

Spis treści

<i>Wstęp do wydania piątego</i>	12
<i>Wstęp do wydania pierwszego</i>	14
<i>Przedmowa do wydania piątego</i>	15
<i>Przedmowa do wydania pierwszego</i>	16

I. Podstawy teoretyczne i praktyczne

1. Koncepcje i podstawy teoretyczne

medycyny chińskiej	21
1.1. Yin i yang	21
1.2. Pięć faz przemiany (wu xing)	22
1.3. Teoria substancji	27
1.4. Teoria narządów (teoria <i>zang</i> i <i>fu</i>)	31

2. Kryteria diagnostyczne

2.1. Czynniki patogenne	47
2.2. Ogólne pojęcia TMC	52
2.3. Narządy i ich patologie	56

3. 50 najważniejszych punktów meridianowych:

położenie, wskazania i metody leczenia	65
3.1. Położenie punktów akupunkturowych	65
3.2. Meridian płuc	72
3.3. Meridian jelita grubego	76
3.4. Meridian żołądka	84
3.5. Meridian śledziony	98
3.6. Meridian serca	104
3.7. Meridian jelita cienkiego	108
3.8. Meridian pęcherza moczowego	112

3.9.	Meridian nerek	128
3.10.	Meridian osierdza (albo: krążenia-seksualności)	132
3.11.	Meridian potrójnego ogrzewacza	134
3.12.	Meridian pęcherzyka żółciowego	140
3.13.	Meridian wątroby	152
3.14.	Główny regulator tylny (dumai)	156
3.15.	Główny regulator przedni (renmai)	164
3.16.	Położenie 10 najczęściej nakłuwanych punktów dodatkowych, wskazania i metody leczenia	172
3.17.	60 punktów zestawionych według wskazań	192

4. Techniki leczenia w Tradycyjnej Medycynie Chińskiej 197

4.1.	Technika nakłuwania	197
4.2.	Manipulacja igłą (deqi)	206
4.3.	Moksoterapia	216
4.4.	Terapia bańkami	226
4.5.	Upuszczanie krwi	234

5. Zasady wyboru przy tworzeniu akupunkturowych recept punktowych z perspektywy Tradycyjnej Medycyny Chińskiej 235

5.1.	Punkty leżące na tym samym meridianie	235
5.2.	Punkty leżące na sparowanych meridianach narządowych	235
5.3.	Punkty z kilku meridianów	236
5.4.	Wybór punktów według zasady lewy-prawy	236

5.5.	Wybór punktów według zasady góra-dół . . .	236
5.6.	Wybór punktów według zasady przód-tył . . .	237
5.7.	Punkty z meridianów yin oraz yang	237
5.8.	Wybór według wskazań medycznych przypisanych poszczególnym punktom . . .	237
5.9.	Wybór punktów ashi	238

II. Praktyka: leczenie ważnych obrazów klinicznych chorób

6.	Choroby układu oddechowego	241
6.1.	Infekcje grypowe	241
6.2.	Astma oskrzelowa	243
6.3.	Krztusiec (koklusz)	249
7.	Choroby układu ruchu	253
7.1.	Zespół barkowo-ramienny	253
7.2.	Zespół szyjnego odcinka kręgosłupa	256
7.3.	Lumbalgia (ból w okolicy lędźwiowej)	261
7.4.	Ischialgia (rwa kulszowa)	264
7.5.	Przepuklina dysku	268
7.6.	Łokieć tenisisty	271
7.7.	Reumatoidalne zapalenie stawów	273
8.	Choroby układu pokarmowego	279
8.1.	Zapalenie (nieżyt żołądka)	279
8.2.	Wrzody żołądka i dwunastnicy	283
8.3.	Przewlekłe zapalenie jelit	286
8.4.	Zapalenie pęcherzyka żółciowego	289
8.5.	Kamica żółciowa	292
8.6.	Zaparcie	294

8.7.	Biegunka	296
8.8.	Hemoroidy	298
8.9.	Wypadanie odbytu, wypadanie odbytnicy	300
9.	Choroby serca i układu krążenia	303
9.1.	Zaburzenia rytmu serca	303
9.2.	Choroba wieńcowa	305
9.3.	Nadciśnienie	308
9.4.	Niedociśnienie	312
10.	Choroby układu nerwowego	315
10.1.	Bóle głowy	315
10.2.	Neuralgia nerwu trójdzielnego	326
10.3.	Porażenie nerwu twarzowego	328
10.4.	Leczenie po udarze mózgu (porażenia ciała)	331
10.5.	Padaczka	335
11.	Choroby psychiczne	339
11.1.	Stany depresyjne	339
11.2.	Bezsensowność	342
11.3.	Stres i nerwowość	348
11.4.	Oslabienie koncentracji uwagi	349
11.5.	Lęk przed egzaminem	350
11.6.	Anoreksja	351
12.	Choroby ginekologiczne, ciąży i poród	355
12.1.	Nieregularna miesiączka	355
12.2.	Bóle menstruacyjne (dysmenorrhoea)	359
12.3.	Funkcjonalne krwawienia maciczne	364

12.4.	Niepłodność	366
12.5.	Mdłości ciążowe	371
12.6.	Położenie miednicowe płodu	374
12.7.	Dolegliwości menopauzy	374
13. Nerki, drogi moczowe,		
męskie narządy płciowe		379
13.1.	Odmiedniczkowe zapalenie nerek	379
13.2.	Kamica nerkowa	383
13.3.	Zapalenie gruczołu krokowego (prostaty)	385
13.4.	Impotencja	389
13.5.	Nietrzymanie moczu	392
13.6.	Zaburzenia oddawania moczu	394
13.7.	Obrzęki	398
13.8.	Zapalenie pęcherza moczowego	401
14. Choroby dermatologiczne		403
14.1.	Trądzik	403
14.2.	Egzema (wyprysk)	407
14.3.	Łuszczyca i atopowe zapalenie skóry (neurodermitis)	410
14.4.	Półpasiec	414
14.5.	Łysienie	418
14.6.	Grzybica dłoni i stóp	420
15. Choroby laryngologiczne,		
choroby zębów, choroby oczu		423
15.1.	Oslabienie sluchu i dzwienzenie w uszach	423
15.2.	Zawroty glowy i choroba Ménière'a	425
15.3.	Choroba lokomocyjna	430
15.4.	Zapalenie zatok szczękowych	431

15.5.	Katar sienny (pyłkowica)	433
15.6.	Bóle zębów	435
15.7.	Krótkowzroczność	437
15.8.	Zaćma	440
15.9.	Jaskra	443
16.	Zaburzenia zachowania u dzieci	449
16.1.	Moczenie nocne	449
16.2.	Zaburzenia odżywiania	451
16.3.	Nadpobudliwość	452
17.	Uzależnienia	457
17.1.	Uzależnienie od nikotyny	457
17.2.	Uzależnienie od alkoholu	458
17.3.	Otyłość	459
18.	Choroby układu hormonalnego	465
18.1.	Cukrzyca	465
18.2.	Nadczynność tarczycy	468
18.3.	Niedoczynność tarczycy	472
<i>50 najważniejszych punktów meridianowych</i>		
<i>i 10 najczęściej nakłuwanych punktów dodatkowych</i>		475
<i>Bibliografia uzupełniająca</i>		476
<i>Punkty i ich chińskie nazwy</i>		478