

Obsah

Príhovor autorov.....	9
Úvod.....	11
Krátka história akupunktúry.....	15
Tradičná koncepcia a filozofické základy akupunktúry.....	19
Základy a súdobé koncepcie akupunktúry.....	32
Metodika liečby pomocou akupunktúry.....	38
Modifikácie akupunktúry.....	47
Moxibuscia a pôsobenie tepelných podnetov.....	47
Najčastejšie používané spôsoby moxibuscie.....	48
Vákuumterapia.....	51
Pôsobenie elektrického prúdu.....	53
Akupunktúra jednou ihlou.....	56
Iné modifikácie akupunktúry.....	59
Akupunktúrna diagnostika.....	61
Pulzová a symptómová diagnostika.....	62
EAV - Elektroakupunktúra podľa Volia.....	66
Akabaneho metóda (test).....	72
Základy masáže - ruka ako nástroj liečby.....	76
Pôsobenie tlaku - úvod do akupresúry.....	81
Akupresúra (manuspunktúra, digitopunktúra, digitopresúra).....	81
Metodika a technika akupresúry.....	84
Bodová a dráhová masáž.....	90

Indikácie a kontraindikácie akupresúry.....	94
Systematika dráh a aktívnych bodov používaných pri akupresúre.	95
I. Dráha pľúc - <i>Pulmo</i> (P).....	95
II. Dráha hrubého čreva - <i>Intestinum crassum</i> (IC).....	98
III. Dráha žalúdka - <i>Gaster</i> (G).....	100
IV. Dráha sleziny a podžalúdkovej žľazy - <i>Lien -pcinreas</i> (LP).....	105
V. Dráha srdca - <i>Cor</i> (C).....	109
VI. Dráha tenkého čreva - <i>Intestinum tenue</i> (IT).....	112
VII. Dráha močového mechúra - <i>Vesica urinaria</i> (VU).....	115
VIII. Dráha obličiek - <i>Ren</i> (R).....	122
IX. Dráha perikardu - <i>Pericardium</i> (PC).....	125
X. Dráha troch častí tela - <i>Tres igni</i> (T).....	127
XI. Dráha žľzníka - <i>Vesica fellea</i> (VF).....	130
XII. Dráha pečene - <i>Hepar</i> (H).....	135
XIII. Predná stredná dráha - <i>Jenn Mo</i> (JM).....	138
XIV. Zadná stredná dráha - <i>Tou Mo</i> (TM).....	142
Body mimo dráh - extrameridiánové (EM).....	146
Akupunktúrne mikrosystémy.....	151
Akupunktúra ušnice - aurikuloterapia.....	152
Základy aurikulodiagnostiky a aurikuloterapie.....	157
Priemety bodov a zón na ušnici podľa Gojdenku a Kotenevovej.....	166
Kľúčové body a zóny ušnice podľa Nogiera.....	170
Indikačné možnosti liečby niektorých ochorení stimuláciou kľúčových bodov podľa Nogiera.....	172
Reflexológia.....	178
Reflexológia v praxi.....	184
Rinofaciopunktúra - akupunktúra a akupresúra mikrosystému nosa a tváre.....	188
Manuspunktúra, pedispunktúra.....	191
Pedispunktúra.....	193
Su Jok.....	194
Metóda Shu-Mu.....	196
Poplašné body Mu (alarmové).....	196
Súhlasné body Shu.....	196

Modifikácie akupresúry.....	200
Tlakové pôsobenie nalepených predmetov.....	200
Pôsobenie kovových predmetov.....	200
Pôsobenie statického magnetického poľa - magnetopresúra.....	202
Dvojstranná magnetopresúra bodov na ušnici.....	203
Iplikátor Kuznecova.....	204
Akvapunktúra, akvaterapia.....	205
Skúsime to bez tabletiiek? Ako postupovať pri liečbe akupresúrou.....	207
Ochorenia srdcovo-cievnej sústavy.....	207
Ochorenia a bolesti pohybového aparátu.....	211
Vertebrogénne bolesti a ochorenia chrbtice.....	214
Choroby z prechladnutia.....	218
Neurózy.....	221
Nespavosť.....	224
Akupresúra pri únave, malátnosti a prepracovanosti.....	226
Program nešpecifickej ionizácie organizmu.....	230
Cvičenia a masáže do-in.....	231
Akupresúra v boji proti bolesti.....	232
Liečba alergických ochorení akupunktúrou a akupresúrou.....	237
Ako schudnúť pomocou akupunktúry a akupresúry?.....	243
Liečba toxikománie a návykových stavov akupunktúrou a akupresúrou.....	249
Liečba návykových ochorení.....	253
Akupresúra a bodová masáž.....	254
Čínska masáž očí.....	257
Akupresúra a akupunktúra pri prvej pomoci.....	258
Prvá pomoc pri mdlobe, kolapse a bezvedomí.....	259
Prvá pomoc pri záchvate epilepsie (padúcnice).....	262
Prvá pomoc pri poškodení organizmu teplom.....	263
Prvá pomoc pri inhalačnej popálenine a traume.....	264
Akupresúra pri stavoch psychického rozrušenia.....	265
Prvá pomoc pri prudkých alergických reakciách.....	266

Záchvat bronchiálnej astmy.....	268
Prvá pomoc pri záchvatoch dráždivého kašľa.....	269
Akupresúra ako možnosť zníženia horúčky.....	269
Srdcový infarkt a bolesti na hrudi (<i>angína pectoris</i>).....	271
Prvá pomoc pri žlčníkovej a obličkovej kolike.....	272
Krvácanie z nosa (<i>epistaxis</i>).....	274
Čkavka (<i>singultus</i>).....	275
Bolesti zubov.....	275
Dýchavica (<i>dyspnoe</i>).....	277
Kozmetická akupunktúra a akupresúra.....	280
Najdôležitejšie mimické svaly a ich funkcie.....	282
Kozmetické akupunktúrne body na tvári.....	289
Akupunktúra a akupresúra v detskom veku.....	297
Hlavné indikácie akupunktúry v detskom veku.....	300
Niekoľko príkladov ošetrovania dojčiat a malých detí akupresúrou.....	300
Niekoľko najosvedčenejších postupov pri liečbe väčších detí akupunktúrou.....	301
Liečba niektorých ochorení a príznakov akupresúrou.....	305
Zoznam literatúry.....	325