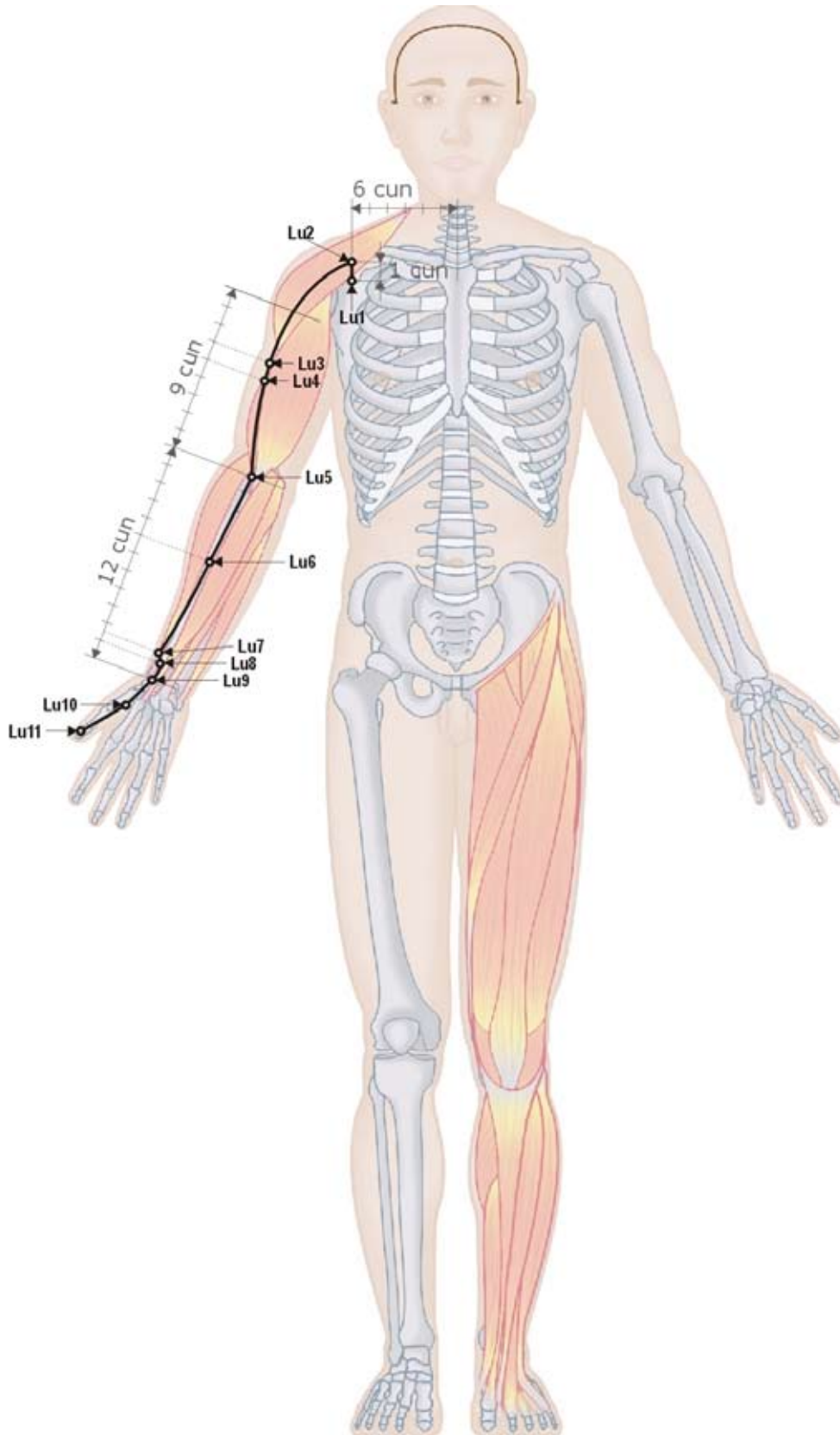
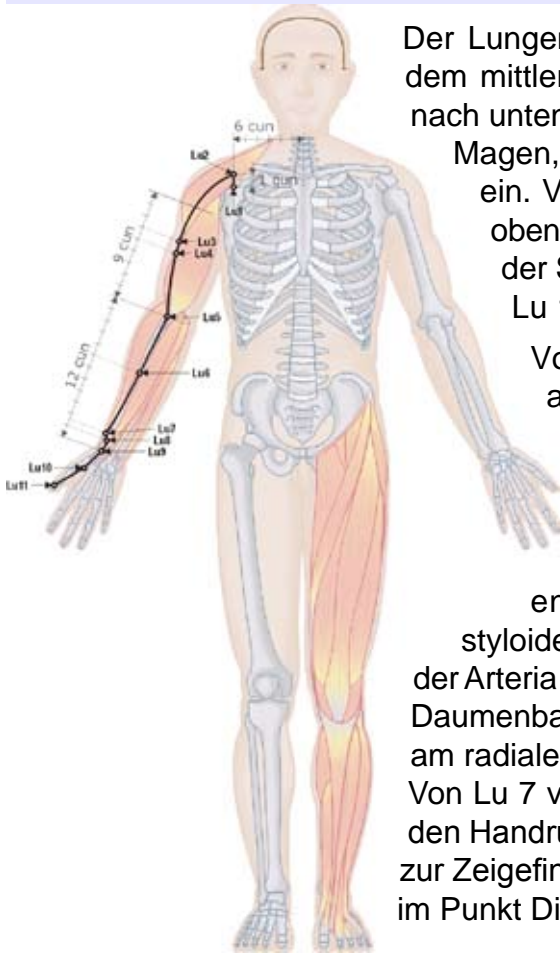


Lungen-Meridian (I. Umlauf)

Lu



Verlauf des Lungen-Meridians (Shou Tai Yin Fei Jing, Te no Taiinhaikēi)



Der Lungen-Meridian entspringt in seinem inneren Verlauf dem mittleren Erwärmer im Bereich des Solarplexus, zieht nach unten zum querliegenden Dickdarm, kehrt zurück zum Magen, durchläuft das Zwerchfell und dringt in die Lunge ein. Von dort zieht er dann entlang der Luftröhre nach oben und dann schräg nach unten zum äußeren Bereich der Schulter, wo er unter dem Schlüsselbein im Punkt Lu 1 an die Oberfläche dringt.

Von dort verläuft der Lungen-Meridian weiter am medialen Rand des vorderen Anteils des M. deltoideus und entlang der lateralen Seite des M. biceps brachii in die Beugefalte des Ellbogens (Lu 5).

Über den Unterarm verläuft der Lungen-Meridian entlang des M. brachioradialis zum Processus styloideus radii (Lu 7) und folgt dann dem radialen Rand der Arteria radialis bis zum Handgelenk (Lu 9), zieht über den Daumenballen und die radiale Seite des Daumens und endet am radialen Nagelfalzwinkel des Daumens (Lu 11).

Von Lu 7 verläuft ein Nebenast des Lungen-Meridians über den Handrücken und über die radiale Seite des Zeigefingers zur Zeigefingerspitze, wo er sich mit dem Dickdarm-Meridian im Punkt Di 1 verbindet.

Indikationen des Lungen-Meridians

Viele Wirkungen des Lungen-Meridians stehen in direktem Zusammenhang mit seinem Verlauf und mit den Funktionen des Organs Lunge:

- behandelt rebellierendes Lungen-Qi, das sich durch Störungen in den Atmungsfunktionen wie Husten, Kurzatmigkeit, Niesen oder Asthma manifestiert;
- stellt die verteilende Funktion der Lunge wieder her, wenn diese durch einen äußeren pathogenen Einfluss beeinträchtigt wurde, der in die oberflächliche Energieschicht des Körpers (Tai Yang) eingedrungen ist;
- behandelt Beschwerden der Nase wie auch Nasenbluten und verstopfte Nase;
- behandelt Erkrankungen des Rachens wie Trockenheit, Entzündung, Blockade, Schwellung und Schmerzen;
- behandelt Ödeme und Harnverhalten, wenn die Ursache eine Beeinträchtigung der Lungenfunktion ist, die Wasserwege zu regulieren und die Verteilung und Absenkung zu kontrollieren; und
- behandelt Erbrechen infolge von rebellierendem Magen-Qi.

Häufigste Indikationen des Lungen-Meridians sind Erkrankungen der Atmungsorgane, Beschwerden von Hals, Rachen, Nase und Haut sowie schmerzhaftes Syndrom im Verlauf des Meridians wie Tennisarm oder Schulter-Arm-Syndrom.

Indikationen nach Masunaga

Die psychologischen Indikationen des Lungen-Meridians leiten sich nach Masunaga von den Funktionen der Lunge ab, Widerstand gegen Einflüsse von außen aufzubauen und Unbenötigtes auszuschleiden.

Symptome des Jitsu-Zustandes sind eine sich rasch aufbauende Wut über Kleinigkeiten verbunden mit der Unfähigkeit loszulassen sowie die Tendenz nach Luft zu ringen und beim Atmen zu seufzen.

Symptome des Kyo-Zustandes sind die Neigung zum geistigen Zusammenbruch, Herzklopfen, starke Ängstlichkeit, wenig Ausdauer und eine antisoziale Einstellung.

Spezielle Punkte für die Lunge und den Lungen-Meridian

Zustimmungspunkt (Shu)	Bl 13
Alarmpunkt (Mu)	Lu 1
Quellpunkt (Yuan)	Lu 9
Durchgangspunkt (Luo)	Lu 7
Akutpunkt (Xi)	Lu 6
Tonisierungspunkt	Lu 9
Sedierungspunkt	Lu 5

Meisterpunkt (Mai Hui) für das Gefäßsystem und den Puls	Lu 9
Schlüsselpunkt (Bamajiaohui) des Konzeptionsgefäßes (Ren Mai)	Lu 7

Antike Punkte

Jing-/Brunnenpunkt	Lu 11
Rong-/Laufpunkt	Lu 10
Shu-/Gleitpunkt	Lu 9
Jing-/Fließpunkt	Lu 8
He-/Eintrittspunkt	Lu 5
Holzpunkt	Lu 11
Feuerpunkt	Lu 10
Erdepunkt	Lu 9

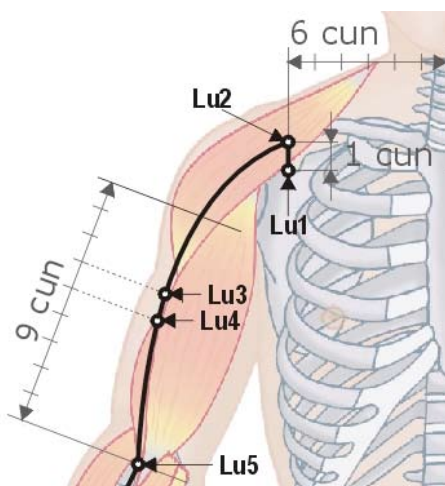
Metallpunkt	Lu 8
Wasserpunkt	Lu 5

Erfahrungsstellen

- Lu 1 für die Lungen
- Lu 5 für die Lungen und für Auswurf (Schleimhusten)
- Lu 7 für die Lungen und den Nacken

Lu 1

ZHONGFU („Mitten im Amtssitz“, „Zentralpräфекtur“, „Chufu“, „Middle Palace“)



6 cun lateral der vorderen Mittellinie und 1 cun unterhalb des Schlüsselbeins

- 1 cun unterhalb von Lu 2
- der Abstand zwischen der Mittellinie und dem lateralen Ende des Schlüsselbeins beträgt 8 cun

Punktekategorie

- Alarmpunkt der Lungen
- Erfahrungsstelle für die Lungen

Funktionen

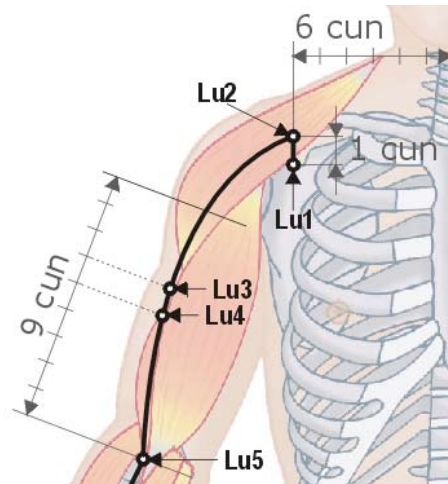
- vertreibt Wind und reguliert die Lungen
- senkt Lungen-Qi ab und vertreibt Husten und Keuchen
- stärkt Lungen-Yin
- klärt Hitze im Oberen Erwärmer
- senkt Magen-Qi ab

Indikationen

- (1) Husten, Schleimhusten, Bronchitis, erschwerte Atmung, Asthma, Lungenentzündung
- (2) verstopfte Nase, Erkältung, verquollenes Gesicht
- (3) Beschwerden und Schmerzen in Brust und Schulter
- (4) Verdauungsstörungen, geblähter Bauch, Erbrechen, Würgen
- (5) Schmerzen der Haut

Anmerkung

- bei Feuchtigkeitsstagnation im Gesichtsbereich (verquollenes Gesicht) wird Lu 1 auch zusammen mit Di 4 angewendet

Lu 2**YUNMEN („Wolkentor“, „Unmon“, „Cloud Gate“)**

6 cun lateral der vorderen Mittellinie am Unterrand des Schlüsselbeins

- in einer Grube unter dem Schlüsselbein, die entsteht, wenn man die Hand auf die Taille legt
- am medialen Rand des M. deltoideus

Funktionen

- vertreibt Wind und reguliert die Lungen
- senkt Lungen-Qi ab
- wandelt Schleim um
- vertreibt Fülle und Reizbarkeit

Indikationen

- (1) Erkältung, Husten, Bronchitis, erschwerte Atmung, Asthma, Lungenentzündung
- (2) Beschwerden und Schmerzen in Brust, Schulter und seitlichem Rippenbereich, Brustbeklemmung, Unfähigkeit den Arm zu heben

Lu 3**TIANFU („Himmlicher Amtssitz“, „Himmelspräfektur“, „Tempu“, „Palace of Heaven“)**

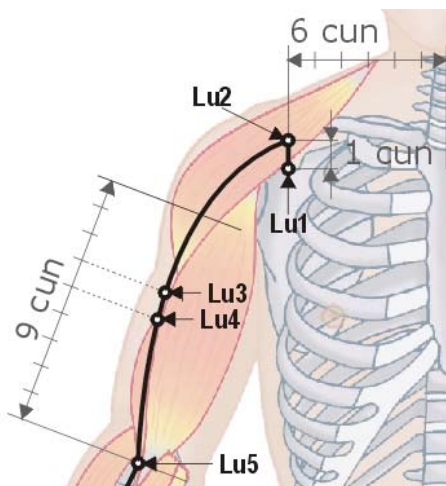
3 cun unter dem Ende der vorderen Achselfalte am lateralen Rand des M. biceps brachii

- in einer Vertiefung zwischen dem M. biceps brachii und dem Humerus
- der Abstand zwischen dem Ende der Achselfalte und dem Ende der Ellbogenfalte beträgt 9 cun

Lu 4**XIABAI („Das edle Weiß“, „Ritterliches Weiß“, „Kyohaku“, „Clasping the White“)**

4 cun unter dem Ende der vorderen Achselfalte am lateralen Rand des M. biceps brachii

- in einer Vertiefung zwischen dem M. biceps brachii und dem Humerus in einer Vertiefung zwischen dem M. biceps brachii und dem Humerus
- 1 cun unterhalb von Lu 3
- der Abstand zwischen dem Ende der Achselfalte und dem Ende der Ellbogenfalte beträgt 9 cun

Lu 5**CHIZE („Teich der Elle“, „Moor der Elle“, „Shakutaku“, „Cubit Marsh“)**

in der Beugefalte des Ellbogens lateral der Sehne des M. biceps brachii

Punktekategorie

- Sedierungspunkt
- He-/Eintrittspunkt
- Wasserpunkt
- Erfahrungsstelle für die Lungen und für Auswurf (Schleimhusten)

Funktionen

- verbindet Lungen und Nieren

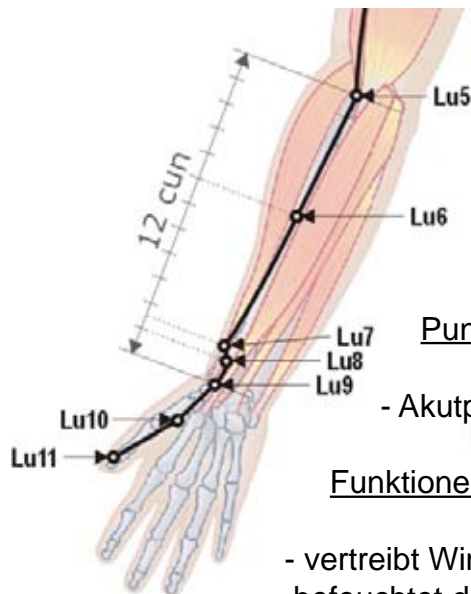
- befeuchtet die Lungen
- senkt Lungen-Qi ab und reguliert die Lungen
- klärt Hitze im Oberen Erwärmer
- reguliert die Wasserzirkulation
- entspannt die Sehnen und lindert Schmerzen

Indikationen

- (1) Husten, Schleimhusten, Bronchitis, erschwerte Atmung, Keuchen, Asthma, Lungenentzündung
- (2) Beschwerden in Mund- und Rachenhöhle, Halsentzündung
- (3) Hauterkrankungen (vor allem im Gesicht)
- (4) Schmerzen in Brust und seitlichem Rippenbereich, Brustbeklemmung
- (5) Durchfall, geblähter Bauch, Erbrechen, Bluterbrechen
- (6) Beschwerden in Ellbogen und Oberarm, Schwierigkeiten die Finger zu beugen und zu strecken, Beschwerden und Schmerzen im Lumbalbereich

Anmerkungen

- in der Behandlung von Beschwerden im Lumbalbereich kann Lu 5 als Spiegelungspunkt von Bl 40 angewendet werden
- bei Schleimhusten wird Lu 5 auch zusammen mit Ma 40 und Lu 1 angewendet

Lu 6**KONGZUI („Tiefes Loch“, „Deutliches Loch“, „Kosai“, „Maximum Opening“)**

7 cun proximal des Handgelenks auf der Verbindungslinie zwischen Lu 5 und Lu 9

- 1 cun proximal der Mitte der Verbindungslinie zwischen Lu 5 und Lu 9

- der Abstand zwischen dem Ellbogen (Lu 5) und dem Handgelenk (Lu 9) beträgt 12 cun

Punktekategorie

- Akutpunkt

Funktionen

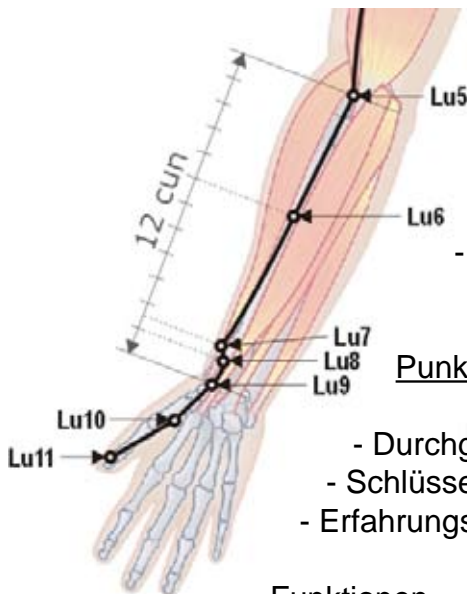
- vertreibt Wind und senkt Lungen-Qi ab
- befeuchtet die Lungen
- klärt Hitze und stoppt Blutungen
- beruhigt akute Beschwerden

Indikationen

- (1) Erkältung, Husten, erschwerte Atmung, Asthma, Schluckauf
- (2) Bluthusten, Bluterbrechen, Hämorrhoiden
- (3) Schmerzen und Schwellungen in Mund- und Rachenhöhle, Heiserkeit, Verlust der Stimme, fieberhafte Erkrankungen ohne Schwitzen, Kopfschmerzen
- (4) Beschwerden und Schmerzen in der Brust, Beschwerden und Bewegungseinschränkungen in Ellbogen und Oberarm, Unfähigkeit den Arm über den Kopf zu heben, Schwierigkeiten die Finger zu beugen und zu strecken

Anmerkung

- bei akutem Asthma wird Lu 6 auch zusammen mit Dingchuan (M-BW-1) angewendet

Lu 7**LIEQUE („Reihenlücke“, „Fehler in der Reihe“, „Blitz“, „Rekketsu“, „Broken Sequence“)**

1,5 cun proximal des Handgelenks in einer kleinen Vertiefung proximal des Processus styloideus radii

- proximal von Di 5
- zwischen den Sehnen des M. brachioradialis und des M. abductor pollicis longus
- der Abstand zwischen dem Ellbogen (Lu 5) und dem Handgelenk (Lu 9) beträgt 12 cun

Punkte kategorie

- Durchgangspunkt
- Schlüsselpunkt des Konzeptionsgefäßes (Ren Mai)
- Erfahrungsstelle für die Lungen und den Nacken

Funktionen

- befreit die Oberfläche und vertreibt Wind
- aktiviert den Meridian und lindert Schmerzen
- fördert die absenkende Funktion der Lungen und fördert die Diurese
- wandelt Schleim um und reguliert die Wasserwege
- öffnet und reguliert das Konzeptionsgefäß (Ren Mai)

Indikationen

- (1) Erkältung, Schüttelfrost und Fieber, verstopfte Nase, Husten, Schleimhusten, Keuchen, erschwerte Atmung, Kurzatmigkeit, Asthma
- (2) Kopfschmerzen, steifer Nacken, einseitiger Kopfschmerz, Migräne, Bluthochdruck, Bewusstlosigkeit
- (3) Menstruationsbeschwerden, Unfruchtbarkeit, Ausbleiben des Wochenflusses
- (4) Beschwerden in Mund- und Rachenhöhle, Zahnschmerzen, Fazialisparese, Trigeminusneuralgie
- (5) Beschwerden im Handgelenk und (insbesondere radialem) Unterarm, Schmerzen in Hand und Handgelenk, Daumenschmerzen, Halbseitenlähmung
- (6) Blut im Urin, schmerzhaftes Urinieren, Schmerzen in den Genitalien, Samenträufeln
- (7) Gedächtnisprobleme, Herzklopfen, Beschwerden und Engegefühl in Brust und seitlichem Rippenbereich

Anmerkungen

- Lu 7 wird als Schlüsselpunkt für das Konzeptionsgefäß (Ren Mai) generell für die Behandlung des Kopfes, bei Schleimproblematik und bei trockenem Rachen empfohlen
- bei hartnäckigem Husten wird Lu 7 auch zusammen mit Ma 40 angewendet
- bei Unfruchtbarkeit wird Lu 7 auch zusammen mit Ni 6 angewendet

Lu 8

JINQU („Hindurchgehender Meridian“, „Hindurchgehender Kanal“, „Abflussrinne der Passage“, „Keikyo“, „Channel Gutter“)



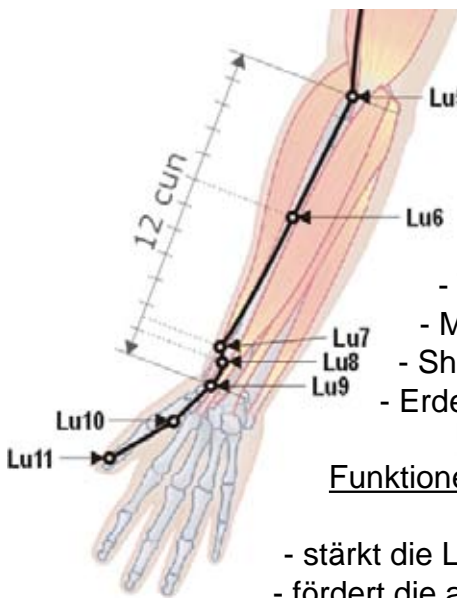
- senkt Lungen-Qi ab
- vertreibt Husten

Indikationen

- (1) Husten, Keuchen, erschwerte Atmung, Kurzatmigkeit, Asthma
- (2) Beschwerden und Schmerzen in Brust und oberem Rücken, Schmerzen im Handgelenk
- (3) Beschwerden und Schmerzen in Mund- und Rachenhöhle, Heiserkeit, Angina

Anmerkung

- Lu 8 wird auch ergänzend bei Autoimmunerkrankungen und degenerativen Erkrankungen angewendet

Lu 9**TAIYUAN („Tiefer Abgrund“, „Großer Abgrund“, „Taien“, „Supreme Abyss“)**

im Handgelenk in einer Vertiefung radial der Arteria radialis und ulnar der Sehne des M. abductor pollicis longus

Punktekategorie

- Quellpunkt
- Tonisierungspunkt
- Meisterpunkt für Gefäßsystem und Puls (Mai Hui)
- Shu-/Gleitpunkt
- Erdepunkt

Funktionen

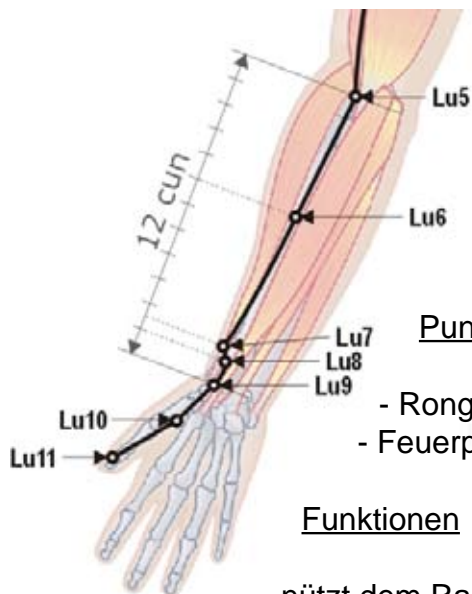
- stärkt die Lungen und wandelt Schleim um
- fördert die absenkende Funktion der Lunge
- reguliert und harmonisiert die Blutgefäße
- aktiviert den Meridian und lindert Schmerzen

Indikationen

- (1) Husten, Bluthusten, erschwerte Atmung, Kurzatmigkeit, Asthma, häufiges Gähnen
- (2) Brustbeklemmung, Schmerzen in Schulter und im seitlichem Rückenbereich, Schmerzen und Schwäche in Handgelenk und innerem Unterarm
- (3) Erkrankungen des Gefäßsystems, Herzbeschwerden
- (4) Bluthusten, Bluterbrechen
- (5) Beschwerden und Schmerzen in Mund- und Rachenhöhle, Zahnschmerzen, Aufstoßen
- (6) gerötete und schmerzende Augen
- (7) Bewusstlosigkeit, Kreislaufkollaps

Anmerkungen

- fördert die Aufnahme von Sauerstoff, erhöht das Atemvolumen
- Notfallspunkt insbesondere bei Kreislaufkollaps
- einziger Punkt, der direkt auf die Blutgefäße (und damit auch direkt auf die Herzkranzgefäße) wirkt

Lu 10**YUJI („Fischgrenze“, „Fischähnliche Grenze“, „Gyosai“, „Fish Border“)**

auf dem Daumenballen in einer Vertiefung ulnar der Mitte des ersten Mittelhandknochens

Lu5

- zwischen dem 1. Mittelhandknochen und den Muskeln des Daumenballens

Lu6

- auf der Grenze zwischen der roten und weißen Hautfärbung

Punktekategorie

- Rong-/Laufpunkt

- Feuerpunkt

Funktionen

- nützt dem Rachen

- klärt Lungen-Hitze
- vertreibt rebellisches Qi
- harmonisiert Lungen und Herz

Indikationen

- (1) Beschwerden und Schmerzen in Mund- und Rachenhöhle, Halsschmerzen, Heiserkeit, erschwerte Atmung, Kurzatmigkeit, Husten, Lungenentzündung, Yang-Kollaps der Lungen
- (2) Bluthusten, Bluterbrechen, Blut im Urin
- (3) Zahnschmerzen, Kopfschmerzen, Unruhe
- (4) Beschwerden im Bereich des Handgelenks und des inneren Unterarms, von Daumen und Daumenballen
- (5) Bauchschmerzen mit der Unfähigkeit zu essen oder zu trinken, Erbrechen

Anmerkungen

- bei Beeinträchtigungen bei der Ernährung von Kleinkindern infolge von Schwäche im Mittleren Erwärmer
- bei Asthma in Verbindung mit Yin-Leere

Lu 11**SHAOSHANG („Kleine Lunge“, „Junior-Händler“, „Shosho“, „Lesser Shang“)**

(1) Ohnmacht, Kreislaufkollaps, Schock, Atemnot (Asthma) Schlaganfall, Hitzeschlag, Fieberkrampf, Epilepsie

- (2) Beschwerden und Schmerzen in Mund- und Rachenhöhle, Halsschmerzen, Heiserkeit, Zahnschmerzen
- (3) emotionale Disharmonien, Unruhe, Manie
- (4) Beschwerden und Schmerzen im Bereich des Handgelenks, des Daumens, des Daumen-ballens und des Oberarms

Anmerkung

- Fernpunkt für Hals und Rachen