

Stichwortverzeichnis

A

Akupressurgrundlagen 14
 Akupressurpunkte 11, 129
 Akupressurtechnik 12
 Akupunktur 15
 Allergien 46
 Angst 52
 Aromatherapie 17
 Arthritis 57

B

Bauchschmerzen 69
 Blasenmeridian 130

D

Depression 77
 Dickdarmmeridian 144
 Dreifacher Erwärmer 151
 Druckpunkte 15
 Dünndarmmeridian 150
 Durchfall 74

E

Entspannung 36
 Entzündungen 105
 Erkältung 61

G

Gallenblasenmeridian 135
 Gedächtnis 101
 Gehirn 101
 Gelenkbeschwerden 57
 Grippe 61

H

Herzmeridian 141

I

Immunsystem 89

J

Jing 17

K

Konzentration 38
 Konzeptionsgefäß 133
 Kopfschmerzen 83
 Kreuzbein 148

L

Lebermeridian 146
 Lenkergefäß 138
 Lungenmeridian 146

M

Magenmeridian 155
 Meridiane 15, 16
 Milz-Pankreas-Meridian 153

N

Nackenverspannungen 96
 Nebennieren 41
 Nullpunkt 36

O

Öle, ätherische 11, 12, 17
 – Anwendung, innere 19
 – Kinder 20
 – Qualität 21
 – Schwangerschaft 20
 – Sicherheitshinweise 19
 – Sorten 21
 – Verdünnungsempfehlungen 19
 – Wirkweise 17
 Ölsorten, ätherische
 – Basilikum 21
 – Bergamotte 21
 – Birke 22
 – Blauer Rainfarn 22
 – Eukalyptus 22
 – Fenchel 23
 – Fichte 23
 – Geranie 23
 – Grapefruit 24
 – Ingwer 24
 – Koriander 24
 – Kurkuma 24
 – Lavendel 25
 – Lemongrass 25
 – Limette 25
 – Majoran 26
 – Mandarine/Wildorange 26
 – Melisse 27
 – Muskatellersalbei 27
 – Narde 27
 – Nelke 27
 – Niaouli 28
 – Oregano 28
 – Pfefferminze 28
 – Römische Kamille 29
 – Rosmarin 29
 – Sandelholz 30
 – Schwarzer Pfeffer 30
 – Teebaumöl 30
 – Vetiver 31
 – Wacholder 31
 – Weihrauch 31

– Wintergrün 32
 – Ylang-Ylang 32
 – Zedernholz 32
 – Zitrone 33
 – Zypresse 33
 Organe 16

P

Perikardmeridian 147
 Pilzinfektionen 124
 Prämenstruelles Syndrom 116

Q

Qi 14

R

Reisekrankheit 109

S

Schlafprobleme 92
 Schmerzen 105
 Schulterverspannungen 98
 Shen Men 36, 149
 Si Shen Cong 149
 Sodbrennen 68
 Stress 52
 Symptome 12

T

Tai Yang 158
 Traditionelle Chinesische Medizin
 15, 18

U

Übelkeit 68
 Übelkeit, morgendliche 70

V

Verdauungsstörungen 67
 Verstopfung 73

W

Wechseljahre 120

Y

Yin Tang 158
 Yin und Yang 14

Z

Zahnschmerzen 113
 Zyklus, unregelmäßiger 119