin zunehmend bedeutsame Mikrobiota. Er ist an der

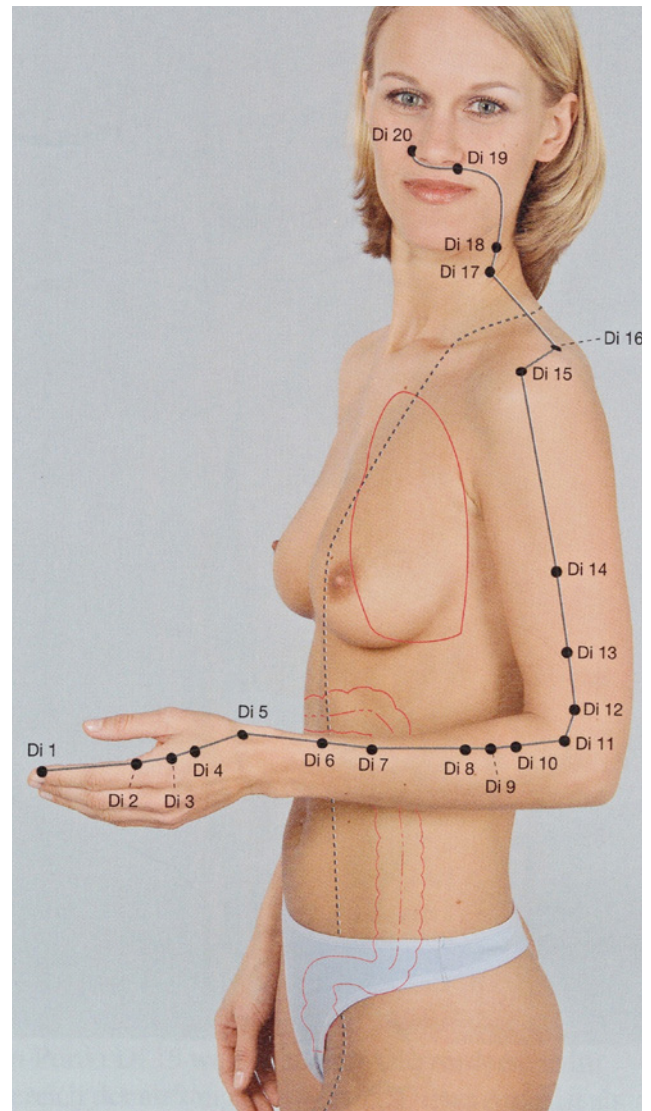


Abb. 1: Der Dickdarm-Meridian (aus [1]).

Produktion von Vitamin K beteiligt und kann Vorstufen für bestimmte Vitamine zur Verfügung stellen. Der Dickdarm kann Mineralstoffe wie Kalium und Magnesium, aber auch Schwermetalle (Quecksilber) und auch Phosphor ausscheiden. Er hat eine Entgiftungsfunktion, indem Reste „trüber Substanzen“ durch die Darmbakterien abgebaut und Fäulnisgifte wie Indol, Skatol und auch Gärungsprodukte, (Alkohole) und andere schädliche Stoffe absorbiert und der Leber zur weiteren Entgiftung, Abbau und Ausscheidung zugeführt werden [10].

Wie in allen übrigen Funktionskreisen muss auch zwischen Lunge und Dickdarm ein Gleichgewicht des Yinqi und Yangqi gewährleistet sein, damit gemeinsame Körperfunktionen ordnungsgemäß ablaufen können.

Ist das Lungen-Yangqi zu schwach, kann es den Dickdarm bei der Defäkation nicht ausreichend unterstützen,

und es kommt gegebenenfalls zu einer Schwäche des Dickdarm-Yangqi und atonischer Obstipation. Auch kann eine Schwäche des Dickdarm-Yangqi zu Stagnation von Nahrungsresten bzw. Stuhl im Darm führen und die Peristaltik blockieren, aber auch umgekehrt den harmonischen Qi-Fluss im oberen Erwärmer und der Lunge beeinträchtigen, und so zu Dyspnoe führen.

Zusammen mit dem Magen-Meridian bildet der Meridian des Dickdarms (Abb. 1) die Yang-Ming-Achse – aufgenommene Nahrung wird durch den Magen erwärmt und vorfermentiert. Das Milz-Yangqi kann dann daraus die „klaren“ Nahrungssensenzen extrahieren und sie als Guqi der Lunge im oberen Erwärmer zuleiten, die es als Nährqi (Yingqi) in den Leitbahnen und Luo-Gefäßen und als Abwehrqi (Weiqi) im Cauli über den Dreifach-Erwärmer im ganzen Körper verteilt.

Störungen der Resorption von überschüssiger Flüssigkeit bei der Transformation von Nahrungsresten, die vom Dünndarm dem Dickdarm zugeleitet werden, führen bei mangelnder Reabsorption von noch verwertbaren Flüssigkeiten im Dickdarm auch zu Störungen bei der Produktion des Weiqi in der Lunge, da diese, soweit noch verwertbar, reabsorbierten Flüssigkeitsreste aus dem unteren Erwärmer mittels der Nierenfunktion wieder der Lunge im oberen Erwärmer für die Weiqi-Produktion zugeleitet werden. Die verbleibenden trüben Nahrungsreste bzw. Säfte werden vom Dickdarm weitertransportiert und dort erneut transformiert, eingedickt und zu Stuhl geformt.

## Ursachen von Dickdarmpathologien

Eine besonders häufige akute Ursache für Darmstörungen (Kinder!) sind äußere Kälteeinflüsse. Aber auch chronifizierte Störungen entstehen durch überwiegende oder lange Kälteexposition, dann meist auch mit Kälte oder zusammen mit Feuchtigkeit bevorzugt in den unteren Körperpartien, was sich dann oft zu einem Kälte- oder Kälte- und Feuchtigkeitsbefall auch der Milz weiterentwickeln kann, abgesehen von einer möglichen Schädigung des Nieren-Yangqi durch chronische Kälte, was dann ebenfalls meist eine Milz-Yangqi-Schädigung zur Folge hat.

Grundsätzlich sind es auch falsche Ernährungsgewohnheiten wie stets unregelmäßige Essenszeiten, und Fehlernährung, besonders zu viel Kaltes und Rohes bei nicht gekochter oder gegarter Nahrung, die zu innerer Kälte führen. Aber auch zu viel Heißes, Fettiges, Gebratenes oder Gegrilltes und übermäßiger Genuss energetisch heißer, alkoholischer Getränke können Auslöser für Erkrankungen des Intestinums (in der TCM gleichbedeutend für „Dünn-

darm plus Dickdarm“) sein, wodurch dann ebenfalls innere Feuchtigkeit und besonders feuchte Hitze entstehen können, als Auslöser von Dickdarmstörungen mit chronisch weichen bis flüssigen „Nässe-Hitze“-Stühlen.

Indirekt führen auch der Angriff des Leber-Yangqi bei Leber-Yangqi-Stagnation auf die Milz ebenfalls zu Milz-Yangqi-Schwäche und Störung der Transformationskraft der Milz und mit Akkumulation von Nässe-Hitze und auch Schleim.

Psychische Probleme haben häufig Auswirkungen auf die Darmfunktion. Chronische emotionale Belastung wie Traurigkeit und Sorge können auch eine Schwächung des Yangqi der Lunge, aber damit auch beim Yang-Partner Dickdarm verursachen, insbesondere bei nicht bewältigten, nicht verarbeiteten Verlusten nahestehender Menschen oder Liebesentzug, ebenso aber auch das permanente sorgenvolle Überdenken von chronischen Belastungen, das Nicht-Loslassen können („Grübeln“) von den Problemen. Gerade dieses „Festhalten wollen“ am Vergangenen und Nicht-Loslassen können kann sich auf der psychosomatischen Ebene in einer chronischen (spastischen) Obstipation widerspiegeln, andererseits aber sich auch als typisches Yangqi-Schwäche-Syndrom mit wechselndem Stuhlverhalten, Blähungen und rezidivierenden abdominellen Spasmen, unter anderem beim Reizdarmsyndrom, auswirken. Es ist hier auch auf den in der Wissenschaft längst nachgewiesenen engen Zusammenhang zwischen Gehirn und Darm über die sogenannte Darm-Hirn-Achse hinzuweisen so wie auch die überwiegende Produktion des als sogenanntes „Glückshormon“ bekannten Botenstoffs Serotonin in den serotonergen Zellen nicht des Gehirns, sondern in der Darmwand.

Auch Zorn und Ärger, besonders bei Stress im Rahmen einer begleitenden Leber-Yangqi-Stagnation, können sich neben negativen Auswirkungen auf die Magenfunktion besonders auch auf den Dickdarm auswirken. Die Pathologien des Dickdarms und seiner Funktionsstörungen führen im Wesentlichen zu Störungen der Qualität und Quantität der Stuhlbeschaffenheit und Störungen der Stuhlentleerung [3].

Verminderte Flüssigkeitsresorption kann entweder zu „halbflüssigen“ (weichen) Stühlen, oder „dünnflüssigen Durchfällen“, aber auch „Schleimstühlen“ führen.

Erhöhter Flüssigkeitsverbrauch des Körpers führt meist zu „klebrigen“ Stühlen oder Stuhlverhärtung, aber auch „schafkotartigen“ Stühlen und Obstipation. Stagnation des Milz-Yangqi kann zu Hitze und blutigen Stühlen führen.

Neben in den Dickdarm eingedrungenen äußeren pathogenen Faktoren, wie Kälte oder Hitze, Fehlernährung,

Störungen in anderen Funktionskreisen (vorwiegend Milz/Magen, Leber und Niere) oder auch psychischen Faktoren dürfen dabei die heute zunehmend an Bedeutung gewinnenden Störungen der Mikrobiota des Dickdarms als mögliche Mitverursacher beziehungsweise Folgen verschiedener Darminfektionen, insbesondere nach Antibiotikatherapien, nicht übersehen werden.

## Symptomatologie der Dickdarmlstörungen

Störungen der Enddarmfunktion wie chronische Obstipation und Diarrhö können zusammen mit weiteren abdominalen Symptomen wie Appetitlosigkeit, Schmerzen, Tenesmen, vermehrten Darmgeräuschen (Borborygmen), Übelkeit, Meteorismus, Flatulenz, häufig wechselnden, trockenen oder wässrigen, weichen oder harten Stühlen (je nach Auslöser wenig oder stark riechend), gegebenenfalls auch mit unverdauten Nahrungsresten, neben blutigen Stühlen, Entzündungssymptomen, Divertikulitiden, gut- und bösartigen Dickdarmneoplasien bis hin zu Anal- oder gar Rektumprolaps auftreten.

So sind die häufigsten Krankheitsbilder neben abdominalen und anderen Symptomen vorwiegend mit Durchfällen oder Obstipation und Entzündungen einhergehenden Erkrankungen.

## Disharmoniesyndrome des Dickdarms (Tab. 1)

Tab. 1: Wichtige Dickdarmdisharmonien [nach 5,7,9]	
Fülle-Syndrome	Leere-Syndrome
Kälteinvasion des Dickdarms	Dickdarmkälte
Feuchte Hitze im Dickdarm	Trockenheit des Dickdarms
Hitze im Dickdarm	Dickdarmkollaps
Hitze-Blockade des Dickdarms	
Yangqi-Stagnation des Dickdarms	

### Fülle-Syndrome

#### Akuter Kältebefall des Dickdarms

Es handelt sich um ein „Fülle-Kälte-Syndrom“. Äußere Kälte – Unterleibsverköhlung, nasse Badekleidung, Verköhlung bei kaltem Klima (Kinder!) kalte Getränke, zu viel Tiefkühlkost oder unverträgliche kalte Nahrung – schädigt akut den Dickdarm (oft schon bei vorbestehender Yangqi-Schwäche). So kann akuter Unter- und Mittelbauchschmerz auftreten mit resultierenden Bauchkrämpfen, Diarrhö, allgemeinem Kältegefühl und weiß belegter Zunge.

Auch primär kann die akute Kälte zu einer Milz-Yangqi-Schwäche führen. Umwandlung und Transport der

Nahrung können akut beeinträchtigt sein, Diarrhö mit teilweise unverdauter Nahrungsausscheidung, epigastrischem Schmerz oder Völlegefühl und Magenkrämpfe bei allgemeiner Schwäche können auftreten.

*Therapie:* Eliminieren von Kälte aus dem Dickdarm. Durchfälle und Bauchschmerzen beenden. Wärme zuführen.

#### Feuchte Hitze im Dickdarm

ist neben der Innen-Fülle-Kälte eine besonders häufig auftretende Dickdarmdisharmonie und infolge der chronischen Fehlernährung, hier vorwiegend mit überwiegend energetisch heißer Nahrung, oder auch durch vorbestehende Kälte, die sich langfristig in Feuchtigkeit und dann Nässe-Hitze wandeln kann, bedingt. Aber auch bei anhaltendem emotionalem Stress wie chronischer Besorgtheit oder Ängsten kann es so zu Nässe-Hitze und abdominalen Schmerzen, Diarrhöen, Schleimstühlen, auch mit Blutbeimengungen, kommen.

*Therapie:* Feuchtigkeit und Hitze beseitigen. Diarrhö beenden.

#### Hitze des Dickdarms

Durch anhaltende Ernährung mit energetisch heißer Nahrung (rotes Fleisch, energetisch heiße Getränke) können chronische Magen-Hitze und Hitze im Dickdarm entstehen mit trockenen, harten Stühlen, analem Brennschmerz und Obstipation, konzentriertem Urin und gelbem Zungenbelag. Es kommt zu einem Flüssigkeitsmangel und Trockenheit.

*Therapie:* Dickdarm-Hitze (ggf. auch Magen-Hitze) eliminieren. Körperflüssigkeiten stärken. Trockenheit befeuchten. Defäkation fördern.

#### Hitze blockiert den Dickdarm

Im Verlauf fieberhafter Erkrankungen kann es, durch äußere Wind-Hitze, auch Wind-Kälte verursacht, zu Hitzeentwicklung kommen („Innen-Hitze-Fülle-Syndrom“ mit Hitze-Blockade des Dickdarms). Neben Obstipation, abdominalen Schmerzen, abdominellem Spannungsgefühl und analem Brennschmerz ist diagnostisch hinweisend gegenüber „Hitze im Dickdarm“ das hier immer gleichzeitig vorhandene Fieber. Daneben können Durst, Übelkeit, Erbrechen, ggf. Benommenheit, Unruhe, ggf. Fieberdelir (z.B. bei Kindern!) auftreten sowie rote Zunge, Belag gelb, dick, Puls voll, schnell. Es handelt sich um ein Yang-Ming-Muster (6-Schichten-Modell [7]).

*Therapie:* Fieber senken. Kühlende Maßnahmen. Dickdarm-Hitze eliminieren. Stuhlgang fördern Körperflüssigkeiten stärken.

*Qi-Stagnation im Dickdarm*

Nicht selten treten schafkotartige Stühle, verzögerte Stuhlentleerung, Obstipation im Rahmen einer Stagnation des Dickdarmqi, das die Entleerung des Dickdarms blockiert, auf.

Ursache dieser Stagnation können neben schädigenden Essgewohnheiten besonders Eile und Hektik, aber auch chronischer Ärger und emotionale Anspannung sein, also einerseits Auswirkungen einer Leber-Yangqi-Stagnation mit Übergriff auf das Dickdarm-Qi oder auch Stagnation des Lungen-Qi infolge emotionaler Störungen wie Trauer und Problemen des emotionalen „Loslassens“ [8].

Gerade auch durch die Leber-Qi-Stagnation, mit erhöhter Reizbarkeit bei anhaltendem Ärger und Groll, mit Übergriff auf die Mitte bzw. Milz und den Darm, was zu längerer Verweildauer und verzögerter Defäkationshäufigkeit und Obstipation führen kann. Aber auch eine Fülle-Hitze-Disharmonie (Leber-Feuer führt zu Magen-Feuer) mit blockierender Hitze im Darm führt gegebenenfalls über die Schädigung der Körperflüssigkeiten und erhöhter Stuhltrockenheit zu Stuhlentleerungsstörungen und Obstipation. Umgekehrt ist zu berücksichtigen, dass es durch die mögliche Schädigung des Milz-Yangqi, bei stagnierendem Leber-Yangqi, zur Entwicklung einer Milz-Yangqi-Schwäche und in der Folge dann zu Nässeretention und Feuchtigkeitsentwicklung mit daraus folgender Dysenterie und Diarrhö kommen kann.

*Therapie:* Dickdarm Yangqi fördern und bewegen. Stuhlentleerung fördern. Stagnationsursachen beseitigen.

**Leere-Syndrome***Dickdarm-Kälte*

Weiche Stühle oder Diarrhöen, abdominelle Tenesmen, dumpfer Bauchschmerz, laute Darmgeräusche, Kälte der Extremitäten kennzeichnen das Krankheitsbild. Die Kälte rührt von überwiegend energetisch kalter Ernährung (viel Kaltes, Rohes, Ungekochtes, kalte Getränke), aber auch lange dauernde Kälteexposition her. Es handelt sich vorwiegend um ein chronisches „Innen-Leere-Kälte-Syndrom“ bei Milz-Yangqi Schwäche.

Durch die ungeeignete Ernährung kann es zu Störungen der Verdauungsfunktion mit Beeinträchtigung der Transformation von Nahrung und Flüssigkeiten kommen. Mangels klarer Nahrungssensenzen zur generellen Versorgung des Körpers wird der Qi-Mechanismus, die physiologische Auf- und Abwärtsbewegung des Nähr-Qi, gestört und es entstehen Appetitlosigkeit, Spannungsgefühl im Abdomen und Epigastrium sowie peripherer Yangqi-Man-

gel, der die Extremitäten nicht mehr ausreichend nährt und auch nicht mehr erwärmen kann. Durch mangelnde Flüssigkeitstransformation bleibt überschüssiges Wasser im mittleren Erwärmer, welches dann über den Dickdarm mit weichen Stühlen („Entenkot“ [7]) oder Durchfällen über den Dickdarm ausgeleitet wird.

*Trockenheit im Dickdarm*

Trockenheit und ein Mangel an Körperflüssigkeit bei schädigenden Essgewohnheiten (Hektik, Hast, Stress, unregelmäßige Essenszeiten, abends noch spätes Essen), heißes Klima sowie vorbestehender Magen- und Dickdarm Yinqi-Mangel bei ausgeprägtem Körpersäftemangel mit tendenzieller allgemeiner Trockenheit führen zu Obstipation und trockenem Stuhl. Defäkation erschwert, trockener Hals, Schwindel, magerer „dünnere“ Habitus kennzeichnen hier das Krankheitsbild.

*Therapie:* Körpersäfte, Flüssigkeiten im Dickdarm fördern. Trockenheit beseitigen.

*Dickdarmkollaps*

Analprolaps und chronische Diarrhö mit Schwäche nach der Stuhlentleerung, allgemeiner Erschöpfung, Kältegefühl, besonders der Gliedmaßen werden nach TCM als sogenannte „Dickdarmkollaps“ bei lange bestehender Milzschwäche mit Beeinträchtigung der Haltefunktion des Milz-Yang und Yin-Qi interpretiert: Dazu gehören der Analprolaps, ausgeprägte, prolabierende Hämorrhoiden, oder schlimmstenfalls der Rektumprolaps, wobei besonders auch die Mitbeteiligung des Leber-Yangqi bei einem zum Rektum absteigenden Ast des Leber-Meridians zu beachten ist [1].

*Therapie:* Milz- und Magen-Yangqi tonisieren und absinkendes Yangqi anheben. Dickdarm tonisieren. Diarrhö beseitigen.

**Störungen der Dickdarmfunktion**

zeigen sich fast ausnahmslos mit Veränderungen der Stuhlbeschaffenheit, so gelten Diarrhö beziehungsweise Obstipation in der TCM als Leitsymptome für Dickdarmstörungen. Daher im Folgenden eine Übersicht der wichtigsten und Symptome und Syndrome beider Erkrankungen und entsprechende Akupunkturmaßnahmen.

**Diarrhöen***Diarrhöen bei Kältebefall des Dickdarms*

zeigen sich neben Blässe, abdominellen Schmerzen mit dünnen, wässrigen, eher wenig riechenden Stühlen, allgemeinem Kältegefühl und Schweregefühl, besonders der

unteren Körperregionen, kalten Gliedmaßen, Inappetenz, fehlendem Durst, gebessert durch Wärmezufuhr, und oft auch Pollakisurie. Der Urin ist dann hell, die Zunge blass mit dickem weißem Belag. Der Puls ist eher langsam und tief.

*Diagnose:* Diarrhö, (Gastro-)Enteritis, „Verkühlung“.

*Therapie:* **Ma 25** (Alarm-Punkt Dickdarm) beendet Bauchschmerz und Diarrhö. **M 37** (unterer He-Punkt Dickdarm) beendet Schmerz und Diarrhö. **Ma 36** stärkt Mitte, vertreibt Di-Kälte, ebenso auch **Ma 27**. **MP 6** dämpft Schmerz im unteren Erwärmer. Es empfiehlt sich zusätzliche Moxa-Anwendung.

#### *Akute feuchte Hitze im Dickdarm*

Akute Hitze mit Diarrhö ist charakterisiert durch (eventuell höheres) Fieber, Gesichtsrötung, Schwitzen, Unruhe, Mundtrockenheit und starkes Durstgefühl. Unter Umständen zeigt der Stuhl bei möglicher infektiös-toxischer Genese unverdaute Nahrungsbestandteile und entzündungsbedingt gegebenenfalls auch Blutbeimengungen infolge der Hitze.

*Diagnosen:* „Sommergrippe“, „infektiöse (Gastro-)Enteritis“, „Lebensmittelintoxikation“ durch pathogene Keime (z.B. Shigellen-, Salmonellen oder Parasitenbefall).

*Therapie:* **Ma 25**, **Bl 25**, **Ma 37** bei feuchter Dickdarm-Hitze. **Di 11** Hitze, Fieber. **Ks 6** Übelkeit, Erbrechen. **KG 4** bei abdominellen Schmerzen.

#### *Diarrhö bei feuchter Hitze-Retention*

zeigt sich mit Temperaturerhöhung, ggf. Fieber, Bauchschmerzen, Hitzegefühl, gelblichen (stark übelriechenden Nässe-Hitze Stühlen) weichen bis durchfalligen, häufigen Diarrhöen und hitzebedingtem analem Brennen. Die Stühle können eitrig und auch blutige Beimengungen oder Auflagerungen aufweisen. Die Zunge erscheint hier gerötet mit gelbem fettigem Belag. Der Puls ist rasch und gleitend. Es handelt sich um ein „Innen-Nässe-Hitze-Fülle-Syndrom“.

*Diagnosen:* Enterokolitis, Colitis ulcerosa. Der Morbus Crohn ist primär eine Erkrankung des Dünndarms, kann aber auch auf den Dickdarm übergreifen.

*Therapie:* **Mi 9**, **Mi 6**, **KG 3**, **KG 12**, **Bl 22** (3 Erwärmer) beseitigen Feuchtigkeit. **KG 12** entfernt Feuchtigkeit. **Di 11**, **Bl 25** beseitigen Hitze. **M 25** (Alarm-Punkt des Dickdarms) beseitigt Schmerz und Diarrhö. **Bl 17**, **MP 10** stoppen Blutungen, evt. Mikroaderlass bei **Bl 40** (kühlt Hitze im Yang Ming [5]). **Ma 37** beendet Diarrhö. **Mi 3**, **Mi 4**, **Bl 20**, **Ma 36** stärken Milz zur Feuchtigkeitsbeseitigung.

#### *Milz-Yang-Qi-Schwäche*

Die Diarrhö zeigt sich mit Appetitlosigkeit, allgemeiner Schwäche, dumpfem und abdominellem Spannungsgefühl oder auch epigastrischen Schmerzen nach dem Essen mit Meteorismus und Flatulenz. Besserung ergibt sich durch Wärme und Druck. Die Stühle sind eher dünn oder halbflüssig, bei Magenbeteiligung auch Übelkeit und Erbrechen. Verschlechterung besonders bei akuten Ernährungsfehlern durch ungewohnte oder unverträgliche Nahrungsmittel (kalt/roh) und auch unregelmäßiges Essen.

*Diagnosen:* Verdauungsstörung, Gastritis, Gastroenteritis.

*Therapie:* **Ma 36**, **Mi 3**, **Bl 20**, **Bl 21**, **KG 12** tonisieren Milz- und Magen-Yangqi.

#### *Sinkendes Milz-Qi – Dickdarmkollaps*

Bei lange bestehender Milz-Yang-Schwäche und chronischer Diarrhö kann es auch zum Absinken des Milz-Yangqi mit, allgemeiner Schwäche und Erschöpfung, chronisch kalten Extremitäten, nach unten ziehendem Gefühl, aber auch Hämorrhoiden, Analprolaps oder auch Rektumprolaps kommen. Ursächlich sieht die TCM bei diesem als „Dickdarmkollaps“ bezeichneten Syndrom eine Milzschwäche, meist chronische, schwere körperliche Überarbeitung.

*Diagnosen:* Analprolaps, Rektumprolaps, Hämorrhoidalprolaps, Erschöpfung.

*Therapie:* **KG 6\***, **LG 20\***, **MP 3**, **Ma 36** und auch **LG 1** stärken und heben Milz-Yangqi. **Ma 25\*** stärkt den Dickdarm, beendet Diarrhö. **Bl 20**, **Bl 21** stärken Milz und Magen. (\*Moxa angezeigt)

#### *Nieren-Yangqi-Schwäche*

Kann ebenfalls zu Diarrhö-Syndromen führen, häufig mit chronischem Frieren und Kältegefühl, besonders im Lumbalbereich oder der Unterbauchregion und ständig kalten Gliedmaßen. Oft besteht Pollakisurie und eine sog. „Hahnenschrei“-Diarrhö am frühen Morgen, weil das Yangqi zu dieser Zeit (kurz vor Morgendämmerung) noch am schwächsten ist. Gelegentlich kann auch Stuhlinkontinenz vorliegen. Da das Nieren-Yang für die Kontrolle der unteren Öffnungen zuständig ist, wird diese Disharmonie häufig bei alten geschwächten Patienten beobachtet. Die Zunge ist blass, gedunsen, weiß, feucht, der Puls tief und dünn.

*Diagnosen:* chron. Diarrhö, Lumbalgie, Incontinentia alvi/urinae.

*Therapie:* **Bl 23**, **Ni 3**, **LG 4**, **Ni 7** tonisieren Ni-Yangqi. **Ni 6** und **Lu 7** fördern Yinqi.

*Diarrhö bei Leber-Yangqi-Stagnation*

Durch den Angriff des stagnierenden Leber-Yangqi mit thorakalem und hypochondrialem Spannungsgefühl auf eine gegebenenfalls schon vorgeschwächte Milz (Kontrollzyklus!) kann es zu Milz-Yangqi-Schwäche und im Weiteren dann zu Störungen der Dickdarmfunktion, häufig mit Diarrhö kommen. Gegebenenfalls auch bei Wechsel von Diarrhöen mit Obstipation, und auch bei hier meist vorhandenen emotionalen Belastungen, kann sich das heutzutage immer häufiger zu beobachtende Bild des „Reizdarmsyndroms“ entwickeln (siehe unten).

*Diagnosen:* Dysenterie, psychovegetatives Syndrom, „Reizdarm“.

*Therapie:* **Le 3, Gb 34, LG 20** regulieren Leber-Yangqi-Fluss im Hypochondrium. **Le 13, Le 14** harmonisieren Le-Yangqi im mittl. Erwärmer. **KS 6** reguliert das Yangqi-besonders bei psychoemotional bedingter Leber-Yangqi-Stagnation.

**Chronische Obstipation**

Bei Obstipation ist die Defäkationsfrequenz vermindert, im Extremfall bis zu einmal pro Woche. Der Stuhl ist dann sehr trocken und infolge Flüssigkeitsmangel auch verhärtet, und es können bei der Stuhlentleerung (meist initial) durch Einrisse der Analschleimhaut auch Blutungen auftreten. Entscheidend für eine physiologisch beschwerdefreie regelmäßige Defäkation ist das ausreichende Vorhandensein von Dickdarm-Yinqi und -Yangqi und Körperflüssigkeit zur Befeuchtung der Dickdarmschleimhäute und geordneter Ausscheidung des Stuhles. Die häufigste Ursache für Obstipation ist die mangelnde Feuchtigkeit des Stuhles, infolge innerer oder äußerer Hitze im Dickdarm oder den an der Produktion von Körperflüssigkeiten beteiligten Organen. Die Hitzeentwicklung kann Folge fieberhafter Erkrankungen oder chronischer Erkrankungen mit Yinqi- oder Blut-Mangel, vor allem Blut- und Yinqi-Schwäche bei alten Menschen, sein.

*Akute Obstipation bei pathogener Hitze im Dickdarm*

bei äußeren fieberhaften Infekten (beispielsweise bei akuter Tonsillitis) zeigt sich gelegentlich neben Völlegefühl und Schmerzen im Abdomen sowie Stuhltrockenheit und Verschlechterung bei Druck, Unruhe, allgemeinem Hitzegefühl, Verlangen nach Kühle mit Durst auf viel Kaltes bei verminderter oder blockierter Defäkation. Die Zunge erscheint gerötet, der Belag ist trocken und gelb, der Puls voll, tief und gleitend.

*Diagnose:* Obstipation bei fieberhaften Infekten vorwiegend der Atemwege.

*Therapie:* **Di 11, Di 2, Ma 25, Di 4, 3E 6** beseitigen Dickdarm-Hitze. **Di 4, 3 E6, MP 15** fördern Defäkation. **MP 6** stärkt Yinqi, beendet Bauchschmerz.

*Obstipation bei Yinqi- und Blutleere*

Obstipation und trockene Stühle, fehlendes Hitzegefühl, wenig Schwitzen, Hals-Mund-Trockenheit mit eher mäßig ausgeprägtem Durstgefühl entstehen durch Trockenheit und Yinqi-Mangel in Magen und Dickdarm bei Blut- und Yinqi-Schwäche (auch nach stärkeren Blutverlusten) infolge reduzierter Körperflüssigkeiten und resultierender Trockenheit.

*Diagnosen:* atonische Obstipation unterschiedlicher Genese. Erschöpfungssyndrom, Altersschwäche.

*Therapie:* **Ma 36** fördert Magen und Dickdarm. **Mi 6, KG 4** stärken Flüssigkeiten und Yinqi. **Ni 6** stärkt Yinqi, befeuchtet Stuhl.

*Yang-Qi-Leere des Dickdarms*

mit Obstipation zeigt sich mit trockenem, ggf. auch weichem Stuhl, verlängertem Defäkationsvorgang und oft auch anschließender Erschöpfung, Schwitzen oder auch Dyspnoe. Die Zunge ist blass, weißer Belag, der Puls eher schwach. Bei Yangqi-Leere besteht hier eine entsprechende Obstipation mit chronischer Gliedmaßenkälte, oft kaltem Unterbauch und auch abdominellen Tenesmen, gegebenenfalls Lumbalgien. Pollakisurie mit klarem Urin sind Begleitsymptome. Die Zunge ist gedunsen, der Belag feucht und weiß. Der Puls eher langsam und leer.

*Diagnose:* chronische atonische Obstipation.

*Therapie:* **Bl 25, Ma 25, Ma 36, Di 11, Di 4, KG 6** stärken und fördern Dickdarm-Yangqi, regen Peristaltik an.

**Das Reizdarmsyndrom**

ist gekennzeichnet durch rezidivierende abdominelle Schmerzen mit Blähungen, Völlegefühl, Spannungsgefühl, besser meist durch Stuhlentleerung, häufiger Stuhlgang, Flatulenz, Wechsel von Durchfall und Verstopfung, häufig mit schafkotartigen Stühlen. Immer werden auch Allgemeinbeschwerden wie Adynamie, Kopfschmerzen oder Gliederschmerzen (Fibromyalgien) und auch emotionale Begleiterscheinungen beklagt.

Als häufigste Ursachen nach TCM sind hier die Yangqi-Schwäche-Syndrome der Milz mit Feuchtigkeitsakkumulation im Dickdarm oder das Syndrom „Holz greift Erde an“ bei stagnierendem Leber-Yangqi und Stagnationsübergang auf das Dickdarm-Yangqi, was dann auch zu Stuhlstagnation mit spastischer Obstipation führen kann, anzuführen.

Die Diagnose kann gestellt werden nach sicherem Ausschluss definierter schulmedizinischer Erkrankungen wie Malignomen, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa, chronischen bakteriellen oder viralen Infektionen, Dysbakterien bei Störungen der Mikrobiota, Nahrungsmittelallergie, Unverträglichkeiten bestimmter Nahrungsmittel und auch Klärung der nicht seltenen psychosomatischen Zusammenhänge.

Die Therapie muss entsprechend den zugrunde liegenden TCM-Disharmonien mit Akupunktur, Ernährungsberatung und Modifizierung der Ernährungsgewohnheiten, bei Bedarf auch Darmsanierung, chinesischen Kräuterrezepturen, Distressabbau, Entspannungstraining und eventuell auch psychotherapeutischen Maßnahmen erfolgen.

**Therapie: Le 3, Gb 34, KG 6, Ma 25, Ma 15, Bl 25, Ma 37** bewegen das Qi im Dickdarm, wirken entspannend und Defäkation fördernd.

## Der Meridian des Dickdarms – Dachang-jing

### Verlauf

Vom Ting-Punkt Di 1 am radialen Nagelfalzwinkel zieht der Meridian entlang dem Zeigefinger und Metakarpale I über Di 4 und die Tabatière (Di 5) am anterolateralen Unterarm zum lateralen Epikondylus des Oberarms (Di 11), weiter am Oberarm zu Di 15 („vorderes Schulterauge“), und weiter über das Schultergelenk posterior zum LG 14, weiter in die Fossa supraclavicularis, gibt in die Tiefe einen inneren Ast zu Lunge, Zwerchfell und Dickdarm ab, der über Ma 25 zu Ma 37 am Unterschenkel zieht (Abb. 2). Der äußere Meridian verläuft am Hinterrand des M. sternocleidomastoideus zur Wange und Unterkiefer-Gingiva, umkreist den Mund und zieht zu LG 26 und dabei als einzige Leitbahn zur Gegenseite, kreuzend, in die kontralaterale Nasolabialfalte zum Endpunkt Di 20. Er verbindet sich dort dann ebenfalls mit dem Magen-Meridian im Punkt Ma 2.

### Symptome der Dickdarmleitbahn

Leitbahn-Obstruktionsschmerz, Taubheitsgefühl, Parästhesien, Paresen, Handgelenkschmerzen, seitliche Epicondylopathia humeri, Schulterprobleme, Erkrankungen des Gesichts (Entzündungen, Akne, Ödeme), anteriore Halsregion (Platysma, Struma), Zahnschmerzen, Gingivitis (untere Zahnreihe), innerer Halsschmerz (Pharyngitis, Tonsillitis, Laryngitis), Heiserkeit, Aphonie, Schluckbeschwerden, Epistaxis, verstopfte oder rinnende Nase, NNH-Erkrankungen, geschwollene Augen, unterstützt Lunge bei Asthma und Bronchitis.

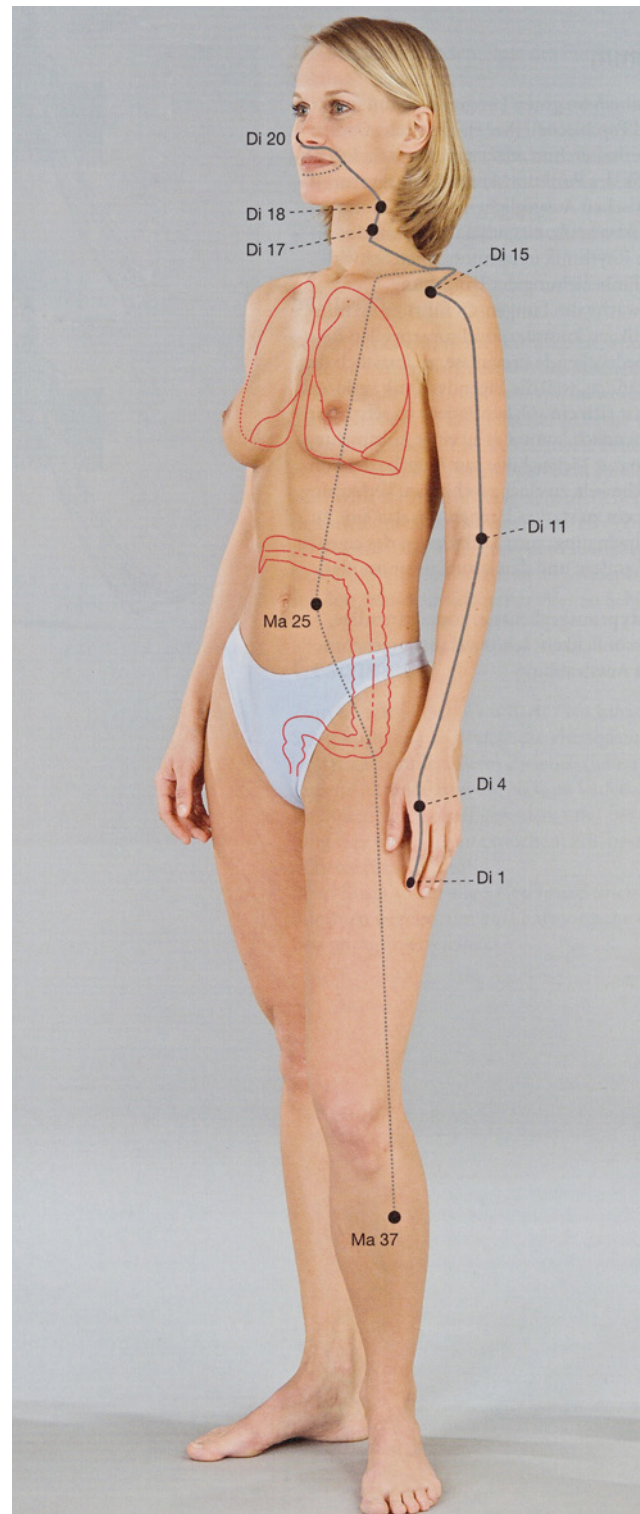


Abb. 2: Der Dickdarm-Meridian, äußerer Verlauf (aus [1])

### Wirkungen der Punkte des Dachang-jing

- Vertreiben äußere und innere Hitze und Wind-Hitze.
- Beseitigen Schmerz und Leitbahn-Obstruktion.
- Erkrankungen des Intestinums (Dünndarm und Dickdarm).



- Erkrankung des Gesichts.
- Erkrankungen des Mund- und Rachenraums.
- Erkrankung der Lungen und oberen Luftwege.

Der gekoppelte Yin-Partner der Dickdarmleitbahn ist das Yin-Organ Lunge. Die Leitbahn beinhaltet 20 Punkte. Seine energetische Hauptaktivität ist zwischen 05 und 07 Uhr. Gemäß der 6-Schichten-Theorie bildet der Dickdarm-Meridian mit dem Magen-Meridian die Yang-Ming-Schicht [5,7].

Nach TCM-Theorie enthält die Yang-Ming-Schicht sehr viel Qi und Blut. Hierbei ist es besonders das Yangqi (daher auch der Name „helles Yang“) der Yang-Ming-Schicht, weil beide Leitbahnen, sowohl im Bereich der oberen als auch unteren Extremität, auf der der Sonne direkt zugewandten Yang-Seite liegen [4]. Insofern eignen sich die Punkte der Dickdarmleitbahn sehr gut zur Behandlung von schmerzhaften Obstruktionssyndromen der anterioren oberen und unteren Extremitätenleitbahnen und so erklärt sich auch, warum die meisten Punkte auf der Dickdarmleitbahn spezielle Indikationen für Erkrankungen im Leitbahnverlauf haben und nur einige wenige Punkte der Leitbahn auf das Dickdarmorgan nehmen direkten Einfluss auf primäre Störungen des Dickdarms, die vorwiegend über die Punkte von Milz und Magen beeinflusst werden können.

Die Therapie richtet sich nach der jeweils vorherrschenden Symptomkonstellation beziehungsweise der zugrundeliegenden Disharmonie (siehe oben).

### **Wichtige Indikationen der Punkte der Dickdarmleitbahn**

#### *Di 1*

Ting-Punkt, Notfallpunkt, 1. antiker Punkt, Jing-Brunnen-Punkt (Metall), Wandlungsphasenpunkt, Punkt macht die Leitbahn durchgängig, vertreibt innere Hitze und Wind-Hitze, befreit Sinne (Schock, Koma). Meisterpunkt bei Zahnschmerzen, Halsschmerzen, Gesicht neuralgie, Akne.

#### *Di 2*

Sedativ-Punkt, 2. antiker Ying Quellen-Punkt (Wasser), kühlend, Stoffwechselfunkt, sediert Yangqi oben, vertreibt pathogene Faktoren (Wind, Hitze), Epistaxis, Sinusitis, Stomatitis, Meteorismus, Darm spasmen.), beseitigt Leitbahnobstruktion bei Halsschmerzen, Zahnschmerzen, Gingivitis, Schulter-Nacken-Schmerz (Supraklavikulargrube).

#### *Di 3*

3. antiker Punkt, Shu-Bach-Punkt (Holz), wirksam bei Affektionen durch Wind-Invasion (Schulter-, Kopfschmer-

zen, Gesicht neuralgien und -paresen), Angina, Gingivitis, Stomatitis. Fingerschmerzen, Mittelhandschmerzen, Stoffwechselfunkt. Di 3-1 ist analog Aurikuloakupunktur Hinweispunkt für Histamin-Störherd/-feld.

#### *Di 4*

Yuan-Quellpunkt → Luo-Punkt, Lu 7, Stoffwechselfunkt, verstärkt Energiefluss, tonisiert und mobilisiert Yang-Qi, Energieschwäche im Meridian. Qi-Stagnation reguliert Qi-Fluss. Schmerzen im Leitbahnverlauf. Hauptpunkt für Gesichtsregion. Genereller Hauptantischmerzpunkt (Thalamuswirkung!). Wirksam bei Gelenkbeschwerden im Meridianverlauf, Neuralgien, Nackensteife, Hemiplegie, Dupuytren-Kontraktur. Hemiplegie infolge Leitbahnobstruktion. Öffnet Oberfläche und wichtigster Ausleitpunkt für Angriff pathogener Faktoren (mit Fieber, Schüttelfrost, Kopfschmerzen, Nackensteife), bewährter Fernpunkt bei allen Nasenaffektionen, Adenoide, NNH-Erkrankungen, Halsaffektionen. Wirksam bei atonischer Obstipation, auch Diarrhö bei Kolitis, Ileitis, Gastritis durch Kälteeinfluss. Beeinflusst Schweißregulation und Schwitzen. Dermatitis, Hyperhidrosis, Juckreiz bei Dermatitis. Gynäkologisch wirksam bei bestimmten Menstruationsstörungen, kann Geburt erleichtern, fördert Wehenaktivität (Kontraindikation bis Ende 35. SSW!). Allgemein roborierend bei Erschöpfung, auch bei psychischen Traumen.

#### *Di 5*

4. antiker Jing-Fluss-Punkt (Feuer), klärt wirksam Wind und Wind-Hitze im Yang Ming. Konjunktivitis, Epistaxis, Hals-Rachen-Entzündungen. Lokalpunkt für Handgelenk. Tendinitis, Muskelkrämpfe, Kontraktoren, Epikondylopathie, Urtikaria, Pruritus.

#### *Di 6*

Lo-Punkt zu Yuan-Punkt → Lu 9, aktiviert die Lunge, unterstützt Absenken des Yangqi. Schulter-/Armschmerzen, Asthma, Husten. Reguliert und öffnet Wasserwege bei Ödemen und Miktionsstörungen. Obstruktionsbeschwerden von Leitbahn und Luo-Gefäßen der oberen Extremität, stärkt besonders auch Daumen und Zeigefinger. Beseitigt Wind/Hitze (Zahnschmerzen, Augenrötung, Otitiden, Rhinitiden).

#### *Di 7*

Xi-Punkt, Akutbeschwerden dämpfend, besonders Schulter-/Armsyndrom, Gesichtsschmerzen, Entzündungen, auch Halsschmerzen, Gesichtsschmerz oder Dermatitis durch Hitze (Furunkel) klärend, abdominelle Schmerzen,

laute Darmgeräusche, Meteorismus bei Dickdarm-/Magenbeschwerden.

#### *Di 8*

Befreit die Leitbahn. Parästhesien, Paresen, Schmerzen obere Extremität, abdominelles Völlegefühl, abdominelle Tenesmen, Darmspasmen, Durchfälle. Vertreibt Wind, kühlt, erdet. Schulter und Armschmerzen bei (Schleim-)Obstruktion. Parästhesien, Zephalgien, Paresen nach Insult. Abdominelle Schmerzen, Diarrhöen, Obstipation, Meteorismus.

#### *Di 10*

Macht Leitbahn und Luo-Gefäße frei, vertreibt Wind, kühlt Schmerzen der oberen Extremität. Reguliert Qi und Blut der oberen Extremität. Parästhesien, empfohlen als Fernpunkt bei Paresen des Armes, reguliert Magen-Darm-Störungen. Entzündungen in Mund, Hals, Därmen.

#### *Di 11*

5. antiker Punkt (Erde), He-Meer-Punkt, Tonisierungspunkt. Analogpunkt zu Ma 36, ähnlich umfassend übergreifende Wirkung bei vielen Beschwerden [6], klärt Hitze, vertreibt Wind (Fieber, Entzündungen in Kopf-, Gesichts- und Halsregion). Reguliert Qi und Blut, lindert und beseitigt Obstruktionsschmerz der oberen Extremität, Störungen und Entzündungen aller Art. Magen- und Darmtenesmen, atonische Obstipation durch Wirkung auf glatte Dickdarmmuskulatur und Peristaltik, immunologisch wirksam bei Allergie und Pruritus, kann auch psychische Störungen, Verstimmung, Traurigkeit, beeinflussen. Klärt Yang-Ming-Feuer (bei manifformen Entgleisungen).

#### *Di 12*

Brachialisneuralgie, erschwerte Armabduktion, laterale Epikondylopathie.

#### *Di 13*

Indikationen wie Di 12.

#### *Di 14*

Macht Leitbahn und Luo-Gefäße durchgängig. Lindert und beseitigt Schmerz bei Schulter-, Ellbogen-Arm-Beschwerden. Beseitigt Hitze bei entzündlichen Augenerkrankungen mit Rötung, Schwellung, Brennen.

#### *Di 15*

Beseitigt Wind-Feuchtigkeit, befreit die Leitbahn, schmerzlindernd. Schultergelenk- und Schultergürtelschmerzen

und Oberarmprobleme beseitigend, Qi-Fluss regulierend, Schleim lösend (Struma), Windaffektionen (Urtikaria).

#### *Di 16*

befreit Qi-Fluss in der Leitbahn, Rotatorenmanschettenbeschwerden, Supraspinatussyndrom, Schulter-Arm-Beschwerden.

#### *Di 17*

Lokalpunkt, wirkt auf Pharynx und Larynx. Halsschmerz, Schluckbeschwerden.

#### *Di 18*

Bessert gemeinsam mit Di 17 als Lokalpunkt Dysphonie, Heiserkeit, Aphonie, Tonsillitis, Laryngitis.

#### *Di 19*

Lokalpunkt, vertreibt Wind. Verlegte Nasenatmung, Rhinitis.

#### *Di 20*

Leitbahn-Endpunkt. Wichtigster antientzündlich wirksamer, Wind und Wind-Hitze beseitigender, wirksamer Lokalpunkt für die Nase. Rhinitiden, verlegte Nasenatmung, running nose, Nasenpolypen, Störungen des Geruchssinnes, NNH-Affektionen, besonders Sinusitis maxillaris, Sinusitis ethmoidalis, Facialis- und Trigeminusneuralgie, atypische Gesichtneuralgie, Facialis-Tic, faziale (juckende) Dermatitis, Akne, Gesichtsschwellungen, faziale Ödeme.

### **Weitere wichtige Punkte**

#### *Bl 25*

Zustimmungs-Shu-Punkt der Leitbahn, reguliert das Intestinum, besonders Qi des Dickdarm-Meridians. Wirksam bei Diarrhö, Obstipation, Kolitis, Reizdarmbeschwerden. Lokal: Lumbalgie, Lumbago bei Obstruktionsbeschwerden in Lumbalregion und unterem Rücken.

#### *Ma 25*

Mu-Alarmpunkt des Dickdarms, reguliert Dickdarm, stärkt auch Milz und Magen, leitet Hitze und Feuchtigkeit aus, beseitigt Meteorismus, Diarrhö, Obstipation, abdominelle Schmerzen.

#### *Ma 37*

Unterer He-Meer-Punkt zum Dickdarm-Meridian mit spezieller Wirkung auf die Dickdarmschleimhaut. Reguliert Darm, Magen und Milz. Klärt Hitze und Feuchtigkeit.

Wirksam bei Diarrhö, Obstipation, Magen- und Darm-schmerzen, Meteorismus.

## Akupunkturtherapie bei Dickdarmdisharmonien (Tab. 2)

Tab. 2: Akupunkturpunkte bei den häufigsten Dickdarmdisharmonien [nach 1,4,6,7,9]	
Dickdarm-Kälte	Ma 36, Ma 27
Dickdarm-Hitze	Di 11, Di 4, Di 2, 3E 6, Ma 25, BI 25
Feuchtigkeit beseitigen	Mi 9, Mi 6, KG 12 (KG 3, BI 22, unt. 3Erw.)
Schmerzen im Abdomen	Ma 25, Ma 37, Dü 3, Le 3 (Spasmen unt. 3Erw.)
Diarrhö und Schmerz beenden	Ma 25, Ma 37
Blutungen beenden	Mi 10
Defäkation fördern	Di 4, Mi 15, 3E 6, KG 4
Stuhltrockenheit befeuchten	Ma 25, Mi 15, Ni 6
Körperflüssigkeiten fördern	Ma 36, Mi 6, KG 4, Ni 6
abdominellen Qi-Fluss regulieren	Le 3, KG 6 + Gb 34, Mi 15, Ma 25, BI 25
sinkendes Milz-Yangqi heben	Ma 36 + KG 6 + LG 26, LG 20, LG 1

## Literatur

- [1] Bahr F et al.: Das große Buch der klassischen Akupunktur. 2. Aufl. München: Elsevier; 2014.
- [2] Bahr F et al.: Klassische chinesische Akupunktur Stufe 2 Version 2.0; 2017.
- [3] Bahr F: Die Dynamik der Organe & Elemente. Berlin: Springer; 2006.
- [4] Deadman P: Handbuch Akupunktur. Bad Kötzing: Verlag Systemische Medizin; 2012.
- [5] Kleber J: Traditionelle Chinesische Medizin. München: Müller&Steinicke; 1989.
- [6] Jost F: Der Hand Tai yang Lungenmeridian. Schmerz und Akupunktur 3/08, Jahrgang 34.
- [7] Maciocia G: Grundlagen der Chinesischen Medizin. München: Elsevier Urban&Fischer; 2016.
- [8] Platsch G: Die fünf Wandlungsphasen. München: Elsevier Urban&Fischer; 2005.
- [9] Ross J: Zang Fu – Die Organsysteme der traditionellen chinesischen Medizin. Uelzen: Medizinische Verlagsgesellschaft mbH; 1999.
- [10] Jost F: Funktionskreis Lunge und Dickdarm aus traditioneller Sicht. In Bahr F: Klassisch chinesisch Akupunktur für Fortgeschrittene © Auflage 2; 2016.



Dr. Arnfried Reis  
 FA f. Allgemeinmedizin – Chirotherapie  
 Eichenstr. 16  
 92729 Weierhammer  
 E-Mail: reis.a@t-online.de