

<b>Einleitung</b> .....	<b>19</b>
<b>I. AKUPUNKTUR</b> .....	<b>20</b>
<b>1) Grundlagen der Akupunktur</b> .....	<b>20</b>
1.1. Einleitung.....	20
1.2. Definition und Grundideen.....	20
1.3. Kurzer Abriss der Geschichte der Akupunktur.....	22
1.4. Wissenschaftliche Erforschung der Akupunktur .....	24
1.4.1. Arbeiten, die eine neurologische Wirkung der Akupunktur belegen .....	25
1.4.2. Arbeiten, die eine humorale Wirkung der Akupunktur belegen .....	27
1.4.3. Arbeiten, die eine kybernetische Wirkung der Akupunktur belegen.....	27
1.4.4. Arbeiten, die eine klinische Wirksamkeit der Akupunktur belegen.....	28
1.5. Ohrakupunktur und Aurikulomedizin .....	28
1.6. Wissenschaftliche Literatur.....	30
<b>2) Die Meridianumläufe</b> .....	<b>32</b>
<b>3) Die 5 Funktionskreise</b> .....	<b>35</b>
3.1. Existenz und Hardware – Der Funktionskreis der Niere.....	36
3.2. Dynamik – Der Funktionskreis der Leber .....	37
3.3. Software – Der Funktionskreis des Herzens .....	38
3.4. Ernährung – Der Funktionskreis der Milz.....	39
3.5. Grenzkontrolle – der Funktionskreis der Lunge.....	40
<b>4) Die Lehre von den 5 Elementen und ihre Wandlungsphasen</b> .....	<b>41</b>
4.1. Die 5 Elemente .....	42
4.2. Die 4 Wandlungsphasen oder die 4 Zyklen .....	43
<b>5) Praxis der Akupressur</b> .....	<b>45</b>
<b>6) Von der Akupunktur hin zur Hypnoakupunktur</b> .....	<b>46</b>
<b>II. Geschichte der medizinischen Hypnose</b> .....	<b>47</b>
<b>1) Tempelschlaf</b> .....	<b>47</b>
<b>2) Hypnotische Praxis unter dem Bild Exorzismus (das Phänomen Gassner)</b> .....	<b>47</b>
<b>3) Franz Anton Mesmer und der Animalische Magnetismus</b> .....	<b>48</b>
<b>4) Hypnose im 19. Jahrhundert – Der Braidismus</b> .....	<b>49</b>
<b>5) Der Einfluss von Charcot und der Schule von Nancy</b> .....	<b>49</b>
<b>6) Milton H. Erickson – Die Begründung der modernen Hypnose</b> .....	<b>50</b>
<b>7) Hypnose im 21. Jahrhundert</b> .....	<b>51</b>
Diagramm – Zusammenfassung der Geschichte der Hypnose.....	51
<b>8) EXKURS: Randgebiete der Hypnose vor dem ersten Weltkrieg</b> .....	<b>51</b>
Das Gedankenlesen.....	51
Hypnotismus .....	53
Spiritismus .....	54
Diagramm – Exkurs, Zusammenfassung .....	57

<b>III.</b>	<b>Zusammenhänge zwischen Traditioneller Medizin in Europa und im Asiatischen Raum.....</b>	<b>58</b>
1)	<b>Medizin der klassischen Antike in Europa .....</b>	<b>58</b>
2)	<b>Traditionelle Chinesische Medizin.....</b>	<b>60</b>
3)	<b>Tibetische Medizin – Historisches.....</b>	<b>61</b>
	Diagramm – Alte Tibetische Medizin, Überblick.....	63
4)	<b>Neue Tibetische Medizin.....</b>	<b>64</b>
5)	<b>Platon’s Phaidon.....</b>	<b>68</b>
	Diagramm Hypnose – Sokrates – Seele – Kollektives Unbewusstes.....	72
<b>IV.</b>	<b>Grundlagen der Medizinischen Hypnose.....</b>	<b>73</b>
1)	<b>Begriffsbestimmung .....</b>	<b>73</b>
2)	<b>Trance-Phänomene .....</b>	<b>74</b>
3)	<b>Der hypnotische Rapport.....</b>	<b>76</b>
	Diagramm zum Rapport.....	77
4)	<b>Trancesprache und Trancelogik.....</b>	<b>78</b>
4.1.	Sprachmodelle .....	78
4.2.	Tranceförderlicher Sprachgebrauch.....	79
	Diagramm – Überblick zur Trancesprache.....	84
4.3.	Trancehinderlicher Sprachgebrauch.....	89
	Diagramm – Hinderlicher Sprachgebrauch .....	90
4.4.	Trancelogik.....	91
4.5.	Formulierungsfundus für den Anfänger.....	91
<b>V.</b>	<b>Induktionstechniken.....</b>	<b>94</b>
1)	<b>Ablauf einer Induktion .....</b>	<b>94</b>
	Diagramm – Beispielhafter Ablauf einer Induktion.....	96
2)	<b>Die klassischen bzw. „direkten“ Methoden.....</b>	<b>97</b>
3)	<b>Die „indirekte“ Methode nach Erickson.....</b>	<b>101</b>
	Folgen und Führen .....	102
	Utilisation .....	102
	Beiläufigkeit.....	102
	Trancesprache und Trancelogik.....	104
	VAKOG-Induktion/Sinneskanal-Ansprache.....	105
	Diagramm – Indirekte Methoden nach Erickson .....	105
4)	<b>Trancetiefe.....</b>	<b>106</b>
<b>VI.</b>	<b>Über den geistigen Hintergrund der Hypnoakupunktur:</b>	
	<b>Vom Wort über die Berührung zur Nadel .....</b>	<b>108</b>
1)	<b>Am Anfang war das Wort: Heilende Kommunikation am Beispiel von NLP und Hypnose .....</b>	<b>108</b>
	Sprache und Kommunikation .....	108
	Ein Trancephänomen anhand des Handshakes.....	113
	Diagramm – Zusammenfassung der Aspekte einer heilenden Kommunikation .....	114

2) <b>Therapeutic Touch</b> .....	<b>114</b>
Suggestion, Energie und „Fastberührung“ .....	115
Diagramm – Zusammenfassung Therapeutic Touch .....	119
3) <b>Mesmer und der animalische Magnetismus</b> .....	<b>120</b>
Auszug aus der klassischen Mesmerischen Doktrin .....	120
Ein Ausschnitt aus einem Bericht von N. Husson aus dem Jahre 1931 .....	122
Methoden der Induktion tiermagnetischen Schlafes oder mesmerischer Phänomene .....	123
Diagramm – Zusammenfassung zu Mesmer .....	128
4) <b>Akupressur und die Akupunkturnadel als verlängerte therapeutische Hand</b> .....	<b>128</b>
<b>VII. Grundlagen der Hypnoakupunktur</b> .....	<b>131</b>
1) <b>Einleitung zur Hypnoakupunktur</b> .....	<b>131</b>
Diagramm – Übersicht über die 5 Elemente und deren Bedeutung .....	131
2) <b>Die Fünf-Elemente-Lehre</b> .....	<b>132</b>
1. Nahrungszklus – erste Mutter-Kind-Regel .....	133
2. Schwächungszyklus – zweite Mutter-Kind-Regel .....	133
3. Kontrollzyklus – erste Großmutter-Enkelkind-Regel .....	133
4. Rebellierender Zyklus – zweite Großmutter-Enkelkind-Regel .....	134
3) <b>Der Ablauf einer Standardsitzung</b> .....	<b>136</b>
Die fixen Punkte erläutern eine klassische „Standardsitzung“ der Hypnoakupunktur .....	137
Weitere praktische Tipps .....	139
4) <b>Eigentherapie: Selbsthypnose und Selbstakupressur</b> .....	<b>140</b>
4.1. Einleitung .....	140
4.2. Das bewusste & unbewusste Ich .....	141
4.2.1. Autosuggestion .....	141
4.2.2. Induktionsformen nach Coué .....	142
4.2.3. Autosuggestion als Allheilmittel .....	143
Diagramm – Autosuggestionen, ein Überblick .....	143
4.3. Eigenverantwortliche Therapie – Akupressur und Selbsthypnose .....	144
4.3.1. Die Atem-Technik .....	145
4.3.2. Die Kugelschreiber-Technik .....	145
4.3.3. Die Treppen-Induktion .....	146
4.4. Überblick Selbstmanagement und Entspannungsverfahren .....	147
Mentaltraining .....	148
Autogenes Training .....	149
Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson .....	150
Meditation .....	151
Transzendente Meditation .....	152
Buddhistische Zen-Meditation .....	153
Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) .....	154
Bewegungsmeditation .....	154
Diagramm – zur Zusammenfassung der Methoden .....	156

<b>VIII. Erläuterung des ganzheitlichen Zugangs der TCM zum Patienten und die Verknüpfung zur Hypnoakupunktur .....</b>	<b>157</b>
1) <b>Die inneren Organe ZANG und ihre Beziehung zur Psyche.....</b>	<b>158</b>
2) <b>Organtypen.....</b>	<b>159</b>
Leber.....	159
Herz.....	160
Lunge.....	160
Niere .....	160
Milz-Pankreas .....	160
3) <b>Die sedierende Akupunktur .....</b>	<b>161</b>
Diagnosestellung eines Fülle-Zustandes .....	161
Therapie des Fülle-Zustandes.....	161
4) <b>Safe place .....</b>	<b>162</b>
5) <b>Reframing .....</b>	<b>163</b>
Diagramm – Zusammenfassung der ganzheitlichen Erläuterungen .....	164
6) <b>Psychisch harmonisierende Punkte.....</b>	<b>164</b>
Herz-Meridian .....	165
Blasen-Meridian .....	165
Magen-Meridian.....	165
Lenkergesäß.....	166
Konzeptionsgefäß.....	166
7) <b>Beispielhafte Behandlung häufiger psychischer Dysregulationen unserer Gesellschaft.....</b>	<b>166</b>
Kopfschmerz .....	166
Neurasthenische Beschwerden .....	167
<b>IX. Schmerz, ein ideales Anwendungsgebiet für Hypnoakupunktur .....</b>	<b>168</b>
1) <b>Schmerzbeeinflussung durch Hypnose .....</b>	<b>168</b>
Schmerzmanagement .....	168
Hypnosemethoden zur Schmerzbehandlung .....	170
Dissoziation .....	172
Assoziation.....	172
Diagramm – Schmerzen Behandlungsmethoden .....	172
2) <b>Kinderhypnose .....</b>	<b>173</b>
Induktionstechniken.....	173
Fallbeispiel .....	174
Zu den Ausnahmefällen zählt die so genannte Schreitrance .....	175
Fallbeispiel- Anästhesie.....	176
3) <b>Akupunktur bei Schmerzpatienten.....</b>	<b>177</b>
4) <b>Fallbeispiel Schmerz .....</b>	<b>179</b>
Therapieprogramm .....	179
Hypnosebeispiel.....	180
Diagramm – Zusammenfassung der TCM-Krankheitssyndrome .....	184

<b>X.</b>	<b>Ernährung und Körpergewicht.....</b>	<b>185</b>
1)	<b>Einführung.....</b>	<b>185</b>
2)	<b>Die Nahrungsinhaltsstoffe.....</b>	<b>186</b>
3)	<b>Sprengung festgefahrener unbewusster Programme und Ernährung.....</b>	<b>187</b>
4)	<b>Öle, Fette und Cholesterin.....</b>	<b>188</b>
	Allgemeines.....	188
	Gesättigte Fettsäuren.....	188
	Ungesättigte Fettsäuren.....	189
5)	<b>Pharmakologisch wirksame wichtige Pflanzeninhaltsstoffe.....</b>	<b>189</b>
	PHYTOCHEMICALS – BIOLOGISCH AKTIVE SUBSTANZEN IN PFLANZEN.....	189
	Antioxidantien.....	190
	Phytochemicals der mediterranen Diät.....	190
	POLYPHENOLE.....	191
	PFLANZLICHE STEROLE.....	191
	Phytoöstrogene.....	191
	Diagramm – Pflanzliche Inhaltsstoffe (Phytochemicals der mediterranen Diät).....	192
6)	<b>Aminosäuren.....</b>	<b>192</b>
7)	<b>Spurenelemente.....</b>	<b>192</b>
8)	<b>Mediterrane Ernährung und Anti-Aging.....</b>	<b>193</b>
9)	<b>Dinner Cancelling.....</b>	<b>194</b>
10)	<b>Abnehmen/Lebensstilveränderung Fallbeispiel.....</b>	<b>195</b>
	Therapieprogramm.....	195
	Hypnosebeispiel.....	196
	Diagramm – Zusammenfassung Abnehmen.....	201
<b>XI.</b>	<b>Raucherentwöhnung.....</b>	<b>202</b>
1)	<b>Rauchen und Lifestyle.....</b>	<b>202</b>
2)	<b>Strategien für die Hypnose.....</b>	<b>202</b>
3)	<b>Selbsthypnose.....</b>	<b>203</b>
4)	<b>Faktoren die den Erfolg beeinflussen.....</b>	<b>203</b>
5)	<b>Erfolgsquoten.....</b>	<b>203</b>
6)	<b>Weitere unterstützende Maßnahmen.....</b>	<b>204</b>
7)	<b>Fallbeispiel.....</b>	<b>205</b>
	Raucherentwöhnung bei einem männlichen, 30-jährigen Patienten ohne andere Risikofaktoren.....	206
	Diagramm – Strategien zur Raucherentwöhnung.....	209
8)	<b>Fallbeispiel HYPNOAKUPUNKTUR zur Raucherentwöhnung.....</b>	<b>209</b>
	Therapieprogramm.....	210
	Hypnosebeispiel.....	210
	Diagramm – Zusammenfassung Rauchen.....	215

<b>XII. Psychische Probleme</b> .....	<b>216</b>
1) <b>Stress, Unruhe, Erfolgsdruck</b> .....	<b>220</b>
Therapieprogramm .....	220
Hypnosebeispiel.....	220
2) <b>Körperliche Anspannung, Unruhe</b> .....	<b>225</b>
Therapieprogramm .....	225
Hypnosebeispiel.....	225
Diagramm – Überblick der Metaphern von 1 und 2 .....	229
3) <b>Depressive Stimmung und Antriebslosigkeit</b> .....	<b>230</b>
Therapieprogramm .....	230
Hypnosebeispiel.....	230
4) <b>Hypnose als Begleittherapie für suchterkrankte Patienten im stationären Setting</b> .....	<b>234</b>
<b>XIII. Magen/Darm Trakt, Reizdarm</b> .....	<b>238</b>
Fallbericht Reizdarm.....	238
Therapieprogramm .....	238
Hypnosebeispiel.....	238
<b>XIV. Hypnose und Akupunktur statt Doping im Leistungssport</b> .....	<b>242</b>
1) <b>Doping im Leistungssport – Eine unglückliche Entwicklung</b> .....	<b>242</b>
1.1 Geschichte des Dopings und der Dopingkontrolle.....	242
1.2. Sozialisation zum Doping – Der ganz „normale“ Wunsch nach Leistungssteigerung.....	243
1.3. Dopingprävention und Alternativen.....	245
2) <b>Einsatz hypnotischer Fertigkeiten im Leistungssport</b> .....	<b>247</b>
1.2. Verbesserung des mentalen Trainings.....	247
2.2. Auflösen von Anspannung.....	248
2.3. Zone optimaler Funktionsfähigkeit.....	250
2.4. Entwicklung motorischer Fertigkeiten .....	251
2.5. Der Einsatz von Vorstellungsbildern unter Hypnose.....	252
2.6. Förderung der Motivation .....	254
2.7. Steigerung der Konzentrationsfähigkeit .....	255
2.8. Lösen von Problemen durch Veränderung der Betrachtungsweise.....	256
2.9. Stärkung des Selbstvertrauens .....	257
2.10. Aktivierung der Selbstheilungskräfte .....	259
Diagramm – Zusammenfassung: Hypnose statt Doping .....	261
Trancebeispiel zur Hypnoakupunktur bei Leistungssport.....	262
<b>XV. Eingriffe und Hypnoakupunktur am Beispiel von Herzkatheteruntersuchungen</b> .....	<b>267</b>
1) <b>Beispiele für mögliche Wirkungen von hypnotischen Suggestionen auf das Gefäßsystem</b> .....	<b>267</b>
2) <b>Beispiel für die Wirkung von Hypnose auf die sympathische Aktivität des Herzens</b> .....	<b>267</b>
3) <b>Hypnoakupunktur und TCM als Ansatz zur Behandlung kardiovaskulärer Erkrankungen</b> .....	<b>268</b>
4) <b>Hypnoakupunktur und TCM bei funktioneller kardiovaskulärer Störung</b> .....	<b>268</b>

5) Effekte von Hypnose auf die postoperative Anpassung nach Bypass-Operationen.....	268
6) Hypnoakupunktur bei Angina pectoris .....	269
Diagramm – Einsatzbereiche der HA .....	272
7) Anwendung von ärztlicher Hypnose während Herzkatheteruntersuchungen .....	273
Fallbeispiele.....	273
Fall 1: „Das Hobby und die Drei-Worte-Induktion“ .....	273
Fall 2: „Konfusion und kleine Regression“ .....	275
Fall 3: „Hypnoid des Witzes“ .....	278
Fall 4: „Ablenkung und posthypnotische Amnesie“ .....	279
Fall 5: „Utilisation der Anspannung zur Entspannung“ .....	282
Diagramm – Zusammenfassung Herzkatheter .....	285
<b>XVI. Kardiovaskuläre Primärprävention und Herz-Kreislauf Anti-Aging .....</b>	<b>286</b>
1) Arteriosklerose .....	287
Hauptrisikofaktoren für die Atherogenese stellen folgende Punkte dar .....	287
Hypnoakupunktur.....	292
Diagramm – Überblick Atherosklerose .....	294
2) Herzinsuffizienz .....	295
Wie entsteht eine Herzschwäche? .....	295
Was passiert bei einer Herzschwäche?.....	296
3) Herzrhythmusstörungen .....	297
4) Elektrische Erregung.....	297
Elektrische Störungen im Herzen .....	298
Extrasystolen.....	299
5) Hypertonie.....	299
Therapie der Hypertonie .....	300
6) Hypnoakupunktur – ein kommentiertes Trancebeispiel zur Veranschaulichung des hypnotischen Zuganges.....	301
7) TCM/Akupunktur.....	303
8) Hypotonus .....	304
<b>XVII. Schlafstörungen .....</b>	<b>305</b>
Fallbericht Hypnoakupunktur.....	305
Therapieprogramm .....	305
Hypnosebeispiel .....	306
<b>XVIII. Harnwegsinfekt und Psychosomatik .....</b>	<b>311</b>
Fallbericht Hypnoakupunktur.....	311
Therapieprogramm .....	311
Hypnosebeispiel .....	311

<b>XIX. Allergisches Asthma</b> .....	<b>315</b>
Fallbericht Hypnoakupunktur .....	315
Therapieprogramm .....	315
Hypnosebeispiel.....	316
<b>XX. Tinnitus</b> .....	<b>320</b>
Fallbericht Hypnoakupunktur .....	320
Therapieprogramm .....	320
Hypnosebeispiel.....	320
<b>XXI. Ängste und Phobien</b> .....	<b>325</b>
<b>1) Akupunktur bei Angstpatienten</b> .....	<b>325</b>
Herz-Qi-Mangel.....	325
Herz-Yang-Mangel .....	325
Herz-Blut-Mangel.....	326
Herz-Yin-Mangel .....	326
Nieren-Jing-Mangel.....	326
Nieren-Yang-Mangel/Nieren-Qi nicht fest.....	326
Nieren-Yin-Mangel.....	326
<b>2) Fallbeispiel zu Ängsten und Sorgen,Phobien</b> .....	<b>327</b>
Therapieprogramm .....	327
Hypnosebeispiel.....	327
Diagramm – TCM-Syndrome bei Ängsten .....	332
<b>XXII. Anhang: weitere Trancebeispiele, Induktionstechniken</b> .....	<b>333</b>
<b>1) Einfache Induktionstechniken</b> .....	<b>333</b>
Diagramm – Einfache Induktionstechniken .....	334
<b>2) Induktionstechniken für Fortgeschrittene</b> .....	<b>335</b>
Diagramm – Induktionstechniken für Fortgeschrittene.....	336
<b>3) Weitere Basics zur Trancearbeit</b> .....	<b>336</b>
<b>4) Trancearbeit für Fortgeschrittene</b> .....	<b>337</b>
Diagramm – Weitere Techniken.....	337
<b>5) Blockschema zur Hypnoakupunktur (HA)</b> .....	<b>338</b>
<b>6) Patientenbroschüre zur Hypnoakupunktur</b> .....	<b>339</b>
<b>7) Weitere Trancebeispiele:</b> .....	<b>345</b>
Trancegeschichte zum Tinnitus .....	345
Trancegeschichte zum Tinnitus + Selbsthypnose – Übung .....	348
Die Basissophonisation und VAKOG in der Hypnoakupunktur .....	351
<b>XXIII. Literaturnachweis</b> .....	<b>354</b>