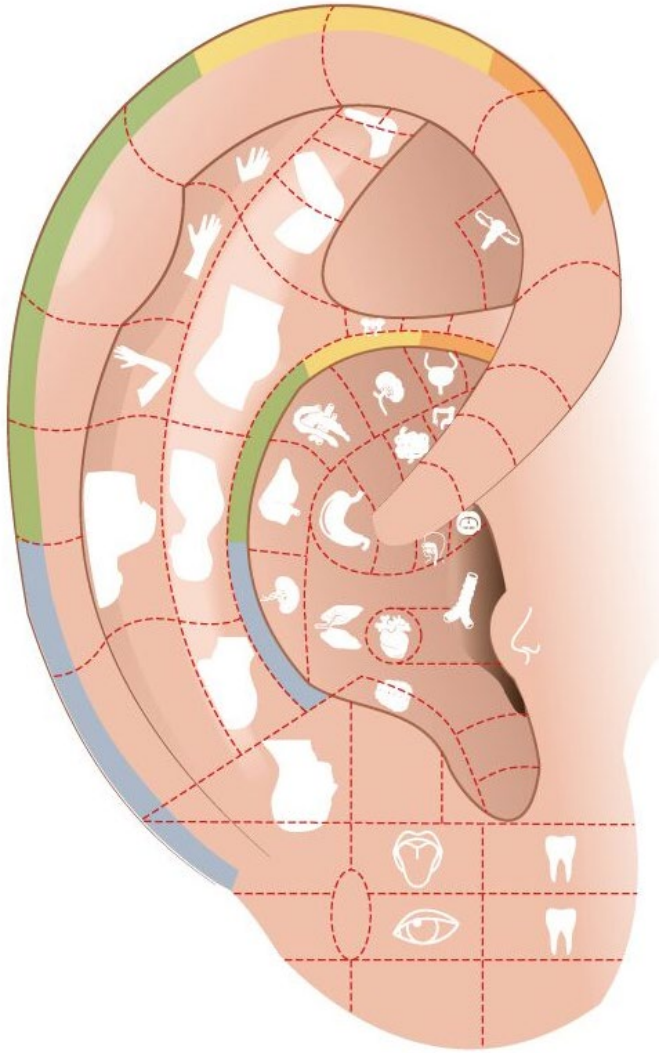
# Velkommen til kursus i øreakupunktur

## Modul 6



CUPPING.DK

AcuCare

www.acucare.dk

Bo Stentoft© Copyright 2019. Alle rettigheder forbeholdes.

# Emner:

Side

Dag 1


| | |
|---|---|
| Hvad er øreakupunktur og hvordan bruger vi det | 3 |
| Øreakupunkturens metoder | 4 |
| Energilidelser og organlidelser | 6 |
| De almindelige hovedpinetyper | 14 |
| Den Kinesiske tankegang | 18 |
| Diagnosticering | 21 |
| 5-element diagrammet | 22 |
| Organuret | 25 |
| Hvilke lidelser kan behandles med øreakupunktur | 27 |
| Øreakupunktur behandlingens udførsel | 30 |
| Stikteknik, redskaber og nåleforståelse | 32 |
| Ørets anatomi, punktplacering og forståelse | 37 |
| Skelettet i øret | 44 |
| Organerne i øret | 54 |

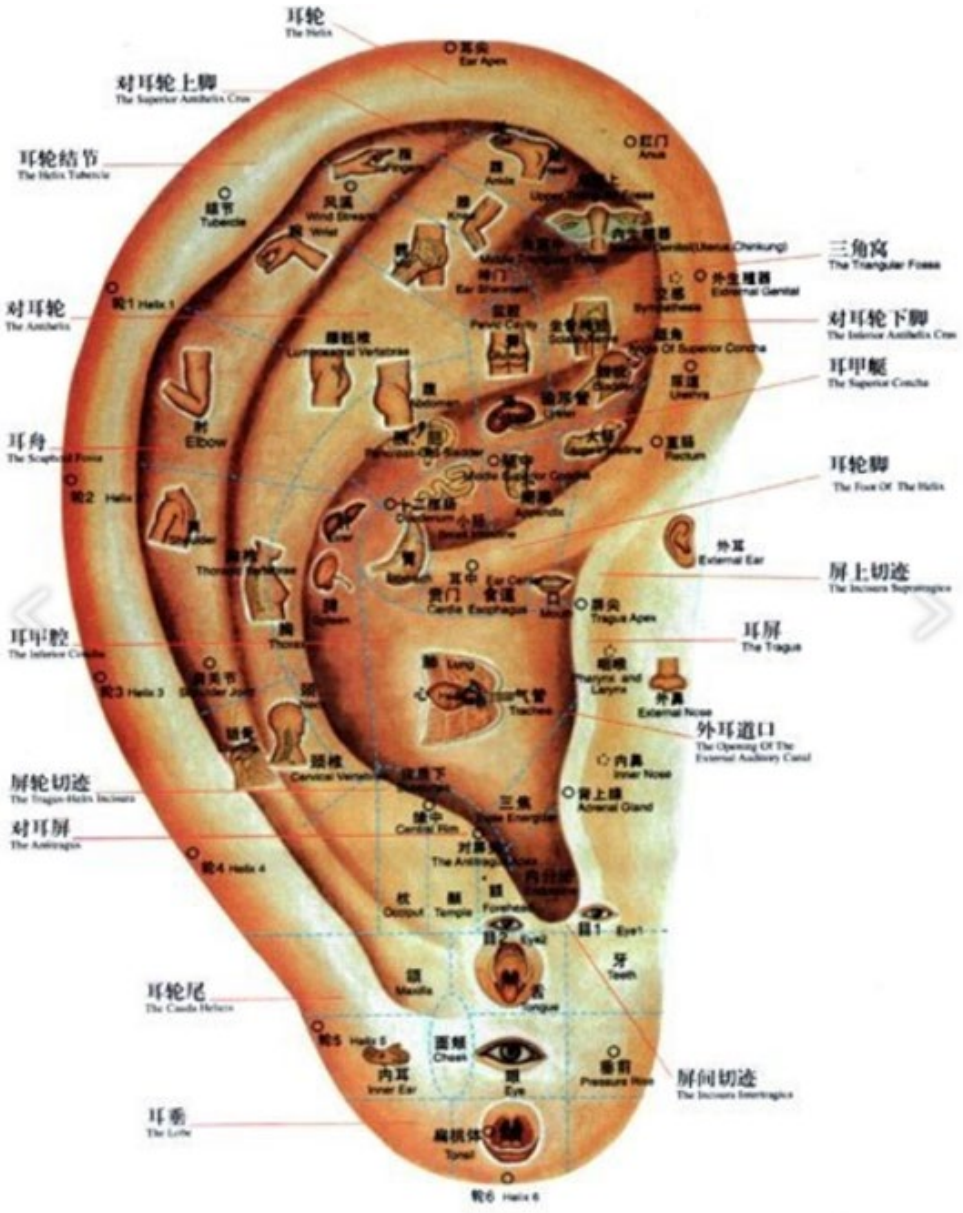

Dag 2


| | |
|---|---|
| Behandlingsprogrammer | 53 |
| Mesterpunkter | 56 |
| NADA ”National Acupuncture Detoxification Association” | 58 |
| Organernes indikationer, meridianer og muskler | 63 |

# Hvad er kinesisk øreakupunktur og hvordan bruger vi det.

- ligner zoneterapi til forveksling.
- enkelt og hurtig løsning på mange symptomer
- enkelt udstyr
- mærkes med det samme
- bygger på årtusinders observationer og erfaringer
- bruges tit sammen med kropsakupunktur, cupping, massage, zoneterapi og andre metoder for at opnå en større samlet effekt

OBS!
Ørepunkterne giver en stærk påvirkning af qi (energi) og blod. Derfor må kursister ikke kritikløs stikke i hinandens ører på tilfældige punkter for at øve indstik



# Øreakupunkturens metoder

I de gamle kinesiske tekster findes bemærkninger om, at alle organer genfindes i øret.

Materiale om, hvor på øret punkterne findes blev først rigtig tilgængelig i kraft af en fransk læge Paul Nogier, der i 1952 over en periode på 5 år, afdækkede næsten alle kroppens reflekspunkter på øret.

Paul Nogier kendte intet til akupunktur og kaldte sin opfindelse for **Auriculoterapi**.

I 1959 blev metoden kendt i Kina og kinesiske akupunktører begyndte at udarbejde teorien om øreakupunkturen. Arbejdet blev færdiggjort i 1965.

# Auriculoterapi

- Metoden tager ikke udgangspunkt i akupunkturlæren, men er et unikt system, der viser hvor behandlingen skal foretages i øret.
- Paul Nogier har videreudviklet sit eget system. Særlig har opdagelsen af ”Nogierrefleksen” en speciel pulstagnings teknik ført metoden over i sin egen udvikling, og gjort den praktiske udførelse vanskeligere at tilegne sig uden avancerede instrumenter.

# Den kinesiske øreakupunktur

- Metoden bygger på Nogiers opdagelser af punkternes placering, men kombineret med akupunkturlærens teori og metode. ***(Tænk kropsvæv, sanseorganer, klinisk overblik m.m.)***
- Metoden er let at lære og kræver kun simple værktøjer for at udføre

# Energilidelser og organlidelser

Brugen af de to metoder samtidig forklarer, hvorfor der kan findes belastede punkter i øret uden at klienten fejler noget i det pågældende organ.

Der skal skelnes imellem:

- **Energilidelser**
- **Organlidelser**

*Nogiers metode er at sætte nålen ud fra den anatomiske model og den kinesiske er at inddrage læren om meridianerne.*

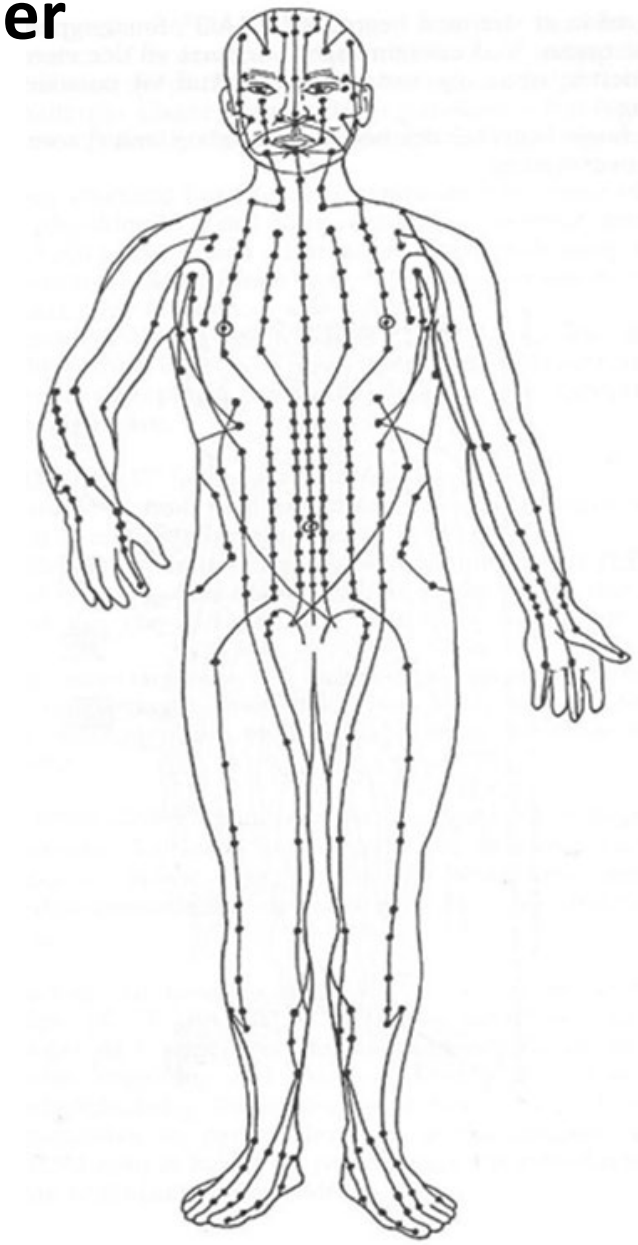
*Vi skal bruge meridianen på følgende måde:*

***Hvis en ubalance ikke kan bedres ud fra påvirkning af det anatomiske område, skal vi finde den meridian der gennemløber området, elle se hvilken muskel der tilhøre organet og behandle det organ der har samme navn som meridianen.***

# Kroppens meridianbaner

**Meridianer**

- Kroppen er opdelt i meridianbaner
- Der er 12 meridianbaner i hver kropshalvdel, samt ekstra meridianer.
- Hver af de 12 meridianer har fået navn efter et vigtigt organ, som den er forbundet med.
- Meridiansystemet kan sammenlignes med et elektrisk kredsløb, der bringer energi rundt i hele kroppen.
- Vi kan med vores kendskab til meridianerne, og de organer de hører til, finde ud af, hvilken meridian der løber gennem kropsområdet, og så behandle det organ i øret!



# Energilidelser

**Energilidelser kan f.eks. være:**

- hovedpine
- Iskias
- ansigtssmerter/trigeminusneuralgi
- Hoftesmerter
- muskelinfiltrationer.

**Disse energilidelser følger ofte <u>den samme bane som en bestemt meridian</u> - og denne meridians <u>organpunkt i øret vil være belastet</u>, uden at det dermed betyder, at organet er sygt.**

**Energilidelser er altid en forløber for mere alvorlige skavanker, hvis de ikke bliver behandlet i tide også i værste fald kan ende med en kronisk lidelse.**

# Organlidelser

**Organlidelser opleves som:**

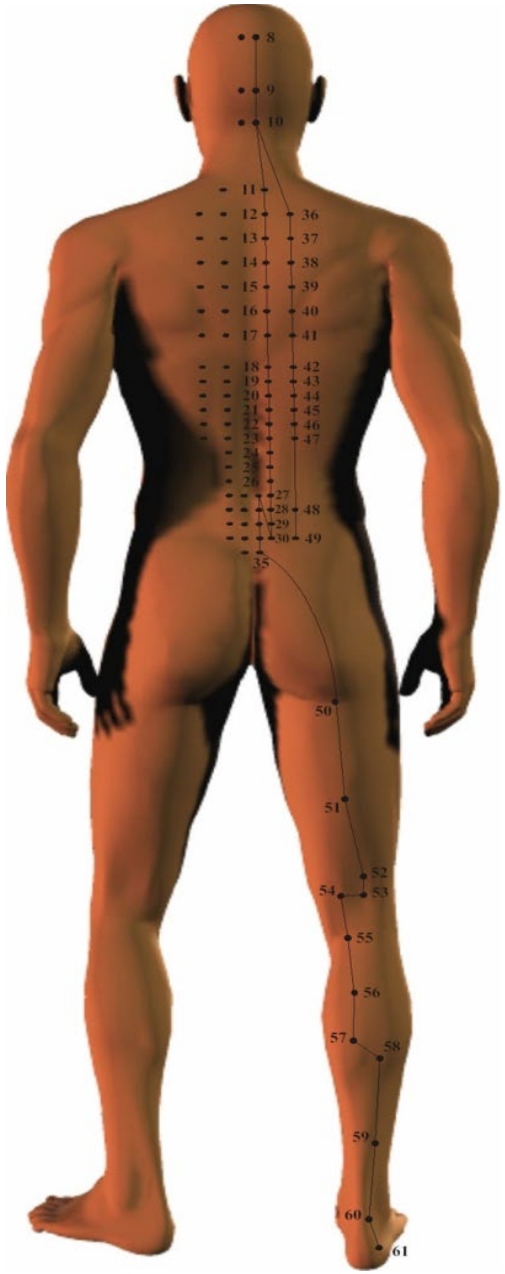
- Fordøjelsesproblemer
- Luftvejsproblemer
- Hormonelle forstyrrelser
- Hjertelidelser
- Stofskifteproblemer

**Disse lidelser opstår kun pga. at et organ ikke fungerer som det skal.**

# Energilidelser i blæremeridianen

Symptomer:

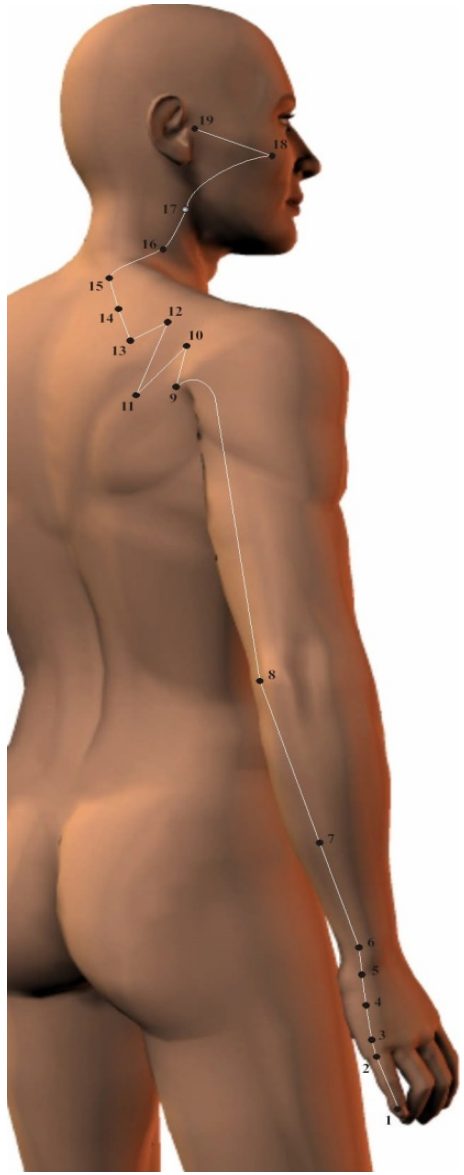
- Pandehovedpine
- Øjesmerter
- Nakkesmerter
- Lændesmerter
- Iskiaslignende smerter
- Lægkramper



# Energilidelser i tyndtarmsmeridianen

Symptomer:

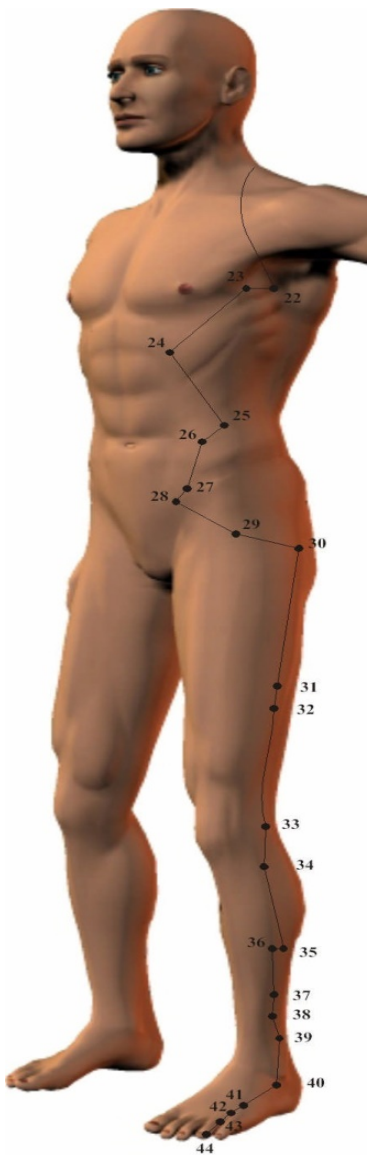
- Muskelinfiltrationer i skulderen
- Ansigtssmerter



# Energilidelser i galdeblæremeridianen

Symptomer:

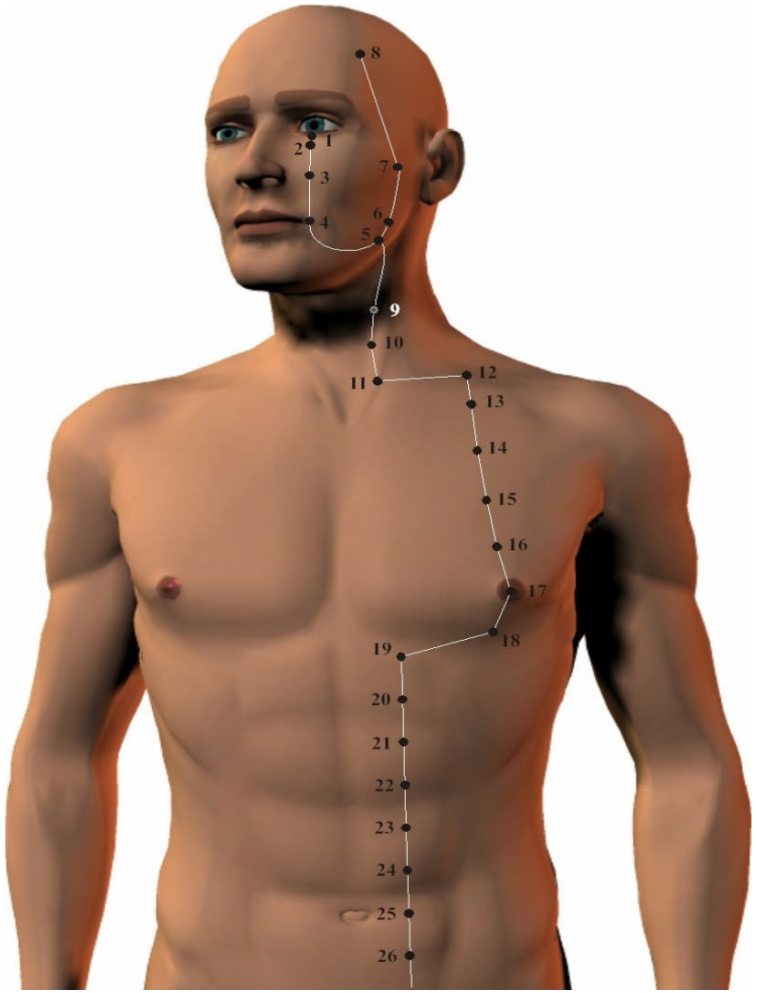
- Pandehovedpine
- Migræne
- Hovedpine som sidder som en hjelm!
- Nakke smerter
- Hoftesmerter



# Energilidelser i Mavemeridianen

Symptomer:

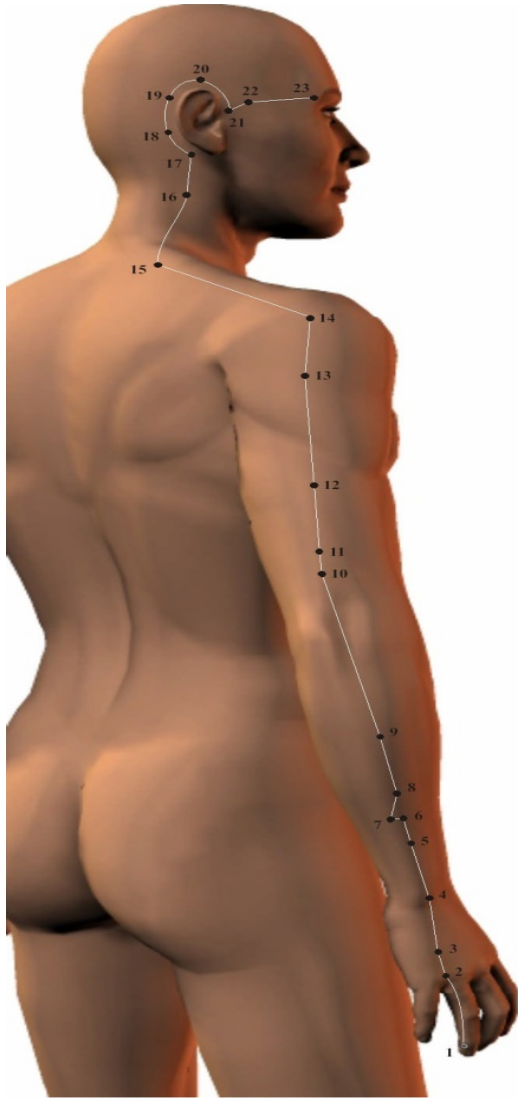
- Tindingehovedpine
- Bihulelidelser
- Trigeminusneuralgi (lammelse i ansigtet)
- Halslidelser
- Smerter i brystet
- knæsmerter



# Energilidelser i Sanjiaomeridianen

Symptomer:

- Tindingehovedpine
- Øjensmerter
- Nakkestivhed
- Ørelidelser



# De almindelige hovedpinetyper

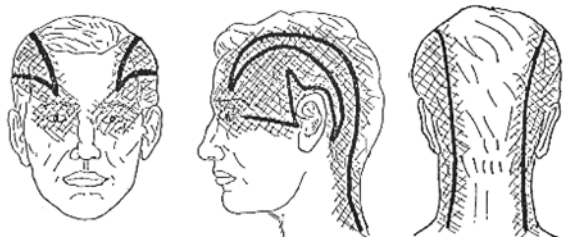
***Hvor hovedpine <u>ikke</u> skyldes en mekanisk defekt som f.eks. ved:***

- ***Ulykke***
- ***Hjernesvulst***
- ***højt blodtryk***

***Vil den oftest manifestere sig <u>langs med de meridianer</u>***

***der befinder sig i hovedet, og dermed kan se hvilken***

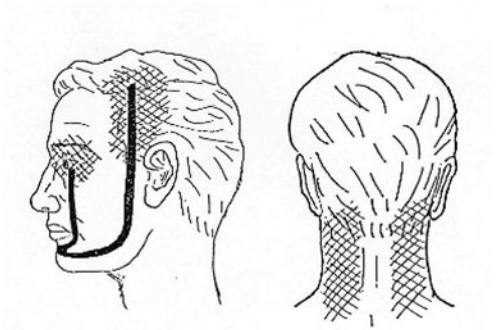
***organer der kan være årsag til lidelsen***

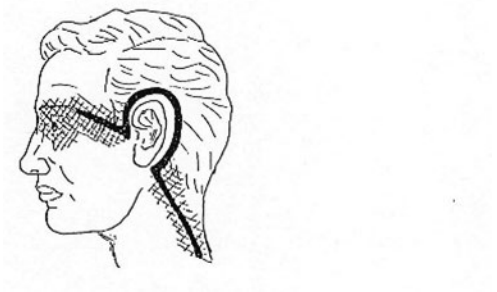


**Galdeblærehovedpine**

Dunkende smerte med "jag" (opadstigende)

**Mavehovedpine**



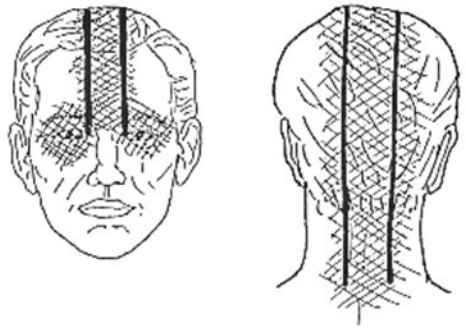


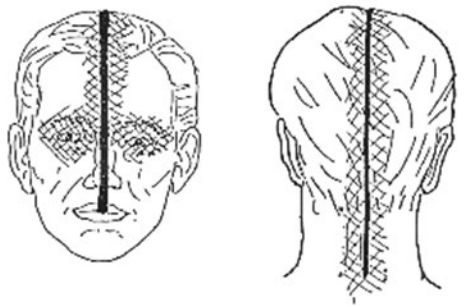
**Sanjiaohovedpine** (Endokrin)

Lysfølsomhed og trykken bag øjnene

**Blærehovedpine og DU-hovedpine**

(DU-hovedpinen ligger blot i et smallere bånd)





# Eksempel

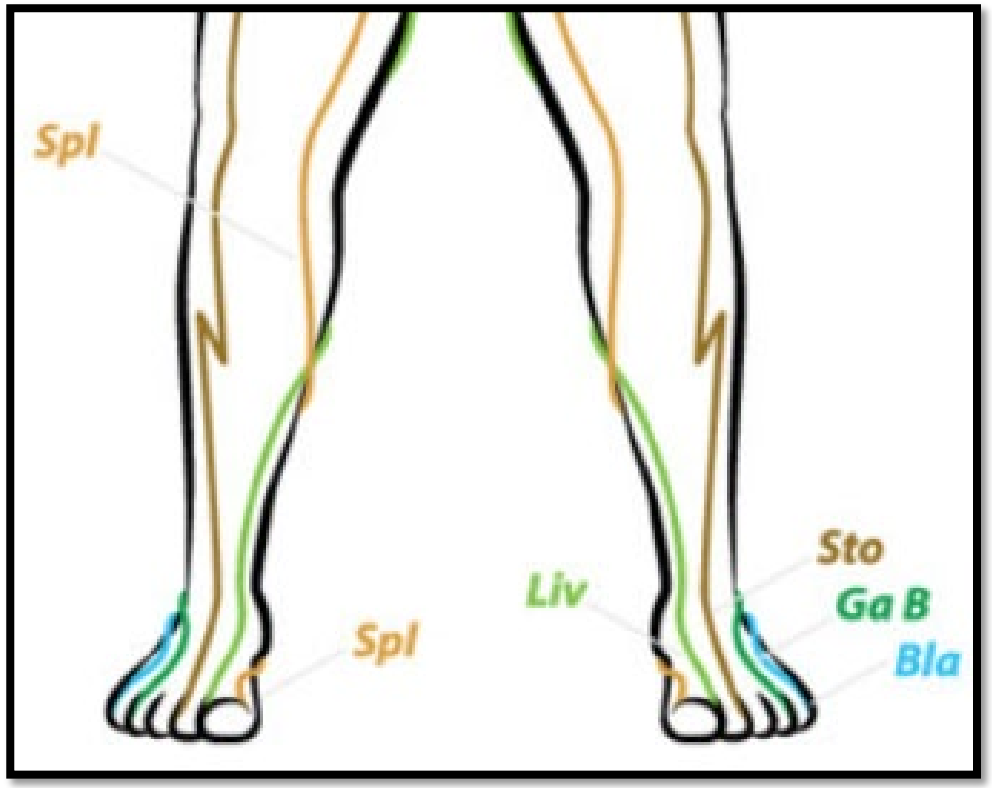
*Hvis en person har smerter i højre knæ,*

*kan der være tale om:*

- *Mavemeridianen hvis smerten sidder foran*
- *Blæremeridianen hvis smerten sidder bagpå*
- *Smerter på indersiden kan være Milt/pancreas eller nyremeridianen*
- *Smerter på ydersiden af knæet kan relatere galdeblæremeridianen*

*Hvis der er en ubalance i galdeblærens funktionskreds, behandles ørets galdeblærepunkt, selv om klientens galdeblære som sådan ikke fejler noget og der er knæet som gør ondt.*

*Dette forklarer hvorfor vi kan finde belastede punkter i ørerne, uden at klienten øjensynlig fejler noget i det pågældende organ.*




**Meridieanernes forløb kan ses på side 31**

# Terapiblokade

**Terapiblokade - hvad er det?**

I enkelte situationer kan det ske, at der overhovedet ikke er nogen reaktion hos patienten under behandlingen - eller der opnås en meget kortvarig lindring, hvorefter der sker et tilbagefald.

Dette skyldes oftest en såkaldt terapi-blokade, som f.eks. kan være

- en hvirvellidelse
- en skjult betændelsestilstand
- tandproblem
- evt. arvæv
- ufred pa hjemmefronten eller på arbejdspladsen, mm.
- usund levevis

Disse problemer skal fjernes inden videre terapi kan gives.

# Patientinformation

Udleveres ved 1. behandling.

***Når du modtager øreakupunktur, bedes du følge disse regler som kan være af afgørende betydning for resultatet af din behandling.***

**Når du kommer til behandling, må du ikke:**

- være meget sulten
- lige have spist et stort måltid
- have drukket alkohol eller røget
- lige have taget et varmt bad
- have udført stærk fysisk aktivitet.

**Efter behandling skal du:**

- forsøge at få ro og hvile
- undgå fysiske anstrengelser -i de næste 24 timer
- undgå kuldepåvirkninger
- ikke tage bad i nogle timer efter behandlingen

***Du skal drikke rigeligt med vand pga. kroppens øgede udskillelse af affaldsstoffer. Dagen efter behandlingen kan der opstå hyppigere toiletbesøg. Der kan være lidt træthed, som er tegn på at kroppen reagerer på behandlingen og at en healings proces er i gang.***

# Den kinesiske tankegang

- Yin og Yang er harmonien i den kosmiske energi, på kinesisk kaldt for Qi.
- Yin og Yang kan ses som livets to polære kræfter.
- Den sorte del kaldes yin og repræsenterer det feminine, og den hvide kaldes yang og repræsenterer det maskuline.
- Du kan ikke have det ene uden det andet.

***I tabellen vises nogle eksempler på nogle karakteristika for Yin og Yang.***

| Yin | Yang |
|---|---|
| Mørk | Lys |
| Måne | Sol |
| Vand | Ild |
| Passiv | Aktiv |
| Faldende | Stigende |
| Hunkøn | Hankøn |
| Kold | Varm |

**TCM begreber**

**TCM = Traditionel Kinesisk Medicin**
**Qi = Energi**
**Xu = Underskud**
**Shi = Overskud**
**De-qi = Stød**

***Den energi der skabes af yin og yang kan ligeledes sammenligne med en gryde i kog. Flammen (yang) varmer vandet (yin) op og får dampen til at stige op.***
***Dampen kan sammenlignes med den energi (Qi) der skabes af yin og yang. Er der for meget yin (Yin-Shi) bliver gryden for kold og dampen går ud. Er der for meget yang (Yang-Shi) koger gryden tør og dampen stopper.***
***Er der for lidt yin (Yin-Xu) sker det samme, at gryden koger tør, og er der for lidt yang (Yang-Xu), bliver gryden kold.***
***Der kan derfor opstå 4 ubalancer i yin og yang aspektet.***

| Yin og yang ubalancer | |
|---|---|
| Yang-Xu | Kulde |
| Yin-Shi | Kulde |
| Yang-Shi | Hede |
| Yin-Xu | Hede |

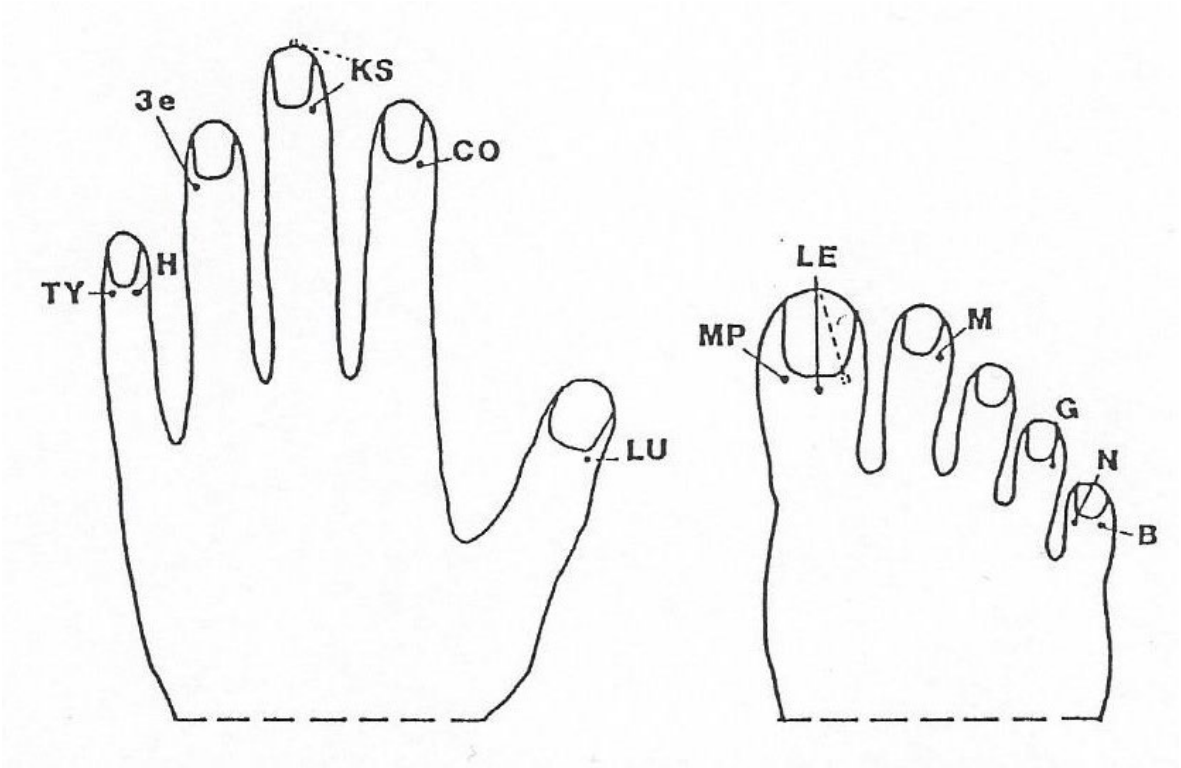
# Opgave 1.

1. Find de involverede meridianer ved en tennisalbue?

2. Hvilke meridianer kan være involveret ved skuldersmerter?

3. Hvad er det kinesiske begreb for energi?

# Meridianernes start og slutpunkter




***Meridianernes start og slutpunkter (JINGWELL-punkter) også kaldet terminalpunkter***
***Alle meridianer starter eller slutter på en finger eller en tå.***

***Ved finger-/tå lidelser kan dette ofte give en henvisning til i hvilken meridianbane, lidelsen kan findes.***

**Eksempel:**

- Lidelser i pegefingeren kan indikere en energilidelse/ubalance i tyktarmsmeridianen (CO).
- En lidelse i 4. tå kan indikere en energilidelse/ubalance i galdeblæremeridianen (G) osv.
- Den midterste tå har ingen meridian, men påvirkes af mave- og galdemeridianen.

# Diagnosticering

- Den diagnose der skal bruges til kinesisk øreakupunktur, skal være ud fra TCM principper, som bygger på en holistisk måde at anskue kroppen på.

- Det vil sige, at man betragter det hele menneske i et udrednings- og behandlingsforløb, for at finde årsagen til sygdom eller symptomer.

## Organernes parvise sammenhæng

| 5-Element organpar | YIN organer | m/m | Yang organer | m/m |
|---|---|---|---|---|
| Metal | LU (Lunge) | B | CO (Tyktarm) | N |
| Jord | MP (Milt/Pancreas) | SJ | M (Mave) | P |
| Ild | H (Hjerte) | G | TY (Tyndtarm) | LE |
| Vand | N (Nyre) | CO | B (Blære) | LU |
| Ild | P (Perikardium) | M | SJ (Sanjiao /3E) | MP |
| Træ | LE (Lever) | TY | G (Galde) | H |

***Kineserne observerede, at hvis der f.eks. opstod en lungelidelse (LU), så varede det ikke længe, før patienten også erhvervede sig et fordøjelsesproblem, som stammende fra tyktarmen (CO).***

***Ved en hjertelidelse (H) bredte lidelsen sig ofte også til en lidelse i tyndtarmen (TY).***

***Konklusionen er, at hvis det primære organ (YIN-organet) i et "parforhold bliver sygt, vil det i løbet af kortere eller længere tid trække det andet organ (YANG-organet) med sig - og så er der pludseligt 2 syge organer.***

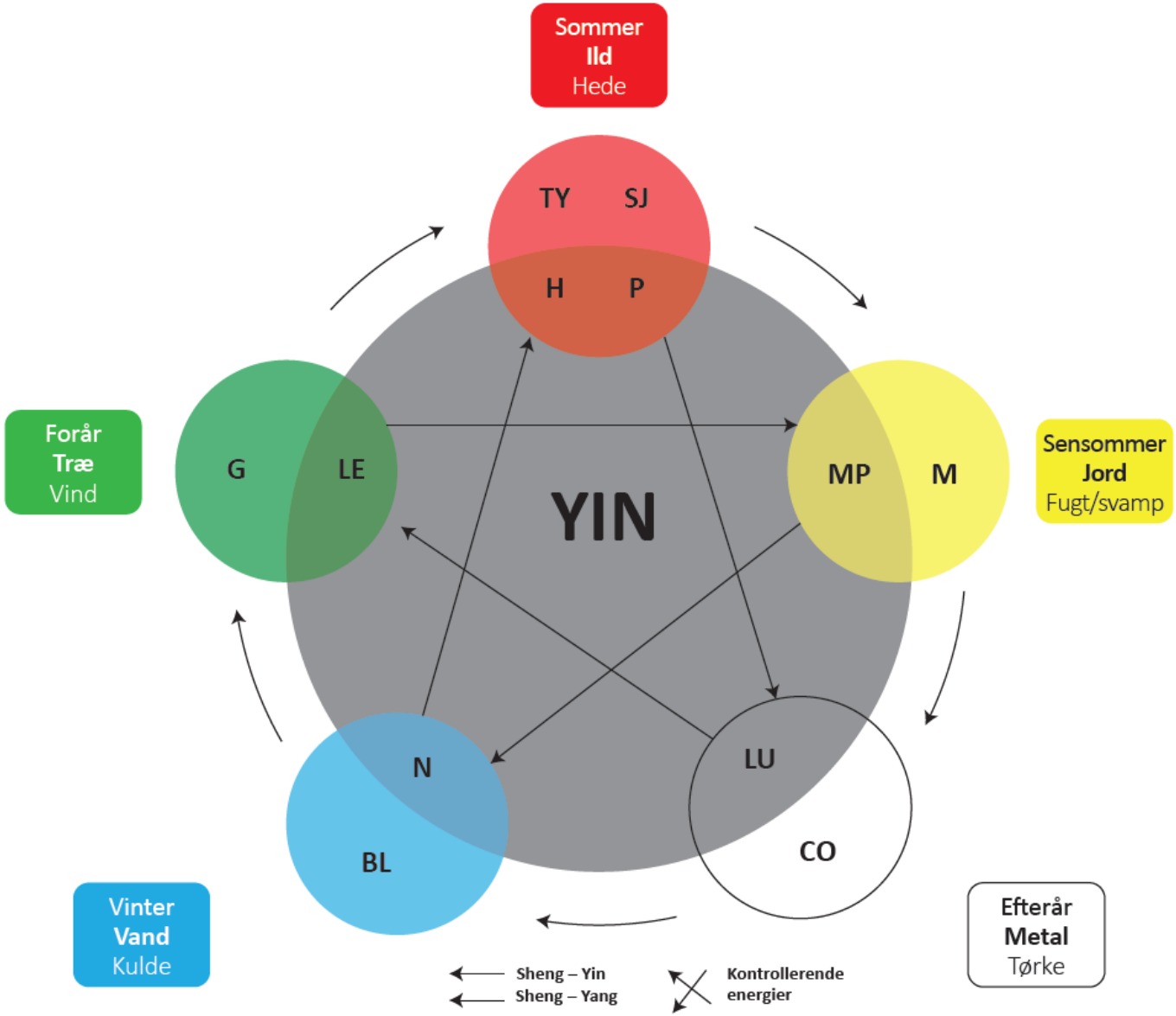
# 5-element diagrammet

***5-element diagrammet tager udgangspunkt i det kinesiske billedsprogs forklaring på den forudsigelige livscyklus udtrykt gennem de <u>5 elementer:</u>***

- ***VAND***
- ***TRÆ***
- ***ILD***
- ***JORD***
- ***METAL***

***Denne cyklus kaldes <u>sheng-cyklus</u>.***

***Indbyrdes kontrollerer de 5 elementer dog også hinanden i den såkaldte <u>KO-cyklus</u>.***



# Klinisk overblik - kinesisk akupunktur

*De gamle kinesere observerede, at der er en sammenhæng imellem indre organer, kropsvæv, sanseorganer og personernes væremåde, samt en række andre sammenhænge i den kinesiske filosofi.*

## I praksis skal disse sammenhænge bruges på følgende måde:

- ved hud- eller næseproblemer skal lungerne (LU) altid medbehandles.
- ved fedme, ødemer eller diverse mundproblemer skal milt/ pancreas (M/P) altid medbehandles.
- ved psykiske problemer eller taleproblemer skal hjertet (H) altid medbehandles.
- ved led- eller tandproblemer, hårtab, øresusen, døvhed eller diverse underlivslidelser skal nyrerne
- (N) altid medbehandles
- ved muskulære problemer og diverse øjenlidelser skal leveren (L) altid medbehandles.

| **YIN-organer**<br>**Optimal arbejdstid**<br>**Primære organer**<br>**ZANG-organer (faste)** | **Lungen (LU)**<br>kl. 03 - 05 | **Milt/Pancreas(M/P)**<br>kl. 09 - 11 | **Hjerte (H)**<br>H: kl. 11-13<br>**Perikadium (P)**<br>P: kl. 19 - 21 | **Nyre (N)**<br>kl. 17 -19 | **Lever (LE)**<br>kl. 01- 03 |
|---|---|---|---|---|---|
| **YANG-organer**<br>**Optimal arbejdstid**<br>**Sekundære organer**<br>**FU-organer (hule)** | **Tyktarmen (CO)**<br>kl. 05 - 07 | **Maven (M)**<br>kl. 07 - 09 | **Tyndtarm (TY)**<br>TY: kl. 13 - 15<br>**Sanjiao (SJ)**<br>SJ: kl. 21 -23 | **Blæren (B)**<br>kl. 15 - 17 | **Galdeblæren (G)**<br>kl. 23 - 01 |
| **Regulerer** | Væskepassager | Appetit | Tungens funktion | Blodmængden | Hormonbalancen |
| **Kontrollerer** | Meridianer / Blodkar | Blod og holder det inde i blodkarrene | Blodkarrene udvidelse og sammentrækning | Recirkulation af kropsvæsker | Blodopbevaring |
| **Kropsvæske** | Slim - koldsved | Spyt og lymfe | Sved | Urin | Øjenvæske og tårer |
| **Sanseorgan** | Næse | Mund, Mundhulen, læber | Tungen | Ører | Øjne |
| **Sans** | Lugte- og følesans | Smagssans | taleevne | Høresans | Synssans |
| **Farve** | Hvid | Gul | Rød | Blå / Sort | Grøn |
| **Primær væremåde** | • Sørgmodig<br>• Græder let<br>• Negativ<br>• Alt var bedre før | • Bekymret<br>• Depressiv<br>• Meditere | • Taler meget<br>• Hysterisk latter<br>• Flytter på alt<br>• Stresset | • Angst<br>• Frygtsom<br>• Gisper<br>• Stønner<br>• Passiv | • Aggressiv<br>• Arrogant<br>• Irritabel<br>• Misundelig<br>• Råber |
| **Afvigende mental tilstand**<br>**(følelser/adfærd)** | • Sorg<br>• Vemod<br>• Klodset | • Bekymring | • Hysterisk glæde<br>• Psykiske lidelser<br>• Angst | • Frygt<br>• Manisk skræk<br>• Synlig angst | • Indre vrede<br>• aggression |
| **Smag**<br>**trang / afsky** | Skarp / Krydret | Sød | Bitter | Salt | Sur |
| **Krops lugt**<br>**(ubehagelig)** | Kvalm | Sødlig | Brændt | Rådden | Syrlig |
| **Aktivitet**<br>**Der forværrer/skader** | Ligge | Sidde | Gå | Stå | Overanstrengelse af øjne |
| **Sygdoms tilstand** | Oppustet | Tung<br>Dump smerte | Mentale lidelser | Stilstand | Flygtig<br>Stikkende smerte |
| **Klima der føles ubehagelig** | Tørke | Fugt | Hede | Kulde | Vind |

# Klinisk overblik

| Element | Træ | Ild | Jord | Metal | Vand |
|---|---|---|---|---|---|
| Organ | Lever | Hjerte | Milt | Lunge | Nyre |
| Karakteristik ved ubalance | forkerte bevægelser | mental uorden | uorden i fordøjelsen | stagnering af qi | problem m. langvarig livsprocesser |
| Kropsvæv | muskler/sener | hjerne/blodkar | blødt væv | hud | knogler, led, tænder |
| Sanseorgan | øjne | tunge | mund/læber | næse | ører |
| Farve | grøn | rød | gul/orange | hvid | blå/sort |
| Kropsdel for farvereferencerne | negle | indv.mund, ansigt | læber | hud | under øjne |
| Kropsvæsker | tårer | sved | spyt, lymfe | slim | urin |
| Smag | sur | bitter | sød | krydret | salt |
| Kropslugt | syrlig | brændt | sødlig | kvalm | rådden |
| Forværrende aktivitet | overanstrengelse af øjne | gå | sidde | ligge | stå |
| Sygdommens tilstand | flygtig | mental | tung | oppustet | stilstand |
| Forværrende klima | vind | hede | fugt | tørke | kulde |

# Organuret

**Organuret er en oversigt over organernes tidsbestemte arbejdsrytme.**

**Det skal forstås således, at de 12 vigtige organer hver især har et bestemt tidsinterval i døgnet, hvor deres energiniveau er henholdsvis optimal og minimal.**

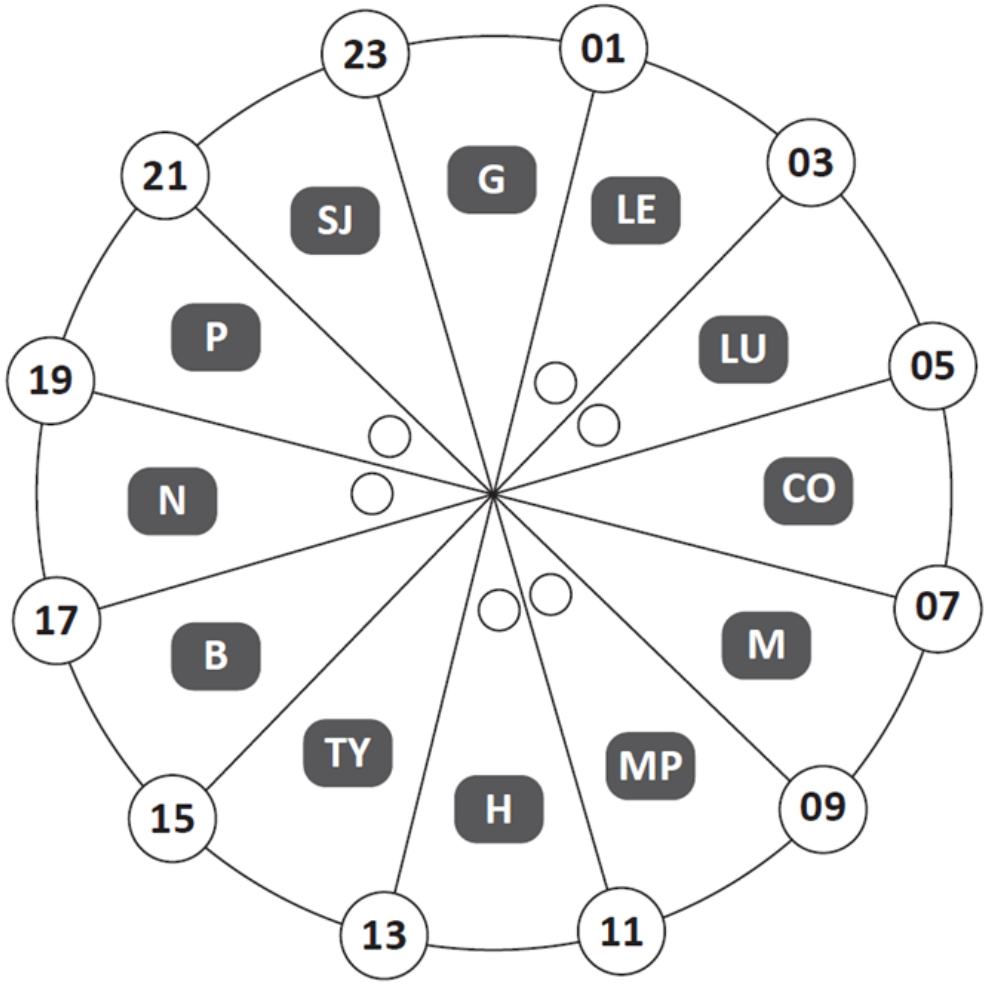
***Eksempel:***

***Er galdeblærens (G) optimale arbejdstid imellem <u>kl.23 og kl.01</u>, og den minimale imellem <u>kl.11 og kl.13.</u>***

***Disse modsætninger kaldet middag/midnats loven skal forstås således:***

***<u>Modsætningerne kan have indflydelse pa hinanden.</u>***

***Symptomer i et <u>tilbagevendende tidsrum</u> kan ligeledes være en indikation af, at årsagen skal søges i det <u>pågældende organ - eller i det modsvarende.</u>***



# Overenergi og underenergi

Nåle kan ikke tilføre kroppen energi. Energi skal tilføres udefra i form af mad, drikke, luft og varme. Nåle kan kun transportere eller fjerne energi.

**Sekret**
Hvis en kropsåbning udskiller mere sekret end normalt, er det et tegn pa underenergi.
Hvis en kropsåbning holder på. sit sekret, er det et tegn pa overenergi.

**Smerter**
Hvis der kun er smerter ved fysisk aktivitet, er der tale om underenergi.
Ved alle andre smerter er der tale om overenergi.

# Hvilke lidelser kan behandles med øreakupunktur?

***De fleste lidelser man har pådraget sig efter fødslen, kan behandles med øreakupunktur.***
***Ikke alle lidelser kan helbredes, men de fleste mennesker vil dog føle en betydelig bedring efter behandling.***

**Lidelser der <u>ikke</u> kan behandles med øreakupunktur:**

- medfødte lidelser
- mekaniske defekter - dvs. alvorlige invaliditeter efter f.eks. ulykkestilfælde - her kan evt. smerter dog mildnes.
- lidelser, der skyldes større operationer, hvor nervebanerne som følge af operationen ikke mere er intakte
- cancer og lignende lidelser er der erfaringsmæssigt ikke store muligheder for at kunne helbrede, men her vil smerter og andet ubehag dog kunne lindres
- stærkt degenerative lidelser kan heller ikke behandles, men smerter kan dog mildnes.

**Lidelser man <u>bør undlade</u> at behandle:**

- smertetilstande, som kan indikere operation - f.eks. blindtarmsbetændelse,
- alvorlige hjertelidelser
- diverse kønssygdomme i udbrud
- meget syge og medtagne mennesker - akupunktur vil alligevel ikke have nogen effekt
- berusede/påvirkede personer - dette gælder bade alkohol, narkotika og nervemedicin o.l.

# Reaktioner der kan <u>forventes</u> under behandlingen

**Følgende reaktioner vil være tegn pa en vellykket behandling:**

**I øret:**

- varmeføelse
- fornemmelse af, at øret "sover"
- fornemmelse af, at øret bliver større
- øret får en kraftig rød farve.

**I kroppen:**

- varmeføelse
- behagelig afslappelse
- evt. muskelsammentrækninger
- tørhed i munden
- evt. en kort opblussen af en smertetilstand som hurtigt forsvinder igen
- øjeblikkelig smertelindring

**Reaktioner efter behandlingen:**

- træthed
- prikkende fornemmelse i kroppen
- kortvarig utilpashed
- kortvarig svimmelhed eller kvalme
- stærkt lugtende urin/afføring
- midlertidige menstruationsforstyrrelser
- midlertidig opblussen af sygdomme og evt. "gamle" skavanker

***Lægeordineret behandling må ikke ændres eller stoppes uden lægens tilladelse.***

# Opgave 2.

1. Nævn meridianernes start og slutpunkter på fødderne?

2. Hvad betyder begrebet Yang Xu?

3. En person føler sig oppustet og vågner tit om natten mellem kl.03 og kl.05. Hvilket organ kan der være tale om?

4. Hvilket organ styrer synssansen?

5. Hvis en person har svært ved at holde sig og skal tisse hele tiden. Hvilke organer og tilstand er der tale om?

6. Hvis der er konstante smerter i pegefingeren. Hvilket organ er der tale om og er der tale om Xu eller Shi tilstand?

7. En person lider af: Konstant hovedpine på siden af hovedet, synsforstyrrelser, aggressiv, løbenæse, sveder unormalt meget. Hvilke organer kan der være tale om og i hvilken sammenhæng?

# Øreakupunktur behandlingens udførsel

***For at lokalisere et punkt er det er nødvendigt at anvende en palperstav.***

Når der opstår en smerte eller sygdom i kroppen, vil det komme til udtryk ved, at det pågældende punkt i øret ofte er meget ømt ved palpering, og at der i visse tilfælde vil kunne føles et lille "sandkorn" under huden.

**Hvilket øre skal benyttes?**

- Som en tommelfingerregel skal venstresidige lidelser behandles i venstre øre, og højresidige lidelser i højre, men der kan dog være sjældne afvigelser.
- Ved intensive behandlinger kan man behandle begge ører samtidigt.
- Ved hyppige behandlinger skiftes imellem venstre og højre øre.
- Ved brug af permanentnåle over flere gange, bruges skiftevis højre og venstre øre.

# Identifikation af det behandlingsværdige punkt

Et behandlingsværdigt punkt i øret findes ved, at man palperer med et forsigtigt tryk i det område man har ud fra sin viden om lidelsens eller smertens placering. Når klienten "ømmer sig" eller at man mærker et korn med sin palperstav, har man fundet det behandlingsværdige punkt.

**Dette behandles således:**

- Der afsættes et trykmærke i det aktuelle areal i øret, så der opstår en lille fordybning.
- Derefter tager man en akupunkturnål, og palperer ganske let, inden i fordybningen, indtil patienten mærker en smerte i øret.
- Nøjagtig der hvor nålen giver smerte, skal denne indstikkes. Dette giver oftest en øjeblikkelig effekt hos patienten.

**Hvor mange gange skal der behandles?**

- Så længe det relevante punkt er ømt, skal det behandles.
- Når punktet ikke er ømt mere, vil der som reglen heller ikke være flere symptomer.
- Akutte lidelser behandles fra 2 gange om dagen til 3 gange om ugen.
- Kroniske lidelser behandles 1 gang ugentligt.
- Er der ikke indtruffet forbedringer efter 3-5 behandlinger, er det ikke øreakupunkturen der kan hjælpe patienten.

# Stikteknik, redskaber og nåleforståelse

***Inden behandlingen er det vigtigt:***

- *at rense øret med desinfektions servietter*
- *at vaske hænder*
- *at af spritte sin palperstav mm.*

***Det anbefales, at der bruges korte og kraftige nåle så de bliver stående efter indstikket.***

**Nåletyper / Ørefrø**

Der anvendes flere forskellige typer af produkter til påvirkning af ørepunkter.

**De mest almindelige er:**

- Akupunkturnåle ca. 0,30 x 13
- Nada nåle 0,20 x 7
- ASP permanåle fra Sedatedic
- Ringnåle
- Ørefrø
- Magneter
- Kugleplastre
- Punkterne kan også stimuleres med Laserudstyr og elektrisk-påvirkning.

**OBS!**

***Benyttes permanente nåle, er det vigtigt at informere klienten om at være opmærksom på følgende, som kan være tegn på infektion.***

***Øret må ikke:***

- ***hæve op***
- ***gøre ondt uden berøring***
- ***dunke og banke***
- ***væske eller bløde***

***Desuden er det vigtigt at dække nålen med det medfølgende plaster.***

***Permanåle må ikke sidde længere en 14 dage, da der ellers kan være risiko for at nålen gror ind i øret.***

***Hvis klienten ikke selv er tryg ved at tage nålen ud, bør dette tilbydes som en gratis service af behandleren.***

**Hvor dybt stikkes nålen?**

Stikdybden varierer fra 1 - 3 millimeter. I praksis skal den sidde så fast, at den ikke falder ud, hvis klienten ryster pa hovedet.

Nålen indstikkes som hovedregel vinkelret.

Når punktet er fundet, kan der dog være en afvigende indstiksvinkel.

Perma- og ringnåle stikkes helt ind.

**Hvornår er nålen færdig med at arbejde?**

Behandlingstiden er ca. 20 min, men kan variere, alt efter belastningsgraden. Gælder dog ikke permanåle, ørefrø og magneter, som sidder permanent op til 14 dage.

For at kontrollere, hvornår nålenes virkning er ophørt, tjekker man dem jævnligt ved at dreje og samtidigt trække lidt i dem.

Hvis vævet ikke slipper nålen uden modstand, skal nålen have lov at arbejde videre.

Hvis nålen ved drejningen næsten falder ud af sig selv, har den ikke yderligere virkning og kan udtages.

Ved forebyggende behandlinger af f.eks. allergi, isættes perma- eller ringnåle. Det mikroskopiske sår, som nålene efterlader, virker også som aktiv akupunkturbehandling indtil såret er lægt.

# Stikteknik

Ifølge TCM mener man at:

1. Guldnåle toniser (styrker)
2. Sølvnåle sedere (fjerner)
3. Stålnåle normaliser

Til forstærkning af virkningen kan nålen drejes:

**Med uret** – tonisering

**Mod uret** - sedering

# Behandlingsinterval

- Akutte tilstande fra to gange om dagen til tre gange om ugen.

- Kroniske tilstande behandles en gang om ugen.

# Startsæt for øreakupunktur

**Et startsæt med de bedste nødvendige remedier kan bestå af:**

- 1 Palpérstav, med lige hoved til de synlige punkter.
- 1 Palpérstav, med bøjet hoved til de skjulte punkter og til at løfte op i kanter og folder.
- 1 pk. Nada nåle 0,20 x 7.
- 1 pk. Nåle, 0,30 x 13.
- 1 pk. ASP permanåle fra Sedatedic
- 1 pk. Ringnåle
- 1 pk. Ørefrø eller Kugleplastre
- 1 stk. Øreplanche
- Evt. 1 stk. Øve øre i silikone

# Opgave 3.

1. En person kommer ind med stærke mavesmerter der er mistanke om blindtarmsbetændelse. Hvad vil du gøre?
2. En person kommer til anden behandling og har ved første behandling fået permanentnåle for smerter i højre skulder. Hvilket øre skal behandles og hvorfor?

3. Hvis der benyttes permanente nåle, er det vigtigt at informere klienten om?

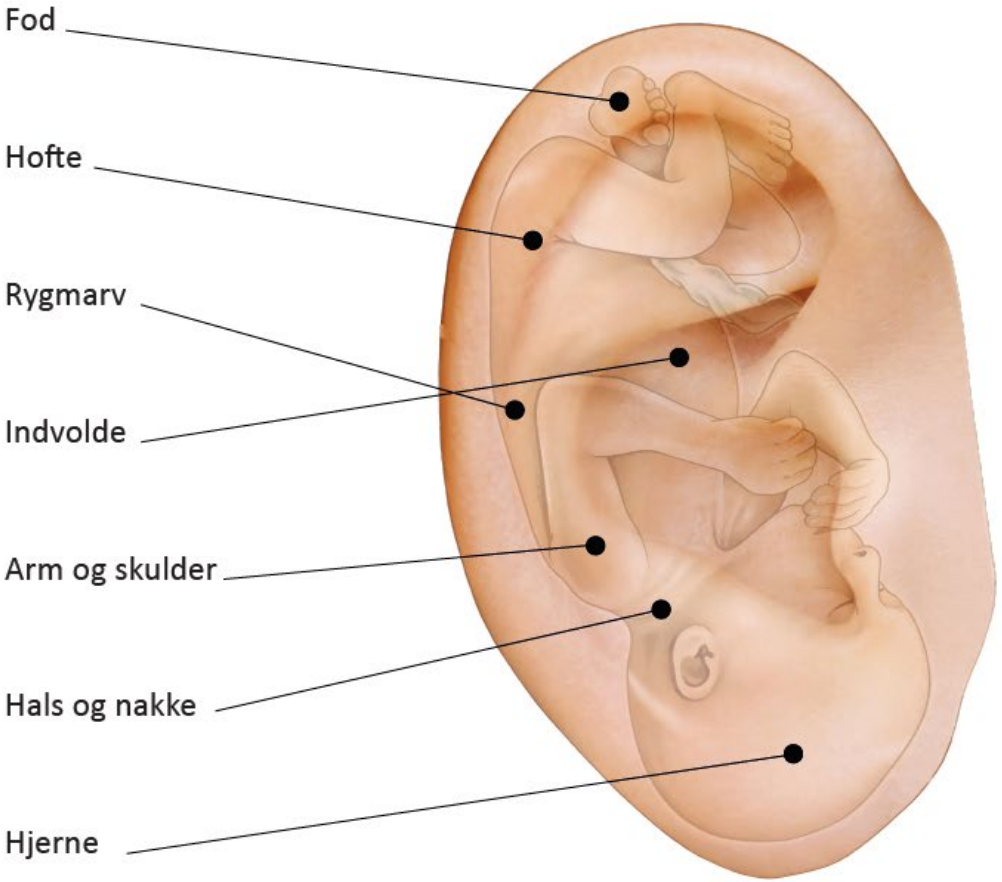
4. Find et behandlingsværdigt punkt hos din sidemand. Beskriv hvordan du kom frem til det.

5. Hvor mange gange  skal et punkt behandles?

# Ørets anatomi, punktplacering og forståelse

***Øret kan ses som et foster med hovedet nedad. Ved at sammenligne de to tegninger, kan man let se et sammenhæng.***

**Kroppen i øret**



# Ørets topografi

***Landskabet i øret kaldes topografi.***

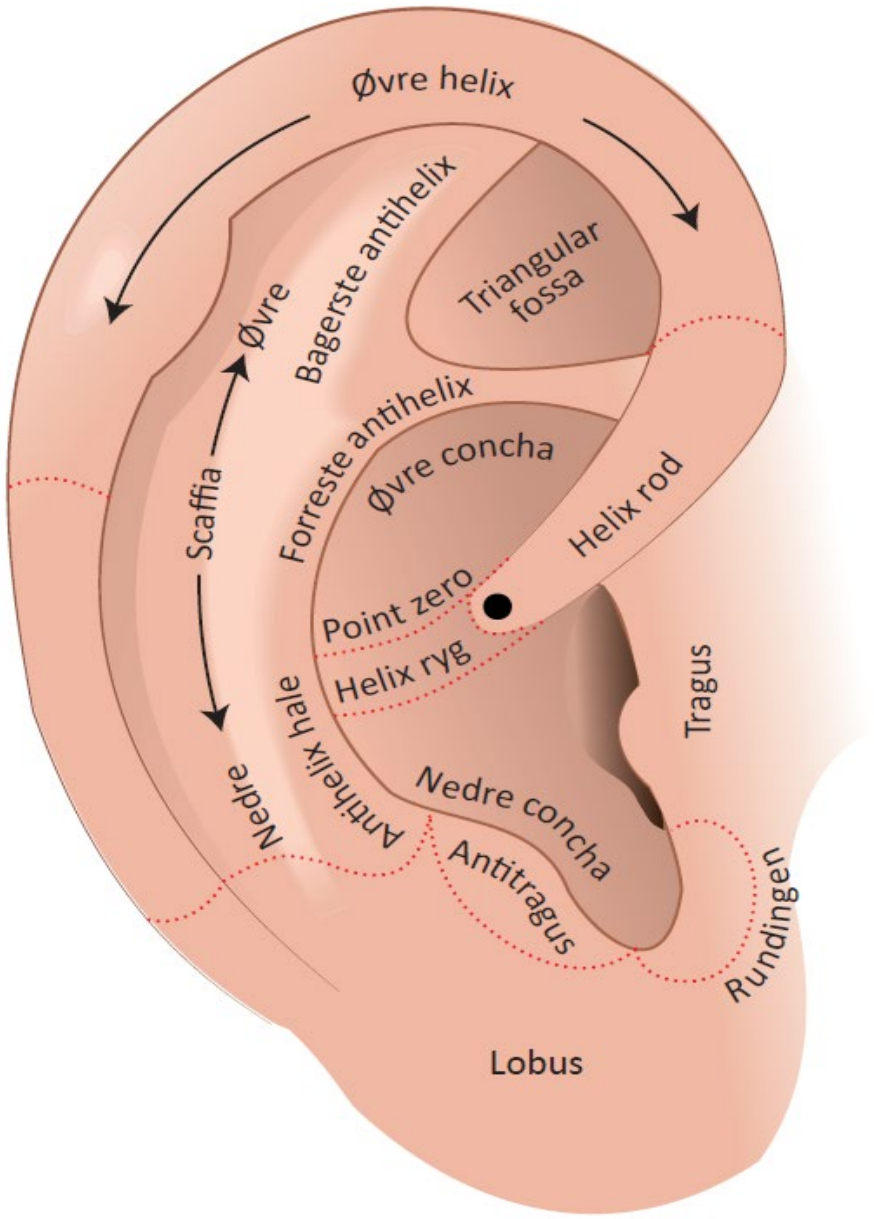
***Øret afspejler hele kroppen på en måde, der stemmer overens med billedet af et foster, hovedet nederst og fødderne øverst***

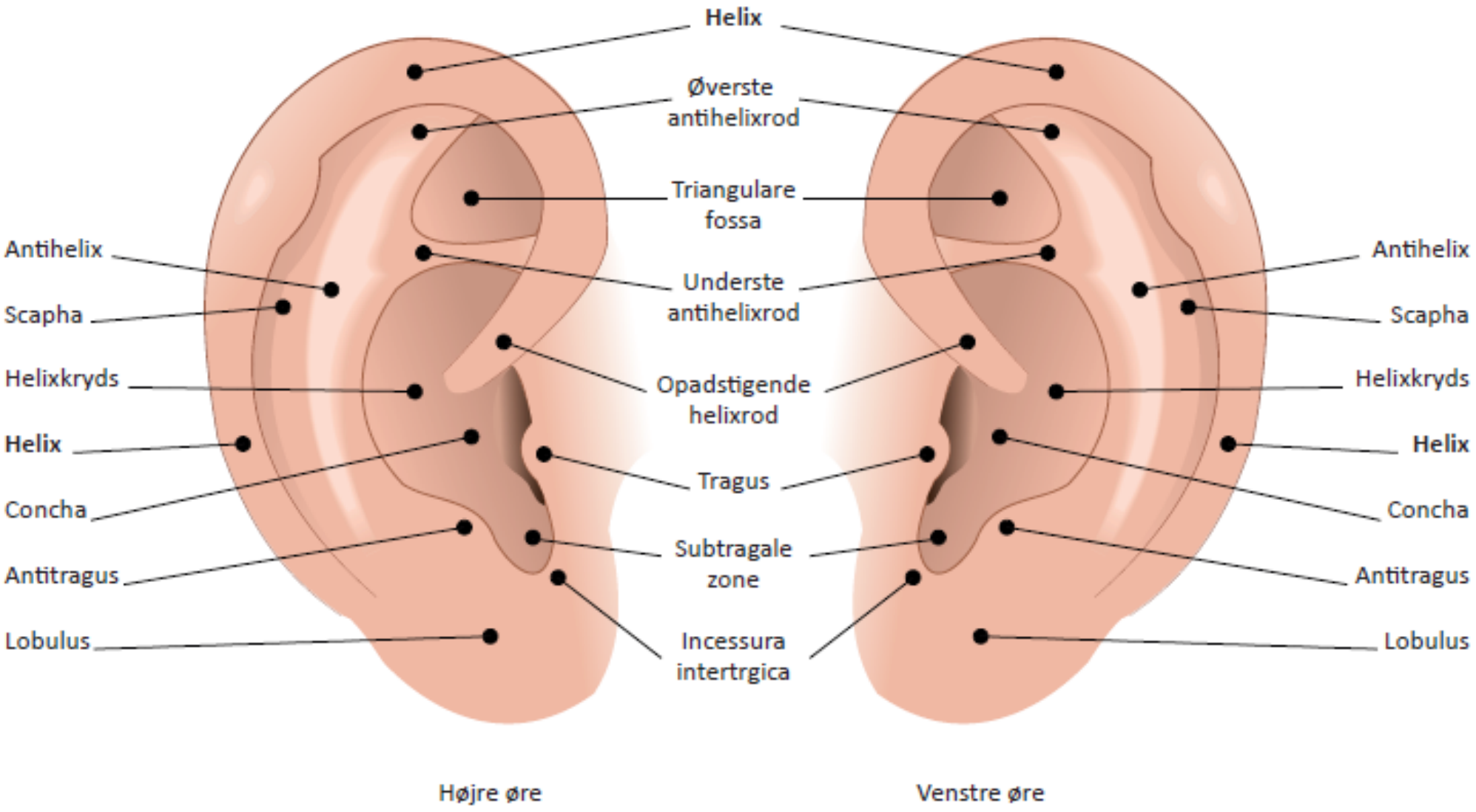
Ryggen ligger langs kanten omkring concha, og i selve concha er alle indre organers forbindelsespunkter placeret.

Organer, legemsdele og visse funktioner exponeres på øret i de korresponderende punkter.

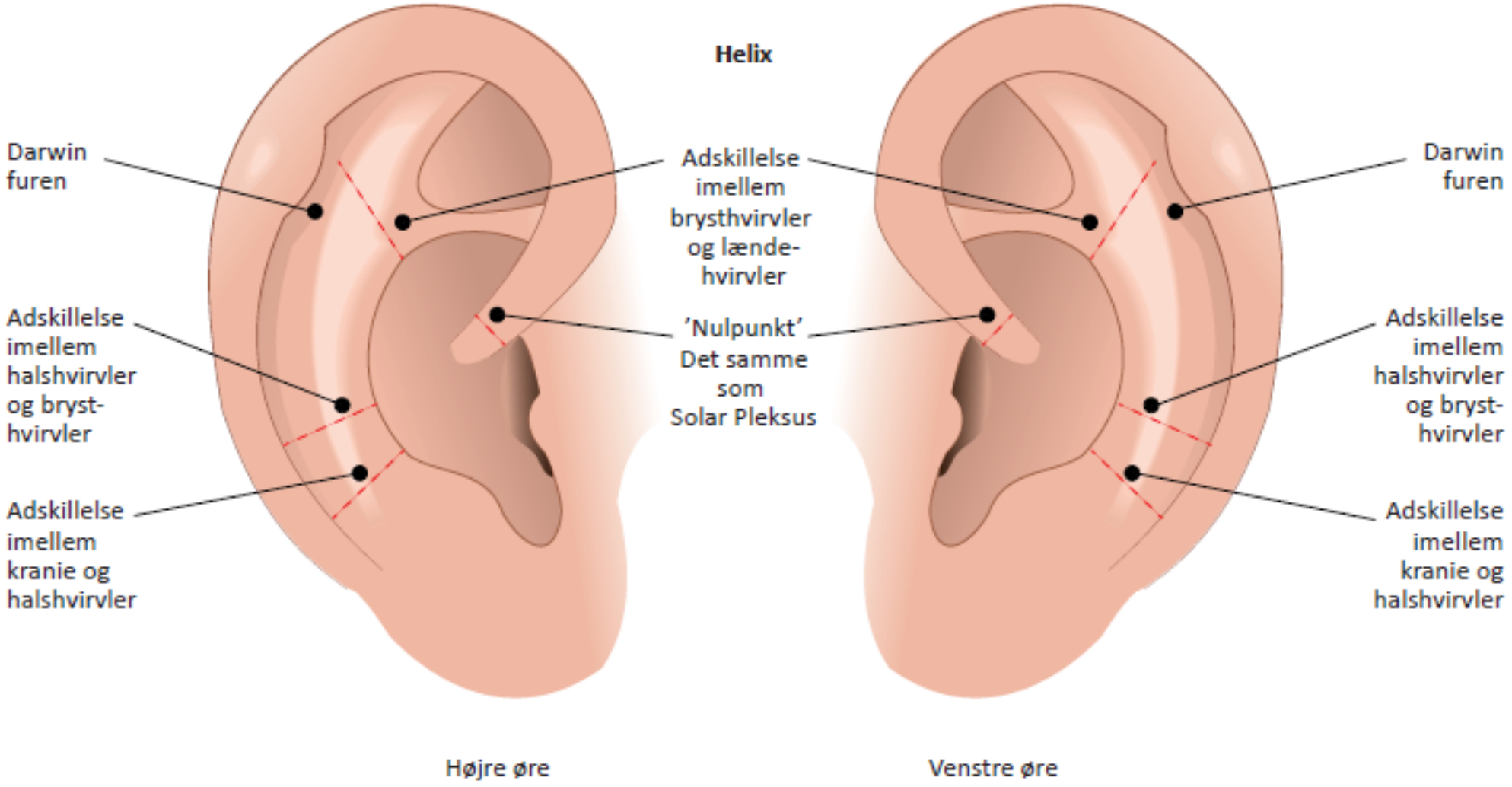
***Det ydre øre forstærker lyde og retningsbestemmer disse. Det indre øre har vigtige funktioner såsom hørelse, og opretholdelse af kropsbalancen.***

***Det ydre øre må betragtes som en selvstændig kropsdel, der afspejler et bioholografisk billede af kroppen, med punkter for krop, sind og ånd.***






**Selvom øret i sig selv er lille og kan synes ubetydeligt, kan det opdeles i forskellige områder med navne, der fortæller, hvilken del af øret der menes.**




**I ørebrusken findes nogle "landkendingsmærker", som er vigtige at kende. Det er nogle naturlige furer, som kan findes ved at køre med en palper stav hen over ørebrusken.**

# Patologiske tegn

***Øret afspejler via det bioholografiske billede sundhed og sygdom hos et menneske. Ved en sygdomstilstand opstår patologiske tegn på ørerne.***

***Tegnene forbliver på ørerne lige så længe, som sygdommen varer.***

***Når patienten er helbredt og alle sygdomstegn er forsvundet - så er de fleste patologiske tegn på ørerne også borte - bortset fra ar og modermærker!***

***Dermed har behandleren en kontrolmulighed!***

***De ægte tegn er patologiske tegn, sygdomstegn.***

De falske tegn kan være medfødte deformiteter eller at tingene er opstået på øret efter uheld, ulykker og operation, som f.eks. ved ar. Disse tæller ikke som diagnostiske tegn.

I løbet af kort tid, vil f.eks. en hofteoperation eksponere et lille ar lignende mærke i antihelixkanten ud for 5. lumbal på højre øre, hvis det er højre hofte. Dette mærke forbliver altid på øret, fordi operationen har efterladt et ar i kroppen, som forbliver altid.

***Det skal registreres i journalen med den påvirkning af kroppen, som operationen har givet. Tegnene vil altid vise sig på øret over det område, som korresponderer med det "belastede" sted i kroppen.***

**De diagnostiske tegn inddeles i grupper som følger:**

- Hudens farve og struktur: Afskalning, blodkarsprængning, pletter og punkter, som er hvide, røde, blårøde, brune, grå, sorte - med eller uden kanter, modermærker, fedtet hud, tør hud.
- Ørets form: Ar lignende tegn, blærer, forsænkede områder i lobus, forsænkede punkter, furer i lobus, hævelser, unormal hårvækst, kollapsede kanter, mærker eller streger, som er indtrukne eller fortykkede.
- Hvide pletter og punkter:  Hvide pletter eller prikker er ret almindelige. Farven hvid spiller en stor rolle i patologiske tegn pa øret, og den ses i forskellige forbindelser og betydninger.

**Diagnostiske tegn**:

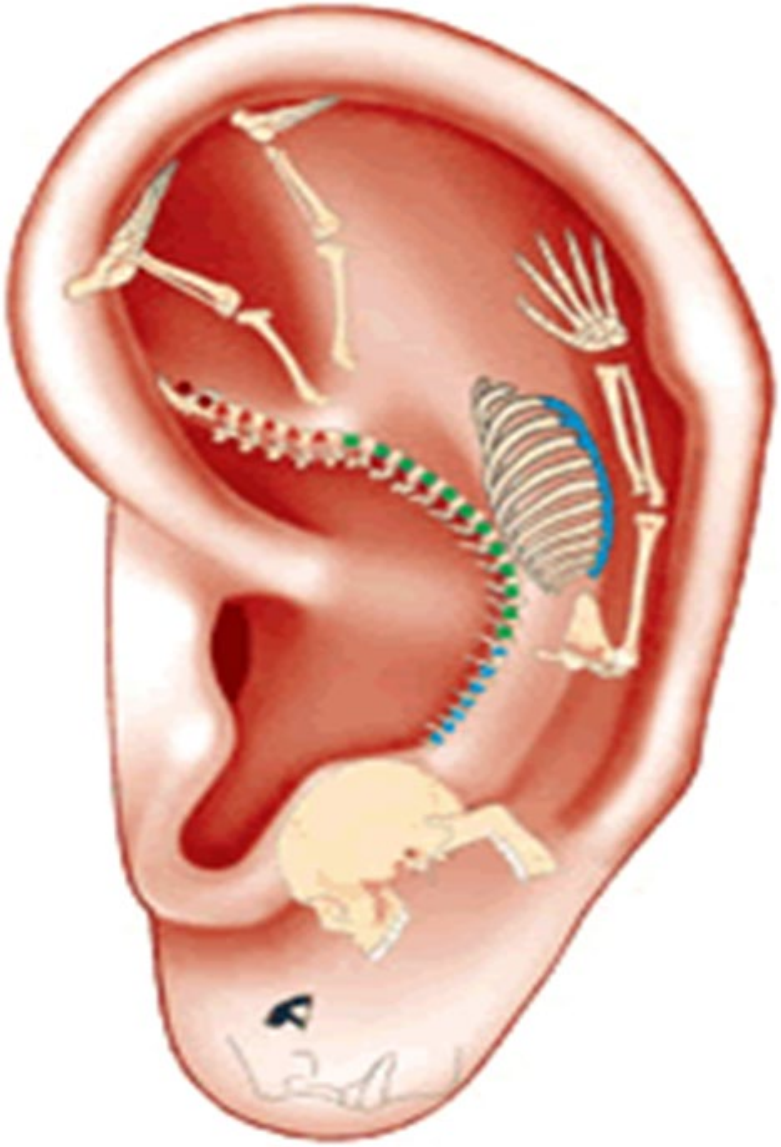
- Hvide områder kan være tegn på kulde, tørhed eller slim- stagnationer, underskud, xu-tilstande
- Røde pletter indikerer hede, inflammation, infektion, forstuvning
- Blålige pletter er tegn på alvorlig infektion eller indre kulde.
- Blodkarsprængninger er tegn på svækkelse eller svaghed i organer eller områder i kroppen
- Brune pletter kan være medfødte fregner
- Modermærker er tegn på blodstagnation, og kan være en medfødt svaghed
- Sorte prikker / sorte porre indikerer stagnation eller nedsat funktion
- Hævelser er tegn på fugt, slim eller kronisk betændelse, qi-xu eller yang xu
- Kollapsede kanter er tegn på kollaps af qi eller yang
- Knopper og knuder er tegn på overskud og gigt

# Opgave 4.

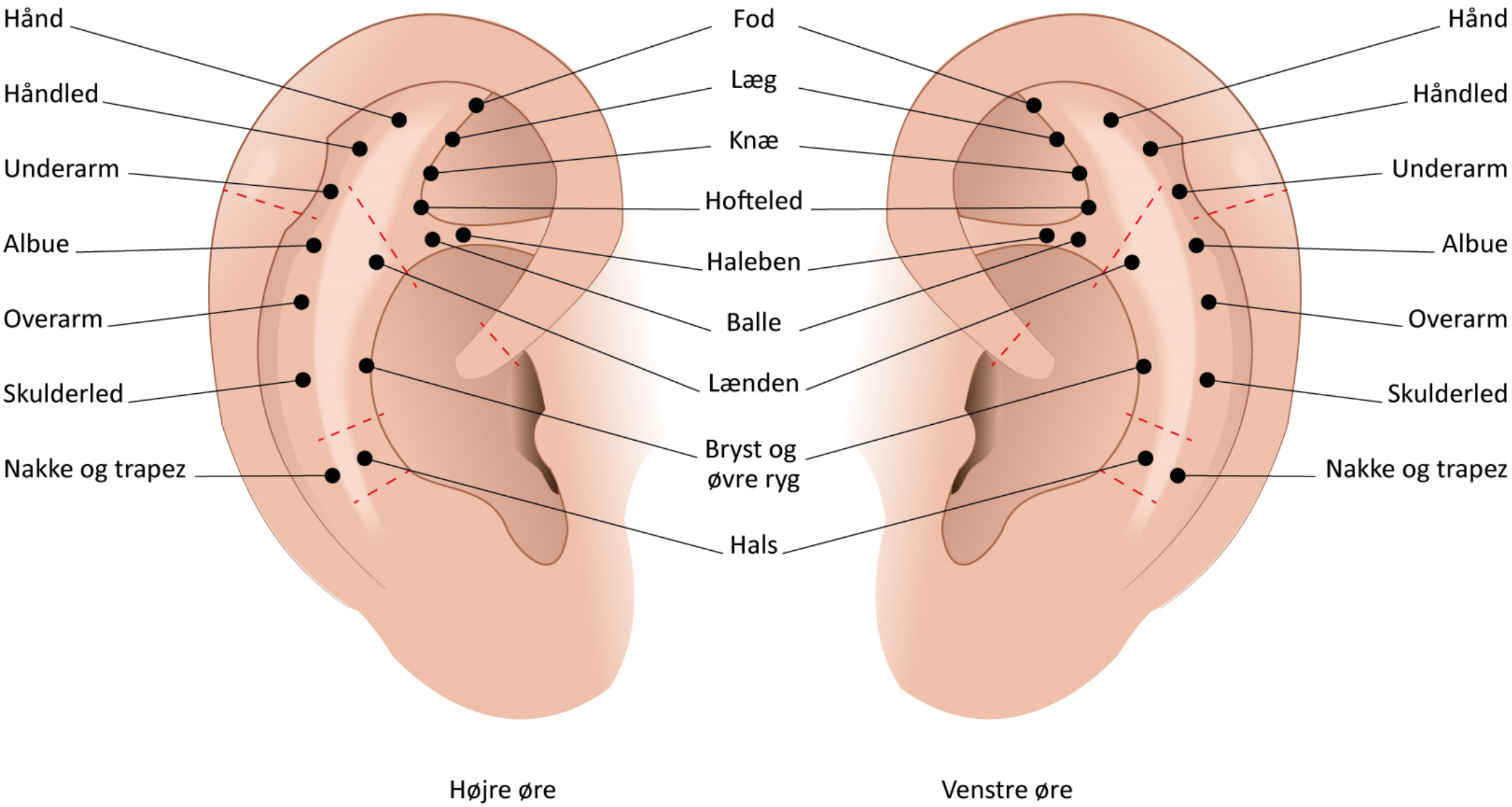
1. Find i øret hos din sidemand de naturlige furer, som kan findes ved at køre med din palper stav hen over ørebrusken.

2. Se efter patologiske tegn på begge øre. Tag et billede og noter ned hvad du finder.

# Skelettet i øret



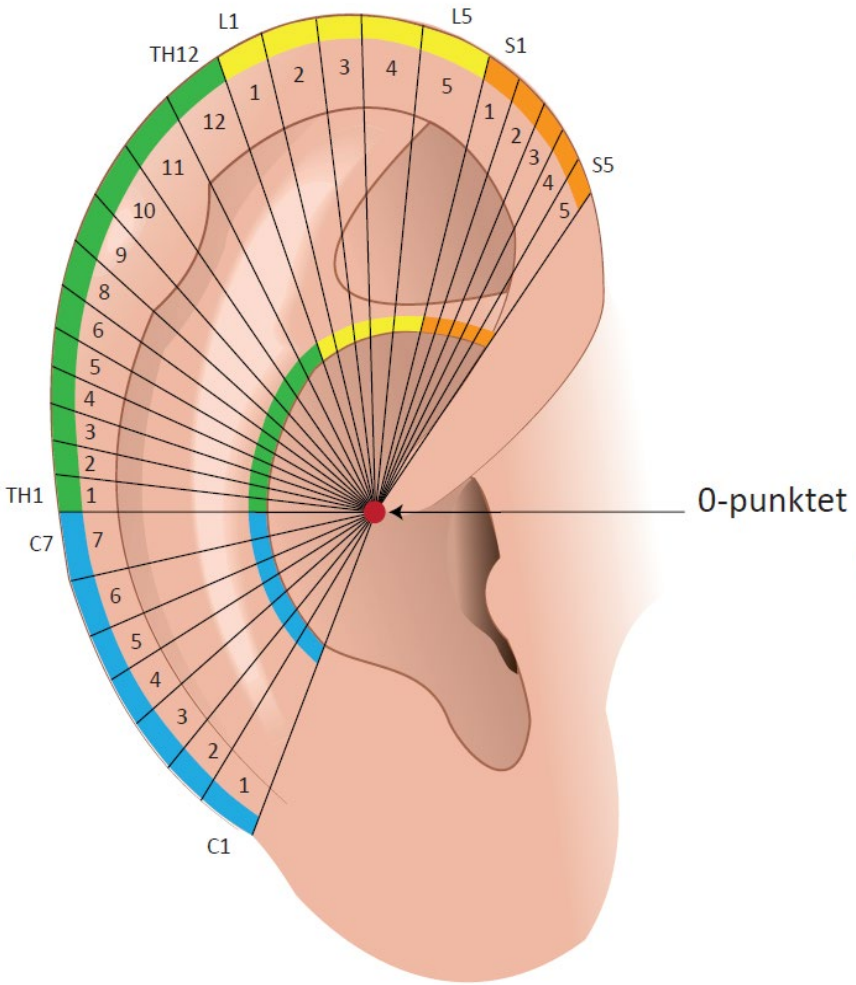
# Skelettet i øret

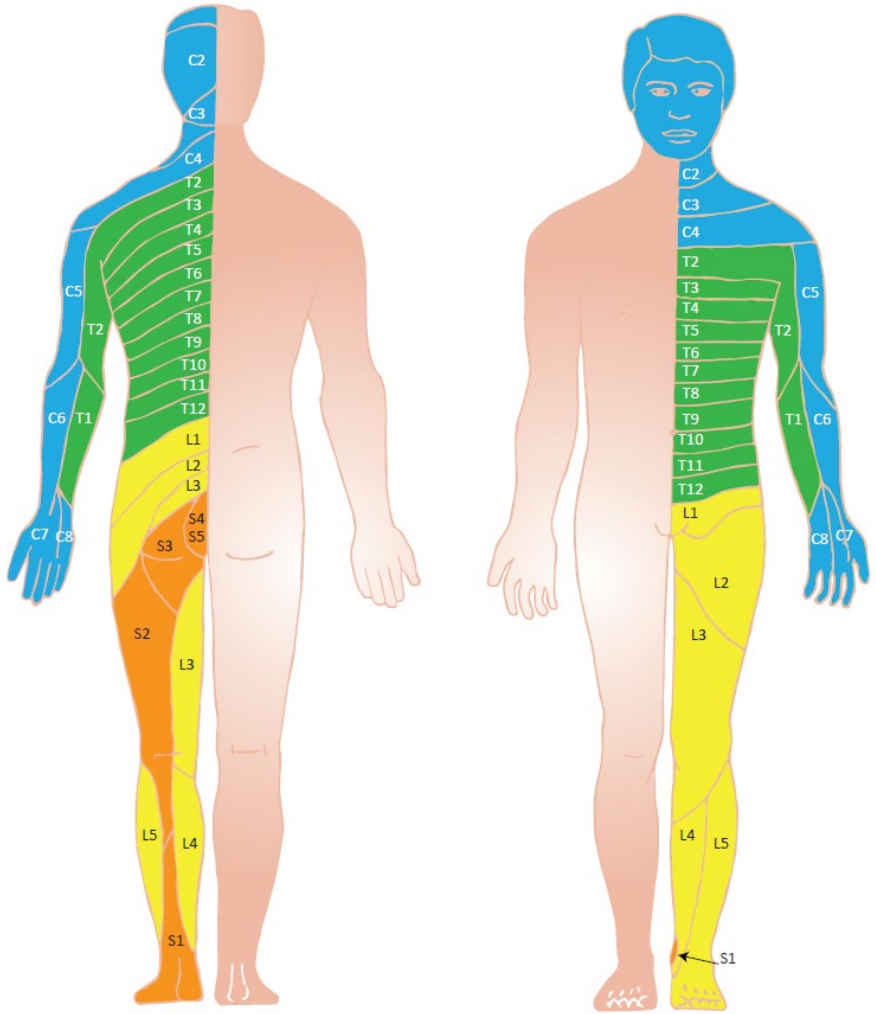


# Dermatomerne i øret

**Forklaring for brug af dermatomkortet:**

- Den ydre helixkant, repræsenterer huden og nervesystemet. Man kan f.eks. ved et hudproblem i et område på kroppen behandle det korresponderende segment på helixkanten. Det samme gør sig gældende ved lammelser eller føleforstyrrelser i et ben. Der vil man kunne ved palpation i helixkanten mellem L1 og S5 kunne finde en ømhed og påvirke det pågældende område.
- På kanten omkring concha ligger <u>ryglinien</u> fra lobus, C1 til og med helix rod, S5.
- På selve kanten er <u>ryghvirvlen</u> repræsenteret - fra C1 til S4
- På underkanten, på en skjult linje, ca. 1 mm nede på den lodrette conchavæg, ligger de respektive <u>nerverodspunkter</u>, fra C1 til S4.
- På overkanten, ca. 1 mm fra kanten, ligger <u>muskellinjen</u> for de respektive muskler, fra C1 til S4.




***Et dermatom er et område af huden, hvor nerver sender information fra huden til hjernen, som leveres af en enkelt nerve fra rygmarven.***

# Forstrækkende støttepunkter

Man kan desuden også finde forstrækkende støttepunkter til behandling af et organ eller en kropsdel i helixkanten.

**Dette gøres på følgende måde:**

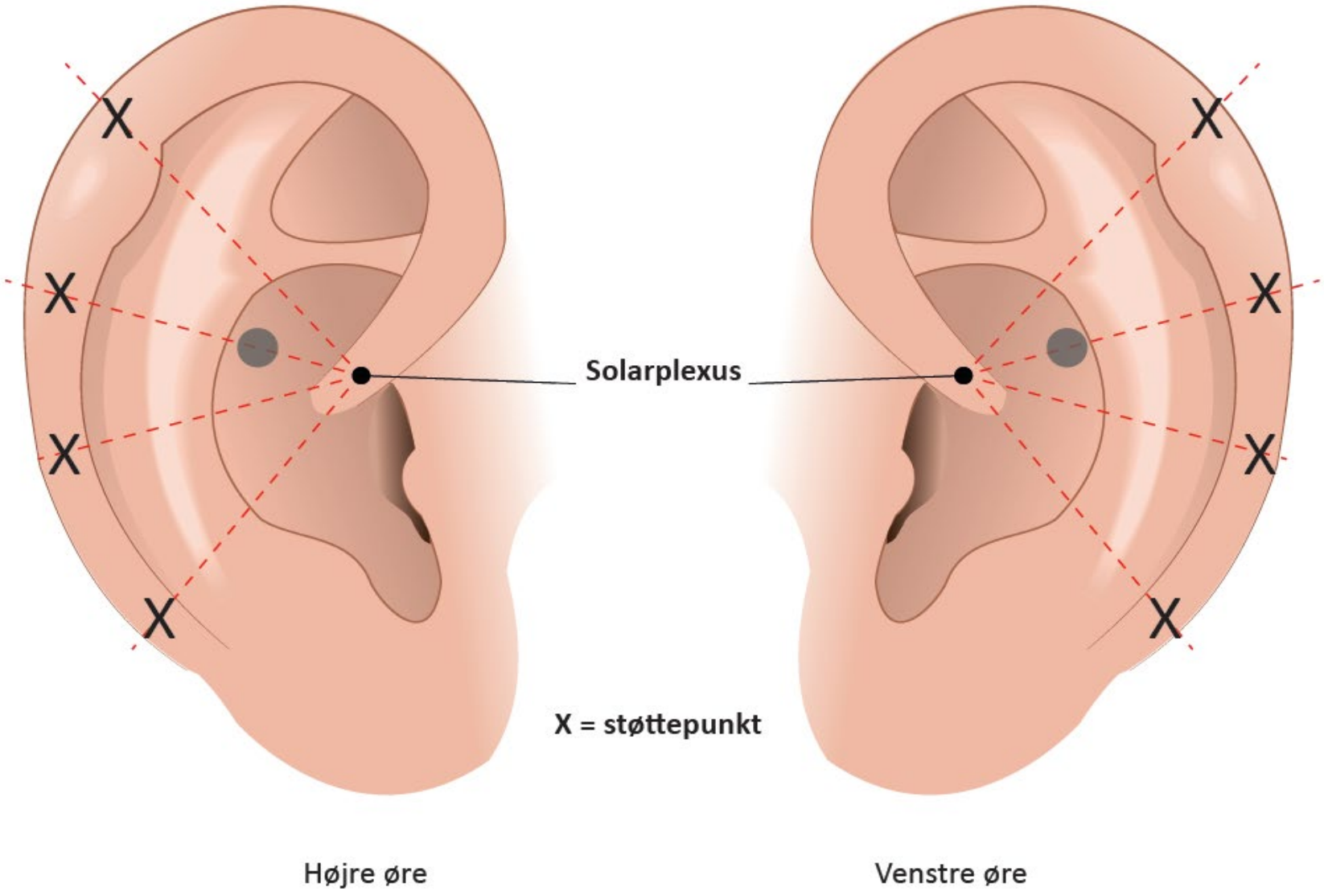
•Find det primære behandlingspunkt

•Træk en tænkt linje fra solarplexus igennem behandlingspunktet og ud i helixkanten.

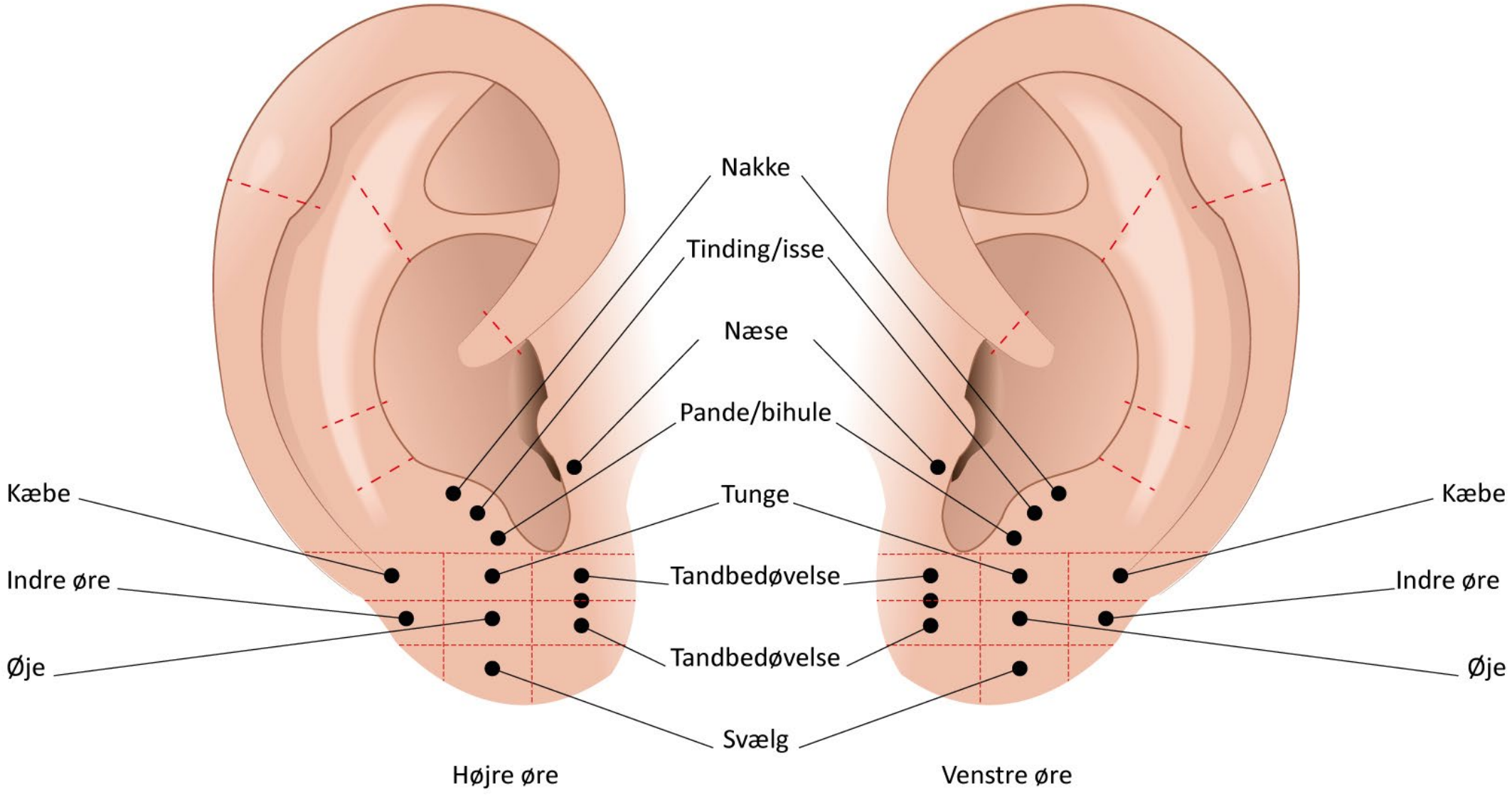
•Hvor linjen passerer helix ("X"), kan der være et belastet støttepunkt som vil være ømt ved palpering.

Det er rygmarven, der er spejlet i helix som også svarer til kropsakupunkturens back-shu punkter.

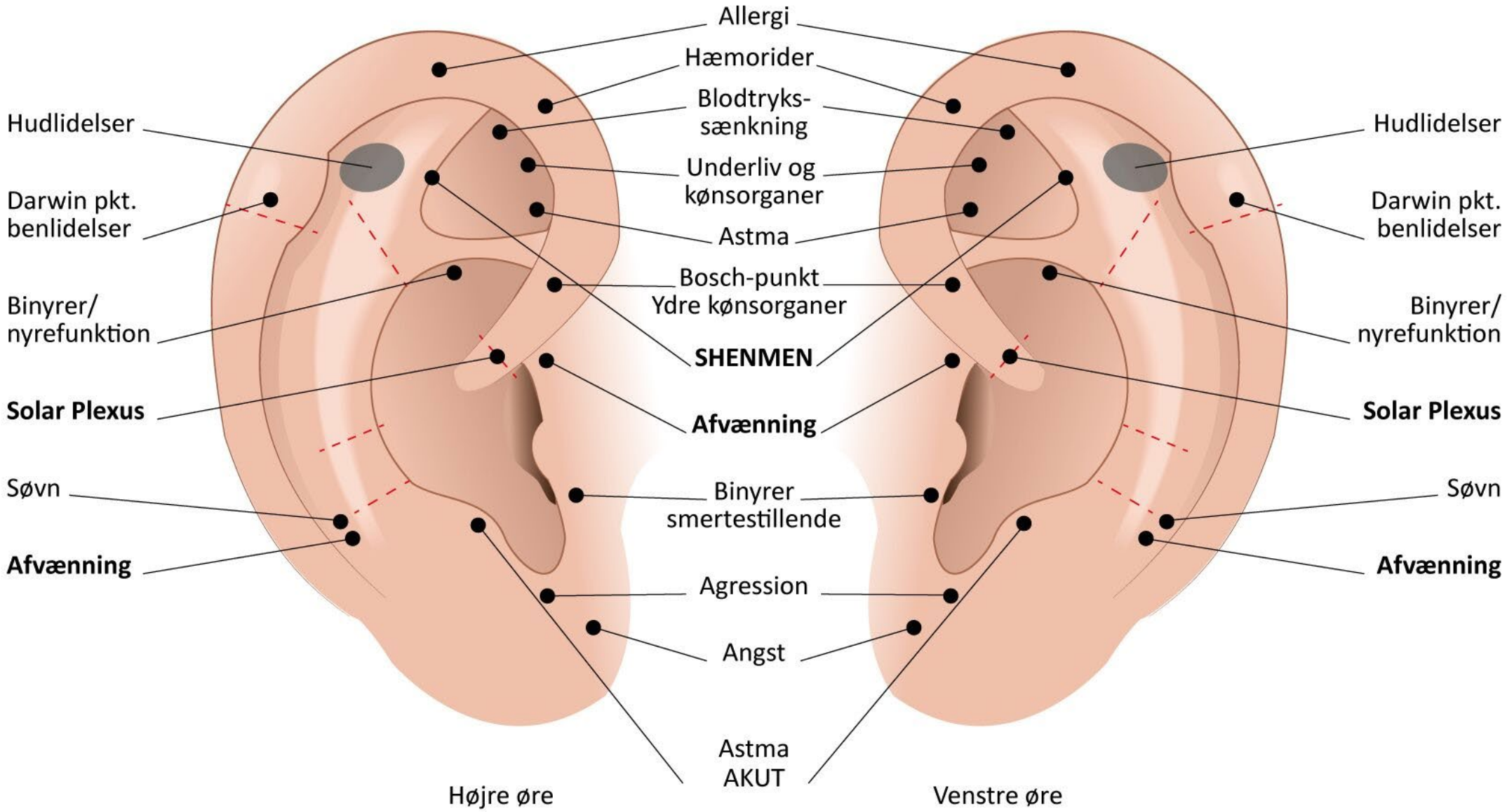
***Back-shu punkterne er den vestlige anatomiske optegnelse af rygmarvens nerveudløbere til organer og kropsdele.***



# Hovedet i øret



# Specialpunkter i øret




***Specialpunkter anvendes som supplement til eller som forstærkning til behandlingen***

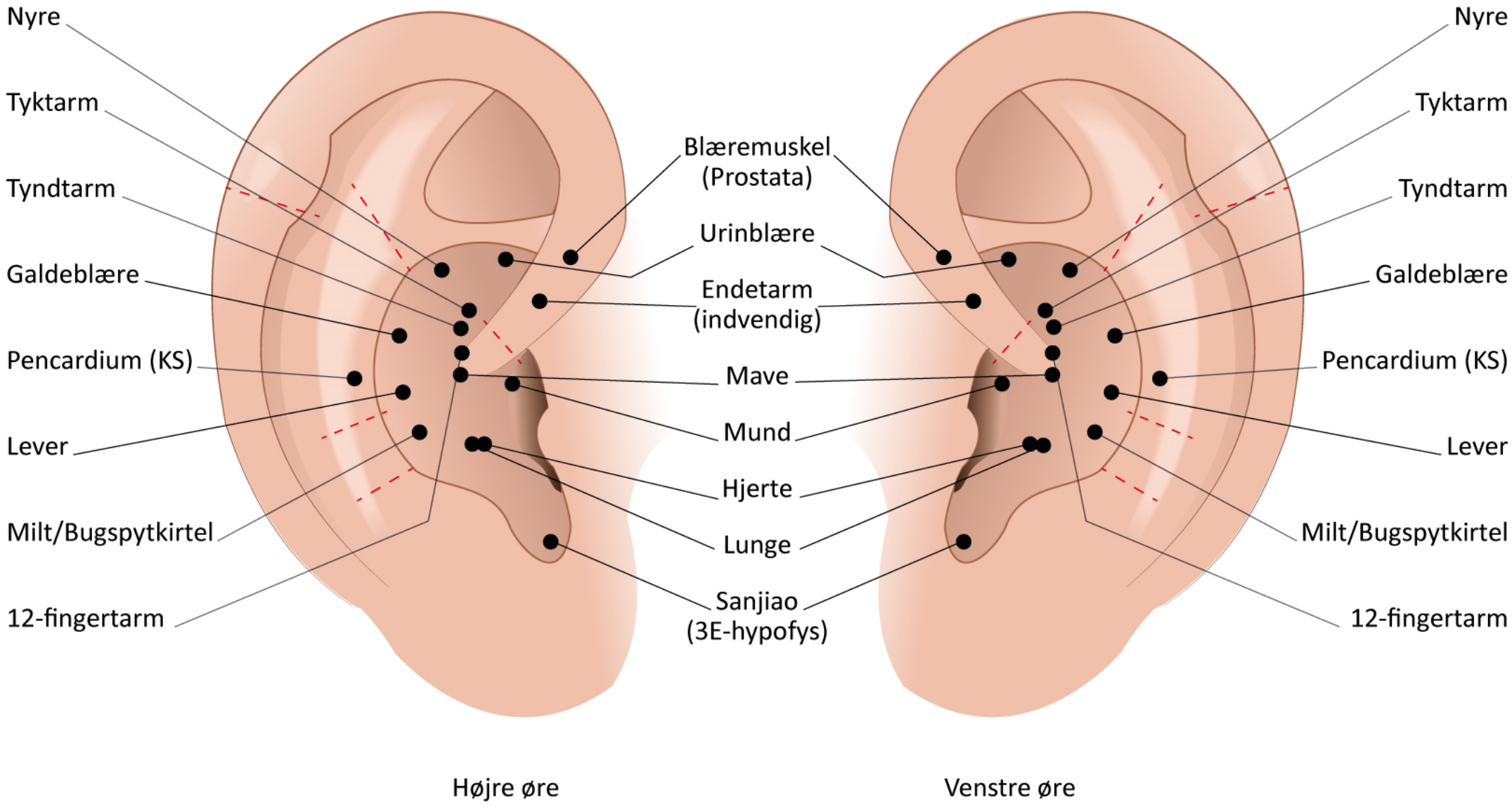
# Opgave 5.

1. Tag jeres øve-øre og sæt nåle for smertet i Ischias, lænd, nakke og kæbe.

2. Find et behandlingsværdigt punkt hos din sidemand i skelettet i øret, sæt derefter en nål i punktet.

3. Derefter finder du et punkt i dermatomkortet, som forstærker behandlingen og sætter endnu en nål.

# Organerne i øret



# Opgave 6.

***Fælles opgave***

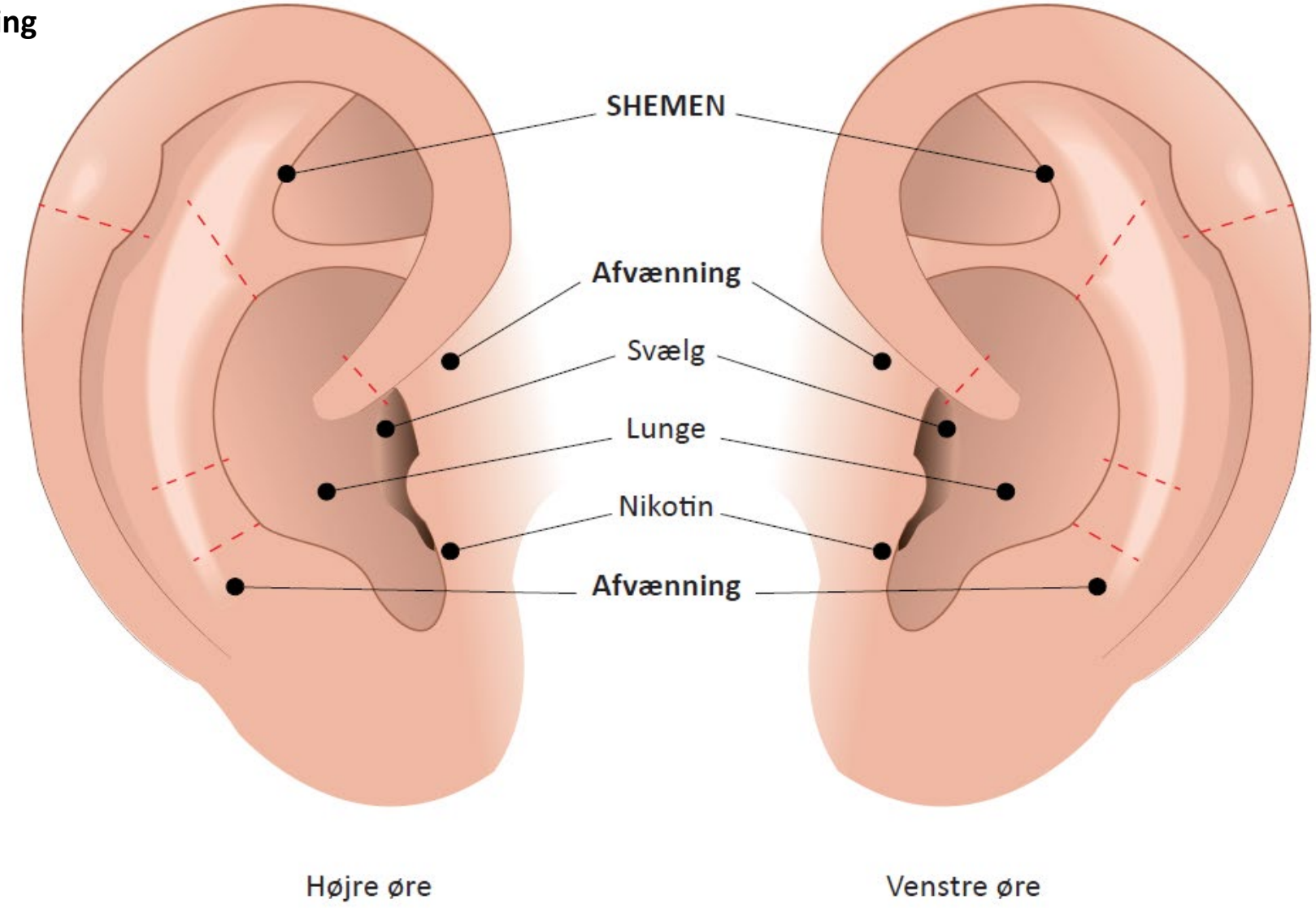
1. Prøv ud fra hukommelsen skiftevis at tegne organernes beliggenhed på tavlen

2. Tegn derefter skelettets beliggenhed

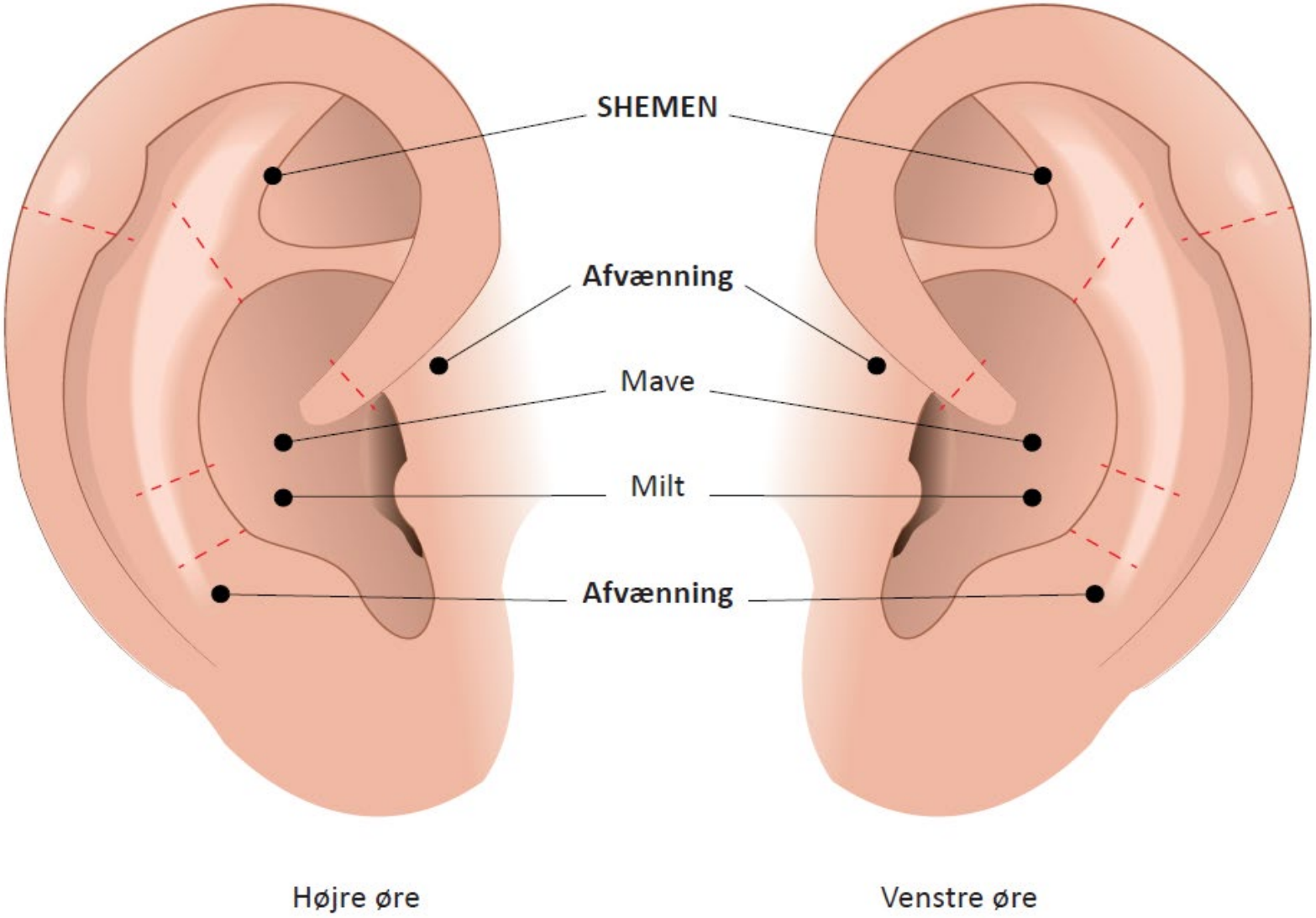
# Behandlingsprogrammer

I det følgende gives nogle eksempler på behandlingsprogrammer, som gennem lang tids erfaring har vist sig effektive.

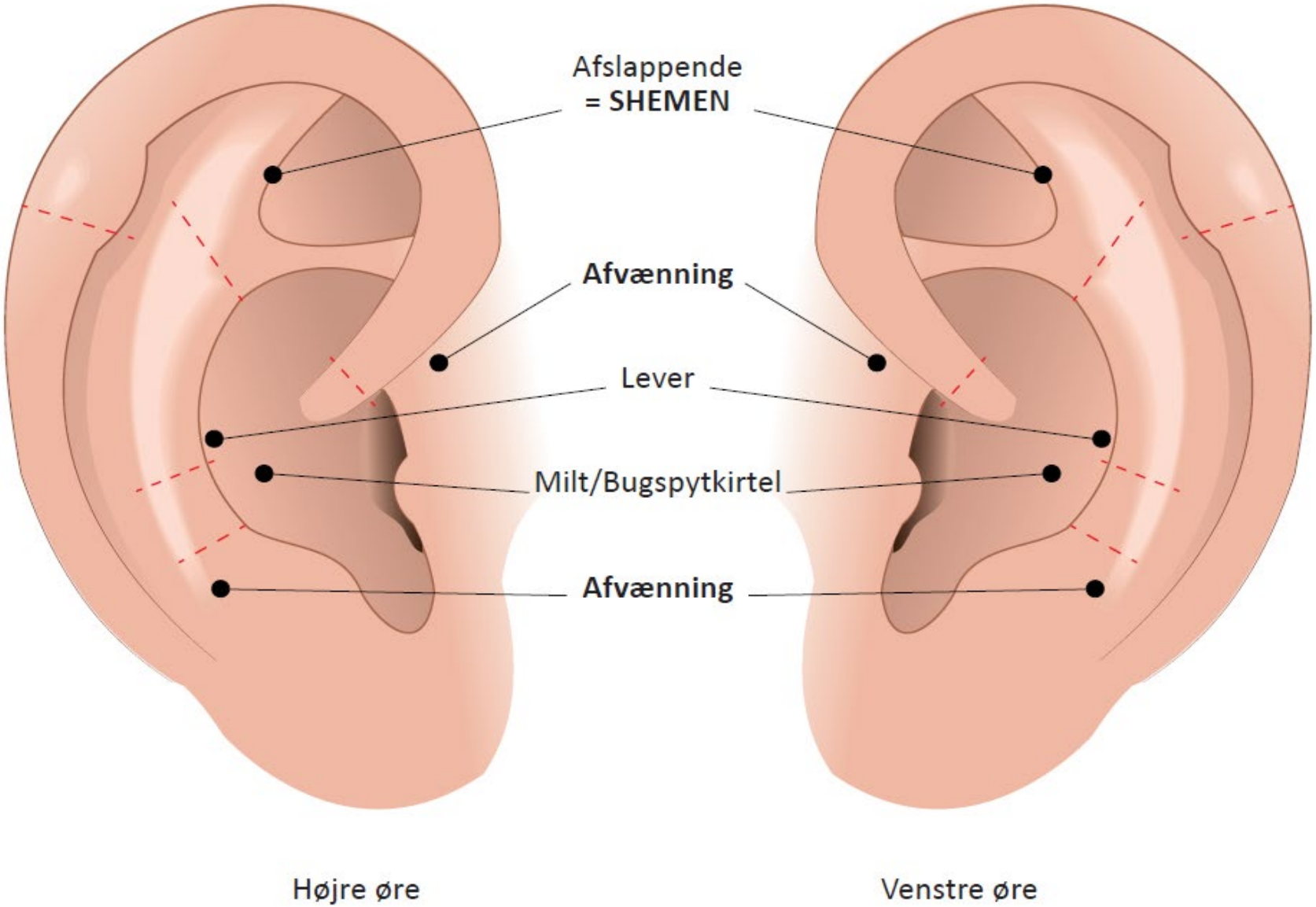
**Tobak afvænning**



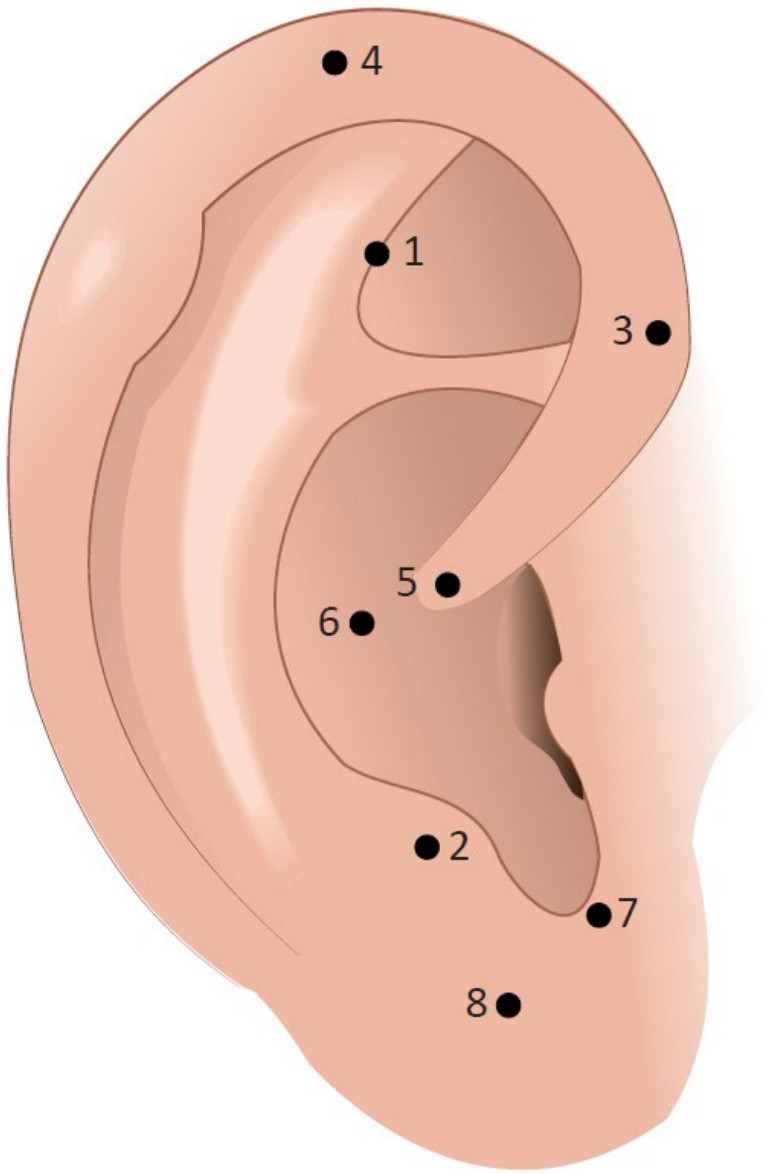
**Sukker afvænning og appetitregulering**



**Alkohol afvænning**



# Mesterpunkter




**Mesterpunkter er et udtryk, som bruges om punkter, der har en usædvanlig god effekt og som bruges i mange behandlinger.**

- Shenmen
- Thalamus / Brain / Hjernen
- Sympatikus / Autonomic
- Apex / Allergy Point
- Zero Point / Nulpunkt / Mellemgulv
- Muscle Relaxation
- Endokrin / Hypofyse
- Sensorium / Eye

# Mesterpunkter

***Det vigtigste punkt nævnes først osv.***
Det er ikke ligegyldigt hvilke ørepunkter man begynder at nåle, da punkterne har en stærk og omgående effekt. Der er en rækkefølge for visse punkter.
**Primære punkter og sekundære punkter:**
Næst efter de to første punkter, nåles **primærpunktet**, det eller de punkter, som repræsenterer det syge organ eller område. Der kan være 2 eller flere primærpunkter, f.eks. partnere i 5-element-loven, mm.
**Sekundære** punkter eller hjælpepunkter, er 2-3 punkter, som arbejder godt sammen og har en synergieffekt, dvs. at de indbyrdes forstærker hinandens effekt.

**1. Shenmen, det vigtigste punkt**
Shenmen er første valg og bruges i de fleste behandlinger, fordi det beroliger patienten og forankrer qi' en. Det skal gøres før nogen anden behandling, og før man toniserer eller sederer på qi.
Dette medfører, at patienten bliver mere modtagelig for den videre behandling.
Shenmen virker beroligende og er meget effektivt ved nervøsitet, ængstelse, uro og rastløshed, lindrer smerter, desuden øger punktet effekten af behandlingen.
Kontraindikationer for Shenmen: Ved overskud af slim i brystet, ved bronkitis, astma og hjertesygdomme pga. slimblokeringer (ifl. TCM).

**2. Thalamus / Brain / Hjernen, det næst vigtigste punkt**
Punktet er en tæt kontakt til alle kranienerver og dermed til hjernen, som styrer alle funktioner i kroppen, og er et stærkt punkt i mange behandlinger.

**3. Sympatikus / Autonomic er et meget anvendeligt punkt**
Punktet bruges bredt og som har lige så stor betydning som shenmen.
Det regulerer bl.a. nervesystemet og virker smertelindrende.

**4. Apex / Allergy Point**
Øverst på spidsen af helix-folden. Punktet anvendes mest ved allergiske indikationer. Har god effekt på kløe, allergi, feber, betændelse, akne, eksem, solskoldning, forbrændinger, højt blodtryk; desuden beroligelse af shen (uro, neuroser, mani mm.)

**5. Zero Point / Nulpunkt / Mellemgulv / Ørets Centrum**
Midt på helix-cruset. Mellemgulvszone, anvendes til ophobning af mave- energi under mellemgulvet, mellemgulvskramper, mellemgulvsbrok, hikke, virker beroligende. Nulpunktet anvendes, især som geometrisk nulpunkt og også til patienter hvor det ikke er muligt at opspore sensible ørepunkter. Med en nulpunktsnål i øret bliver andre sensible punkter mere tydelige.

**6. Muscle Relaxation**
I concha foran Milt-zonen, under midten af helixroden og solarplexus. Punktet er et specialpunkt for muskelspændinger.

**7. Endokrin / Hypofyse**
Endokrin-zonen findes i den nedre del af Concha i den subtragale zone. Punktet har indvirkning på skjoldbruskkirtel-og binyrebarkfunktion, calciumstofskifte, overgangsalder, allergier og led betændelser (herunder leddegigt), astma, akne, regulerer qi og menstruation.

**8. Sensorium / Eye**
I lobulus-roden. Åbner sanserne, især syn og hørelse som: Sløret syn, nedsat hørelse, svimmelhed, hovedpine.

# NADA ”*National Acupuncture Detoxification Association*”

NADA-metoden er en akupunktur-detox-metode, som bruges i USA og Europa.

Den er effektiv ved behandling af al slags afhængighed som:

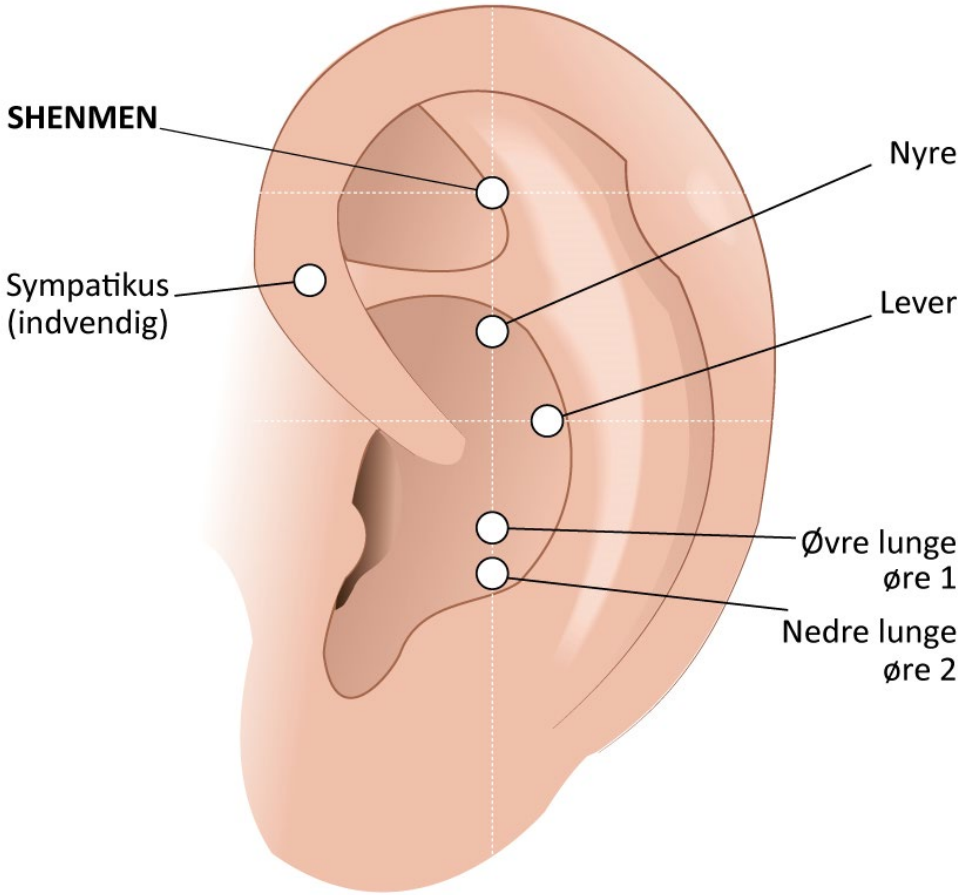
- Narkotika
- Medicin
- Tobak

samt ved forstyrrelser i det sympatiske og parasympatiske system.

Behandlingen virker beroligende og afslappende og samtidigt udrenses toksiner.

Grundprincippet i NADA er:

- Der sættes nåle i sympatikus, shenmen, nyre, lever, lunger.
- Nålene skal sidde på en lige linje fra øverst til nederst.
- Nålene sættes bilateralt og behandlingstiden er 45 min.
- Behandlingen gentages 1 gang ugentligt i 4-6 uger.



## De 5 klassiske NADA-punkter

Her en oversigt over de 5 klassiske NADA-punkter, og hvad de hjælper for:

**1 Sympatikus · Sindsro**

**Emotioner**: Bekymring og empati
· Stresslindring
· Abstinensbehandling (puls/blodtryk)
· Fysisk afslappende
· Dæmper smerte i indre organer
· Dæmper psykosomatiske reaktioner relateret til stress
· Dæmper fysisk spænding
· Dæmper panikangst

**2 Shenmen · Beroligende**

**Emotioner**: Angst, gråd, fobier, mani og labil psyke
· Abstinensbehandling
· Angstbehandling
· Regulering af stress
· Regulering af søvnmønster
· Skaber mental klarhed og fokusering
· Smertedæmpende effekt
· Styrker de fleste behandlinger
· Generelt sederende

**3 Nyren · Viljestyrke og visdom**

**Emotioner**: Angst, frygt, indadvendthed og opgivende sind
· Styrker nervesystemet
· Dæmper angst og frygt, dødsangst, stress
· Generelt energigivende
· Styrker hukommelse og indlæring

**4 Øvre og nedre lunge · Lindring af sorg**

**Emotioner:** Sorg, tristhed og apati

**Øvre lunge**

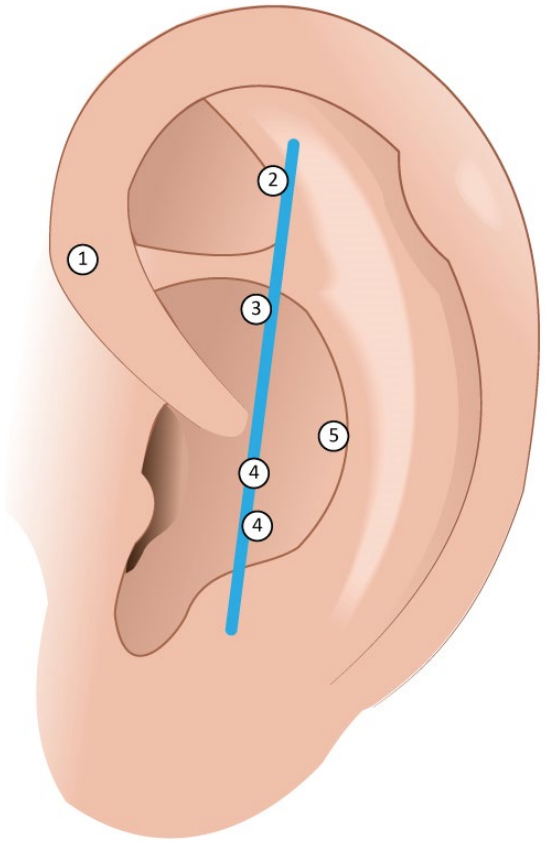
· Bearbejde sorg og tab
· At kunne give slip og tage imod
· Mod og selvstændighed
· Styrker immunforsvar
· Giver energi

**Nedre lunge**

· Generelt smertedæmpende
· Abstinenser

**5 Leveren · Mod aggression og vrede**

**Emotioner:** Vrede og aggressivitet
· Abstinensbehandling
· Mod muskelgener og fysisk uro
· Udskiller affaldsstoffer
· Dæmper hovedpine og stress
· Dæmper mareridt, hallucinationer og vrangforestillinger
· Selvdestruktiv adfærd




***Kombination med NADA-punkterne (vejledning til behandlere)***
***· Brug ikke mere end 5 punkter i hvert øre, og brug altid de samme punkter i begge ører.***
***· Mindst 3 af punkterne skal gives sammen for at opnå den Yin-styrkende virkning.***
***· Brug altid Sympatikus og Shen Men.***
***· Øvrige punkter vælges ud fra symptomerne.***

# Opgave 6.

Lav følgende behandlinger i jeres øve-øre :

***Tag et billede efter hver behandling***.

1. Tobak afvænning med ASP-nåle
2. Nada Programmet med Nada-nåle
3. Sukker afvænning
4. Mesterpunkter
5. De 12 organerne

# Sammenhæng mellem meridian, organ og muskler

Hvis en smerte, svaghed eller anden unormal tilstand kan lokaliseres til en bestemt muskel, indikerer dette, at det organ der har indflydelse pa musklen er i ubalance, dvs., det har en belastning eller en svaghed af en eller anden slags.

***Alle kroppens muskler er forbundet med bestemte organer eller funktioner.***

Denne "muskeldiagnose" vil - sammenlagt med brugen af organers, kropsvævs og sanseorganers sammenhæng, kunne give et bredere helhedsbillede af patientens tilstand.

I de følgende muskelplancher vil musklerne - for overblikkets skyld - kun være tegnet i den ene kropshalvdel, selvom de naturligvis befinder sig i begge sider af kroppen.

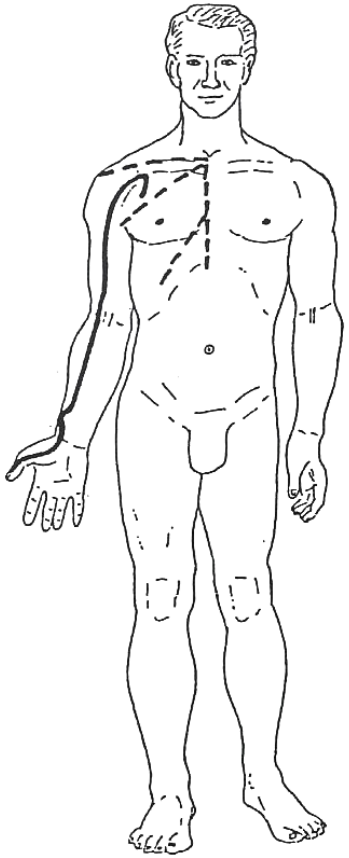
Musklernes navne er i det følgende anført pa latin, da de færreste har et dansk navn.

***Husk! Det er vigtigere at vide, hvor musklen sidder, og hvilket organ den tilhører, end hvad den hedder. Under tegningen står der, hvilket organ musklen tilhører.***

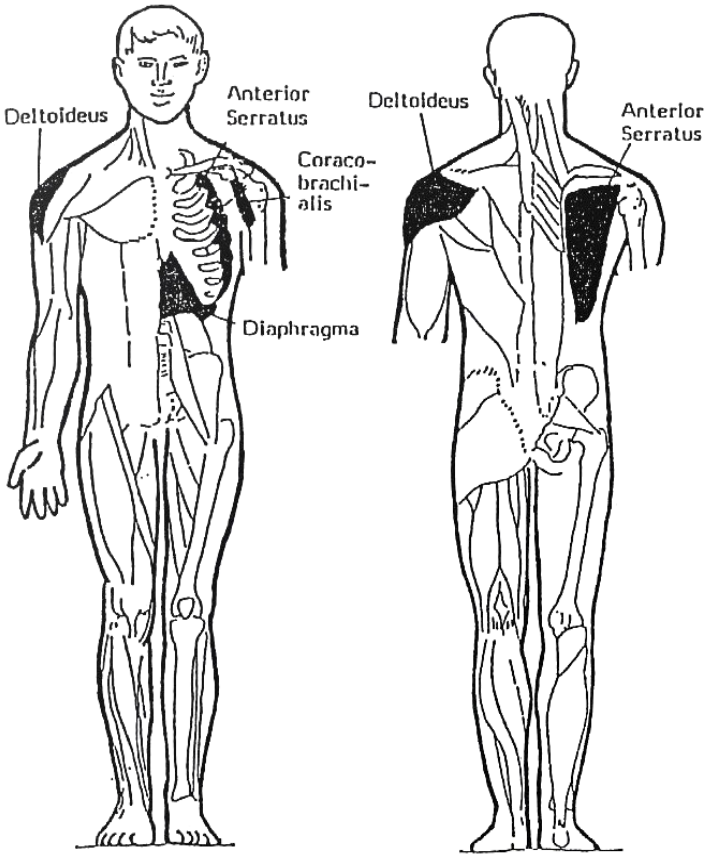
# Organernes indikationer, meridianer og muskler

**Lungemeridianen (LU)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | LU (YIN-partner til CO) |
| **Primære organer** | Lunger, luftveje, tyktarm (CO), mave og hud |
| **Meridianens forløb** | Bryst, mellemgulv, skulder/arm, tommelfinger |
| **Mulige sammenhæng** | Fordøjelsesproblemer, nakkestivhed, ansigtsødemer, søvnløshed |
| **Meridianmuskler** | Coracobrachialis, Deltoideus, Anterior serratus, Diaphragma |
| **Ørepunkt** | Lungezonen i concha |



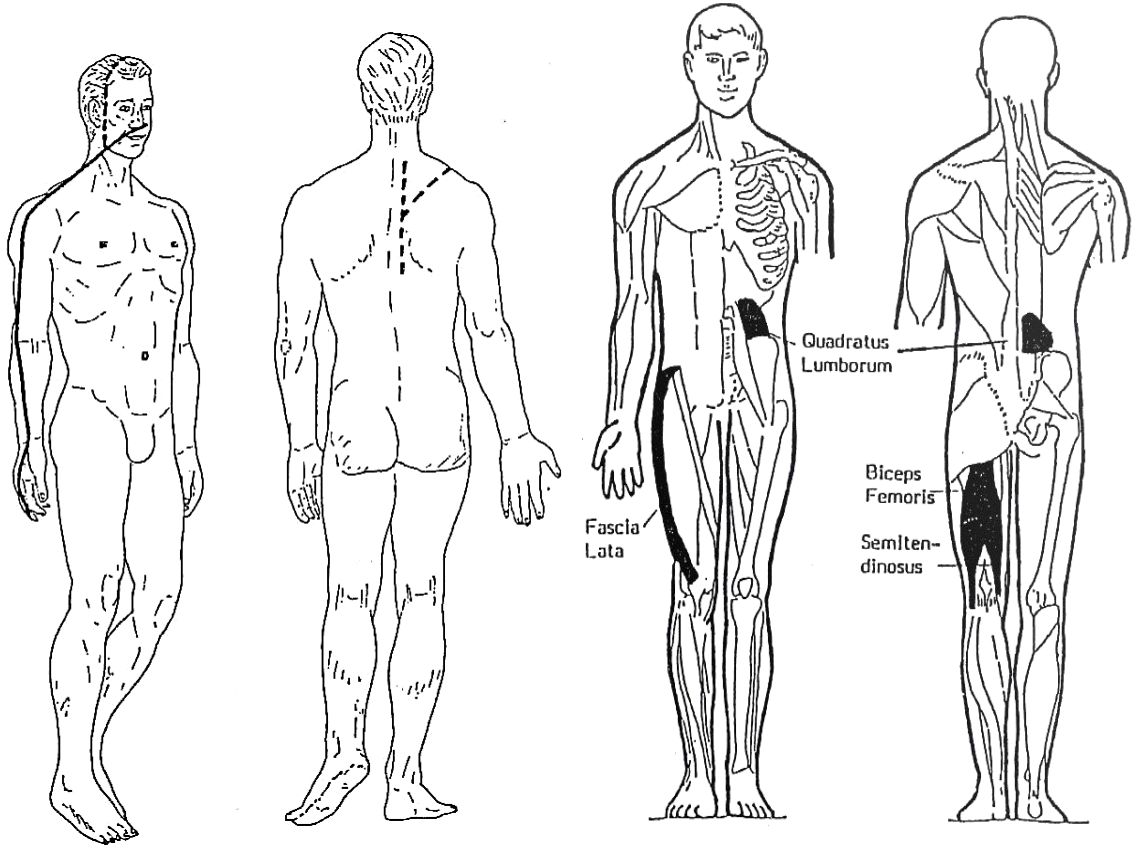
Lungemeridianen




Lungens muskler

## Tyktarmsmeridianen (CO)

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | CO som står for Colon, der er den latinske betegnelse for tyktarmen. Dette for at undgå forveksling med tyndtarmens benævnelse (TY). (YANG-partner til LU) |
| **Primære organer** | Tyktarm, bronkier |
| **Meridianens forløb** | Pegefinger, skulder/arm, hals, mund, næse |
| **Mulige sammenhæng** | Tænder, spytkirtler i munden, Ansigtssmerter/trigeminusneuralgi, bihulebetændelse, brændende smerter imellem skulderblad og rygsøjle, hæmorider, halshvirvel lidelser, fordøjelsesproblemer, brystsmerter ved menstruation |
| **Meridianmuskler** | Biceps femoris, Fascia lata, Semitendinosus, Quadratus lumborum, samt "det trekantede område" i lænden |
| **Ørepunkt** | Tyktarmszonen i concha. |

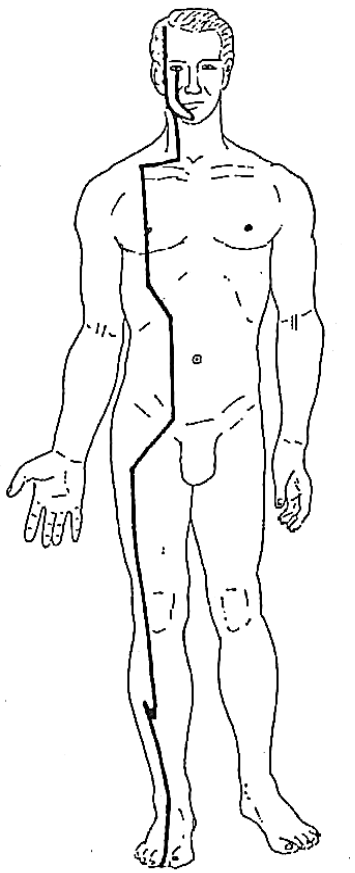



Colonmeridianen

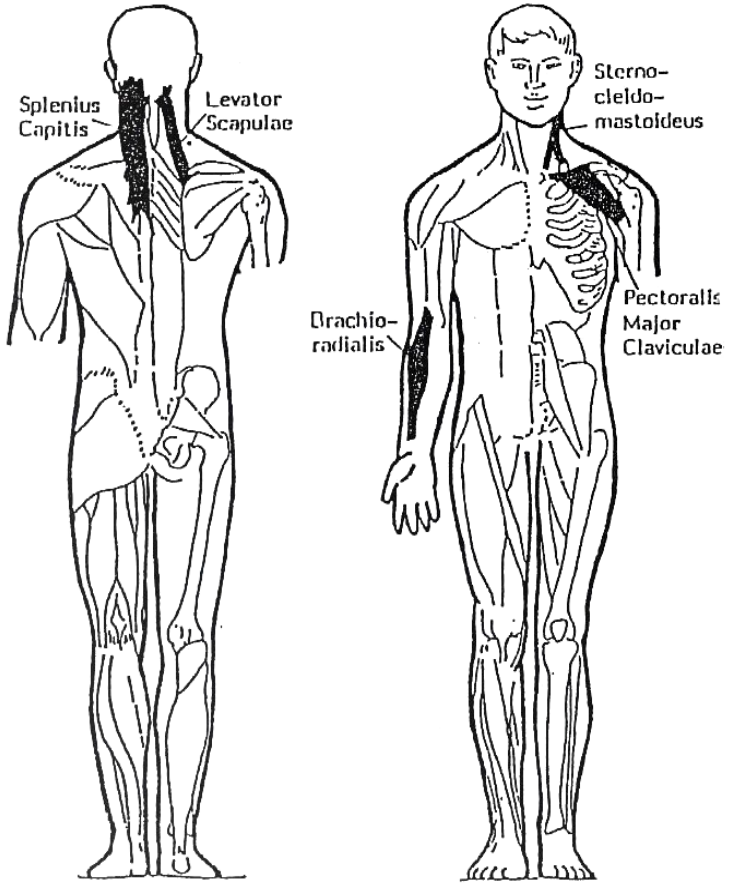
Colons muskler

**Mavemeridianen (M)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | M (YANG-partner til M/P) |
| **Primære organer** | Mavesæk og tolvfingertarm |
| **Meridianens forløb** | Tindinge- og kindområde, hals, bryst, mellemgulv, lyske, foran pa benet, 2. tå. |
| **Mulige sammenhæng** | Eksem og svamp pa 2., 3. og 4. tå, skjoldbruskkirtelforstyrrelser, spytkirtler i munden, trigeminusneuralgi, bihuler, øjensmerter, visse ryglidelser, eksem og svamp i lyskeregionen, allergi, psykiske lidelser (især stress), søvnløshed, appetitmangel, opstød, fordøjelsesproblemer, nakkesmerter. |
| **Meridianmuskler** | Brachioradialis, Sternocleido mastoideus, Pectoralis major claviculae, Splenius Copitis, Levator scapulae. |
| **Ørepunkt** | Mavezonen i concha og et stykke op ad helixkrydset imod SOLARPLEXUS- punktet (NUL-punktet) |



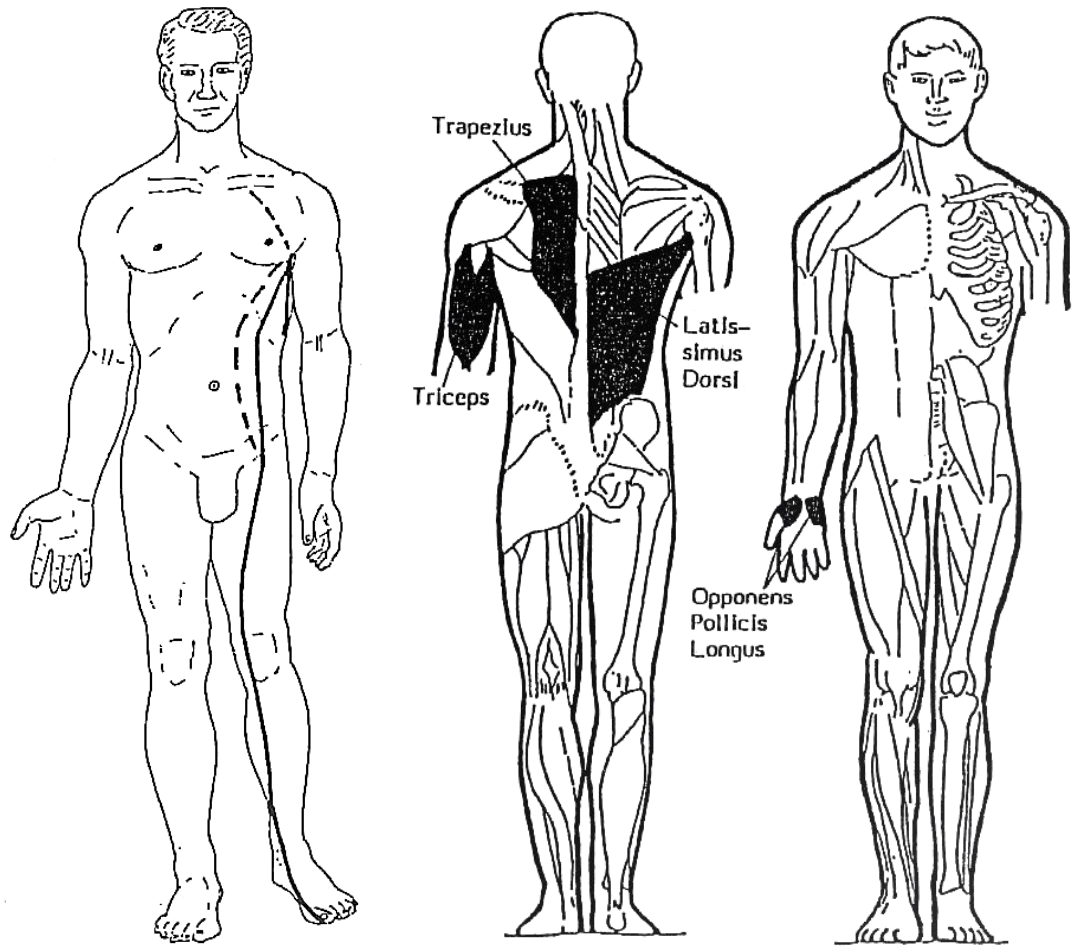
Mavenmeridianen




Mavens muskler

**Milt-Pancreas (bugspytkirtel) meridianen (MP)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | MP (YIN-partner til M) - P står for Pancreas, som er den latinske betegnelse for bugspytkirtlen |
| **Primære organer** | Milt, bugspytkirtel, tyndtarm, lever, lunger |
| **Meridianens forløb** | Storetå, inderside af benet til lysken, mellemgulv, bryst, under armhulerne |
| **Mulige sammenhæng** | Eksem og svamp på storetå, skinnebenssår pa underbenets<br>inderside, årebetændelse i forbindelse med blodprop på underbenets inderside, kvalme, hikke, ødemlidelser, allergier, feber, blodmangel, depressioner, sukkerstofskiftelidelser, fordøjelsesproblemer, søvnløshed, ufrivillig vandladning. Kan stimulere immunforsvar ved infektion og forgiftning. |
| **Meridianmuskler** | Triceps, Trapezius, Latissimus dorsi, Opponens pollicis longus |
| **Ørepunkt** | Miltzonen i concha. |

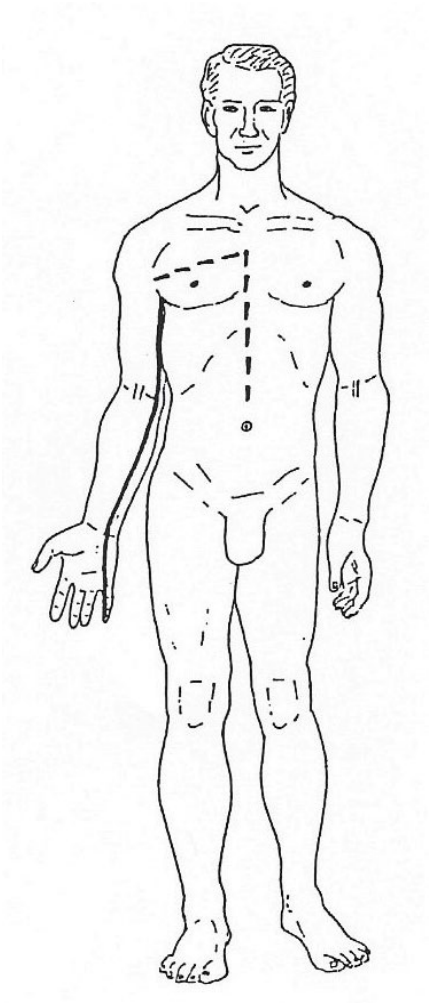



Miltmeridianen

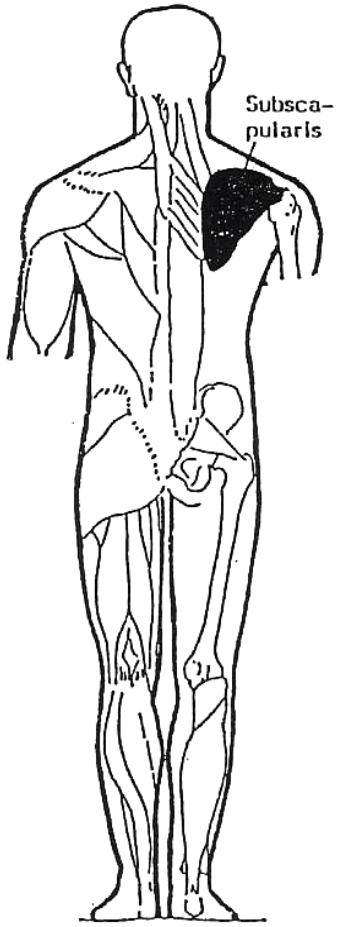
Miltens muskler

## Hjertemeridianen (HJ)

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | H (YIN-partner til TY) |
| **Primære organer** | Hjertet, kredsløbet |
| **Meridianens forløb** | Armhulen, armindersiden til lillefingeren |
| **Mulige sammenhæng** | Brystsmerter, svimmelhed, nervøs klump i halse, blødende gummer, kan ikke ligge pa venstre side, trørhed i munden, nervesmerter i arm med udbredelse til hals, underkæbe og ansigt |
| **Meridianmuskler** | Subscapularis (foran på skulderbladet) |
| **Ørepunkt** | Den neurale hjertezone i concha. |



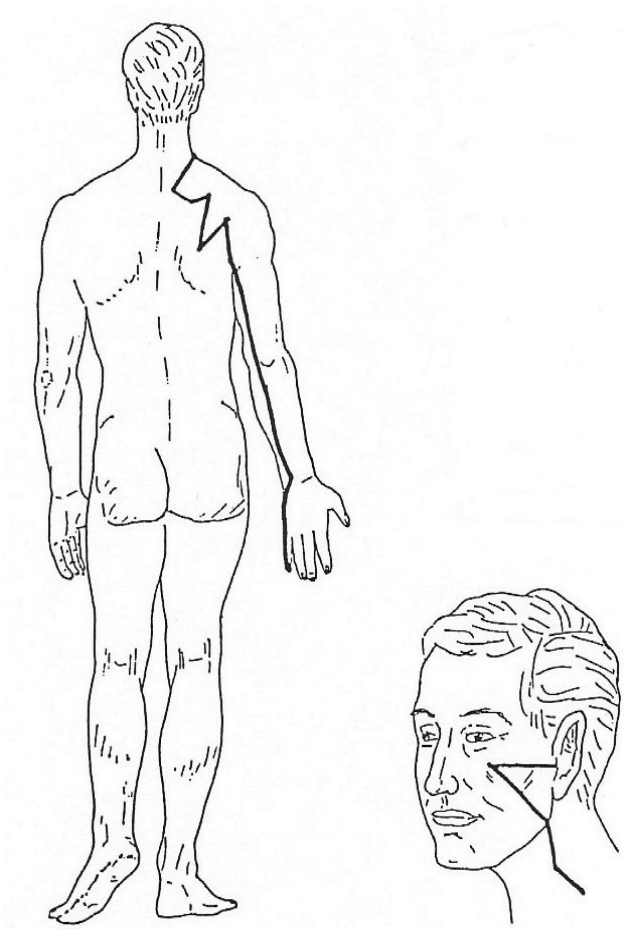
Hjertemeridianen



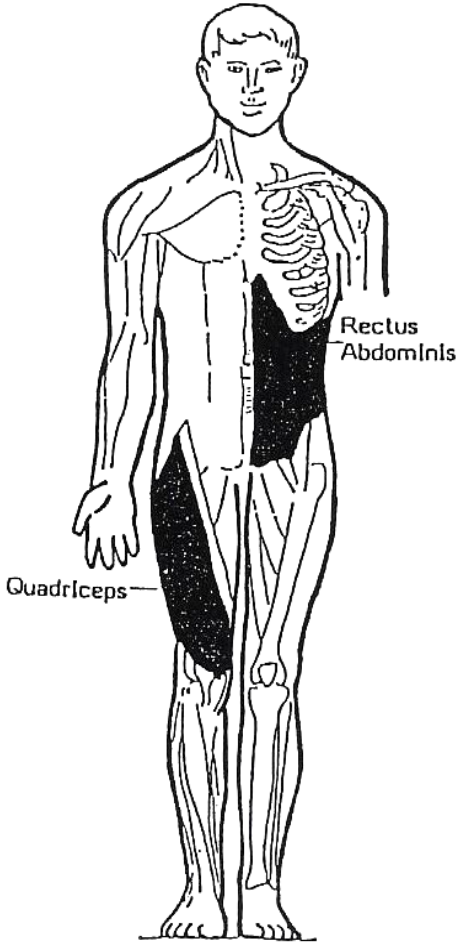

Hjertets muskel

**Tyndtarmsmeridianen (TY)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | TY (YANG-partner til H) |
| **Primære organer** | Tyndtarm, hjerte |
| **Meridianens forløb** | Lillefinger, arm/skulder, hals, kind øre |
| **Mulige sammenhæng** | Eksem og svamp i lillefinger, skuldermyoser, betændelse i halsens, lymfekirtler, fordøjelsesproblemer, lavt blodtryk, kredsløbslidelser, svaghed i ben (problemer op ad trappe, sætte sig, rejse sig), ansigtsødemer, endetarmsslaphed, knælidelser, vejrtrækningsbesvær |
| **Meridianmuskler** | Recttus abdominis, Quadriceps |
| **Ørepunkt** | Tyndtarmszonen i concha. |



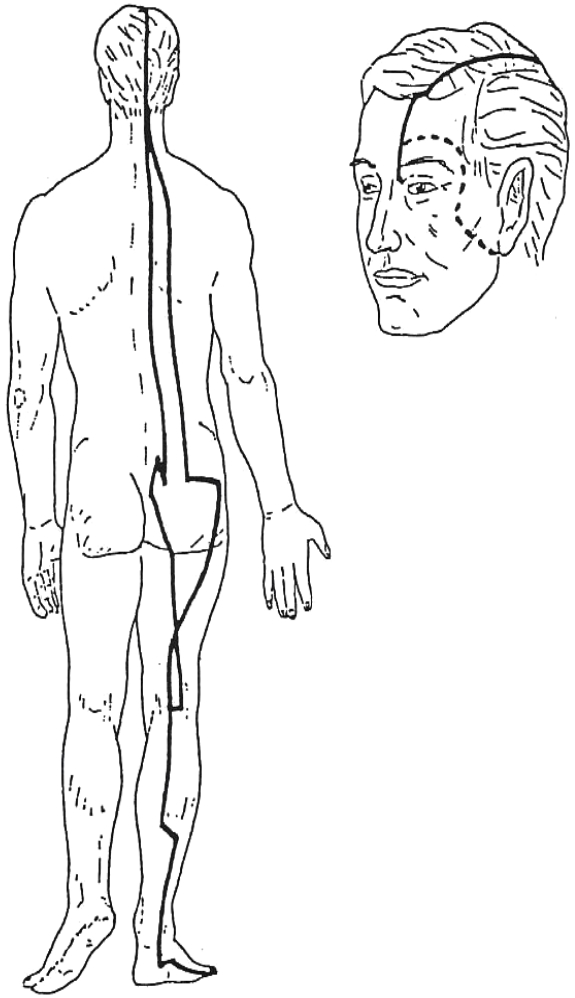
Tyndtarmsmeridianen



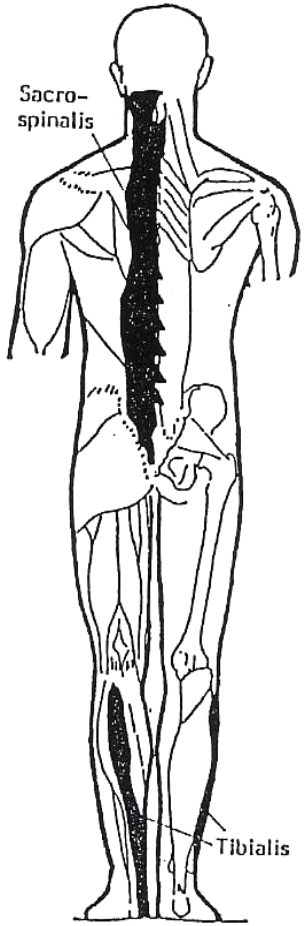

Tyndtarmens muskler

**Blæremeridianen (B)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | B (YANG-partner til N) |
| **Primære organer** | Urinblære, nyrer, underlivsorganer, genitalområdet |
| **Meridianens forløb** | Inderste øjenkrog, pande, isse, nakke, langs rygsøjlen, Sædet, bag på benet, ydersiden af foden til lilletåen |
| **Mulige sammenhæng** | Eksem og svamp pa lilletåen (5. tå) og evt. også pa 4. tå, lægkramper/- smerter, iskiassymptomer, hvirvelsøjlelidelser, hovedpine (nakke, isse, pande), gigtlignende lidelser på kroppens bagside, ufrivillig vandladning, hæmorider |
| **Meridianmuskler** | Sacrospinalis, Peroneus, Ant.erior og Post.erior Tiblalis |
| **Ørepunkt** | Blaerezonen i concha. |



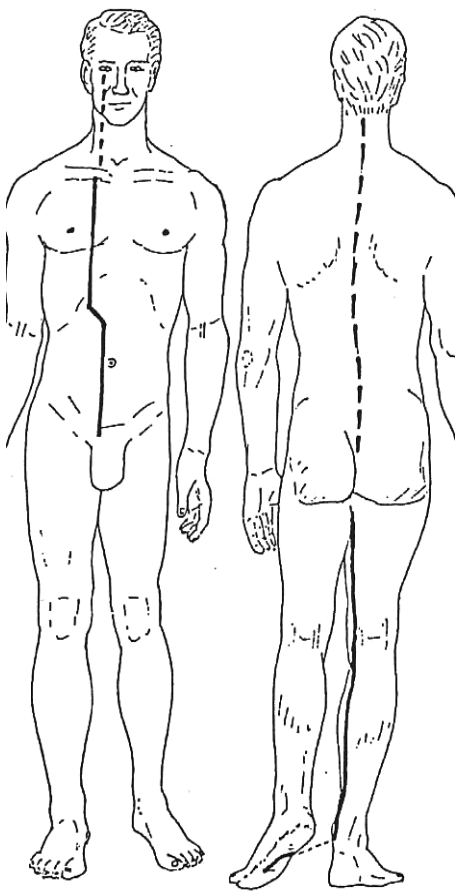
Blæremeridianen



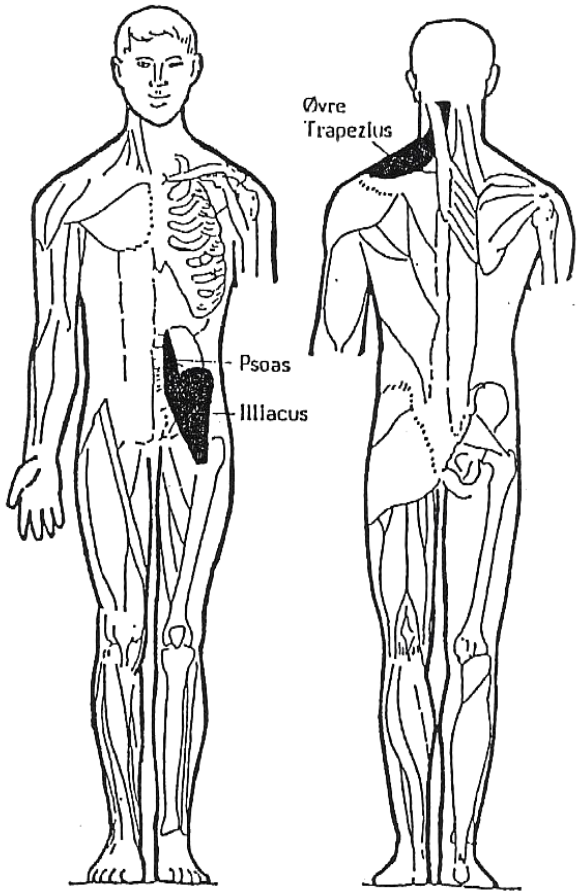

Blærens muskler

**Nyremeridianen (N)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | N (YIN-partner til B) |
| **Primære organer** | Nyrer, urinblære, underlivsorganer, genitalområdet |
| **Meridianens forløb** | Lilletåen, fodsålen, indvendig hæl op langs indersiden af benet til mellemkødet, lyske mellemgulv, bryst, nøgleben |
| **Mulige sammenhæng** | Eksem og svamp under fodsålen, skinnebenssår og årebetændelse på underbenets inderside, urinblærelidelser, skjoldbruskkirtellidelser, hjertelidelser, hofteledssmerter, hud, øjne, ører, sorte rander under øjnene, trigeminusneuralgi, tarmlidelser (især ubalance i tarmflora og enzymer), højt blodtryk |
| **Meridianmuskler** | Trapezius superior, Psoas, Illiacus |
| **Ørepunkt** | Den nervale nyrezone i concha. |



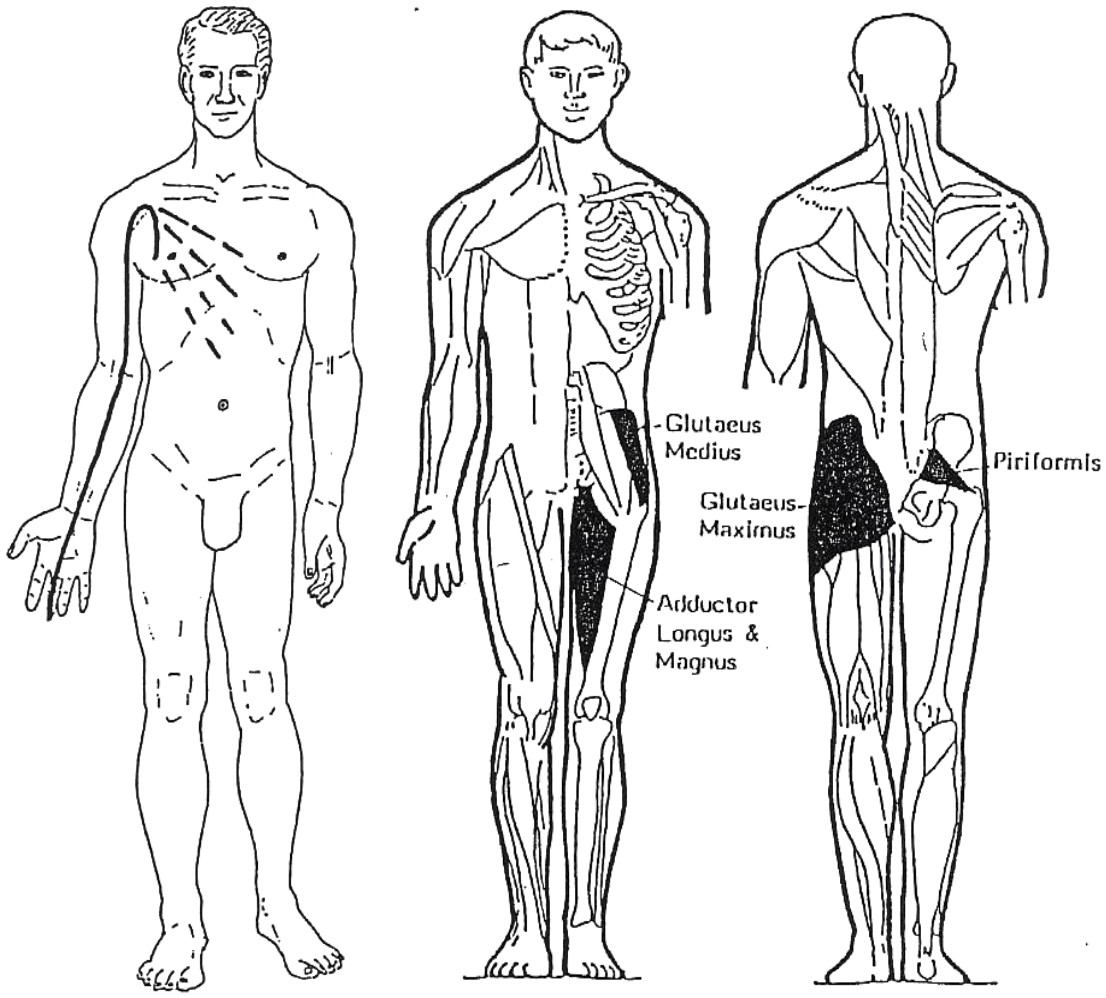
Nyremeridianen




Nyrens muskler

**Pericardiummeridianen (P)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | P (YIN-partner til SJ) - også benævnt KS |
| **Primære organer** | Hjerte, mave, sexualitet |
| **Meridianens forløb** | Bryst skulder, arm, 3. finger (langfinger) |
| **Mulige sammenhæng** | Lidelser i 3. finger (langfinger), armindersiden, brystsmerter, gennembødningsforstyrrelser i hoved og på arme og hals, kredsløbs- forstyrrelser på grund af for lavt blodtryk, "hvide fingre", ben smerter, nakkestivhed, menstruationssmerter og uregelmæssig menstruation. |
| **Meridianmuskler** | Piriformis, Glutaeus medius og maximus, Adductor longus og magnus. |
| **Ørepunkt** | Den organiske hjertezone på grænsen mellem antihelix og scapha. |

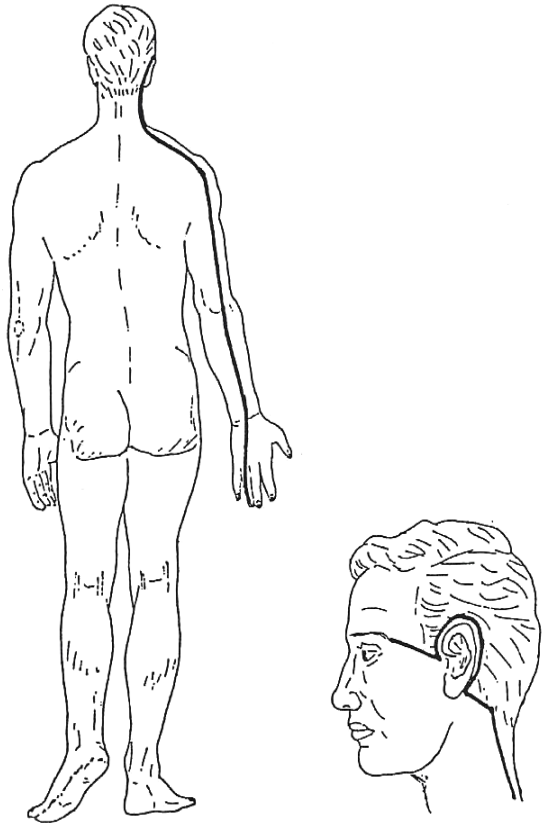



Pericardiummeridianen

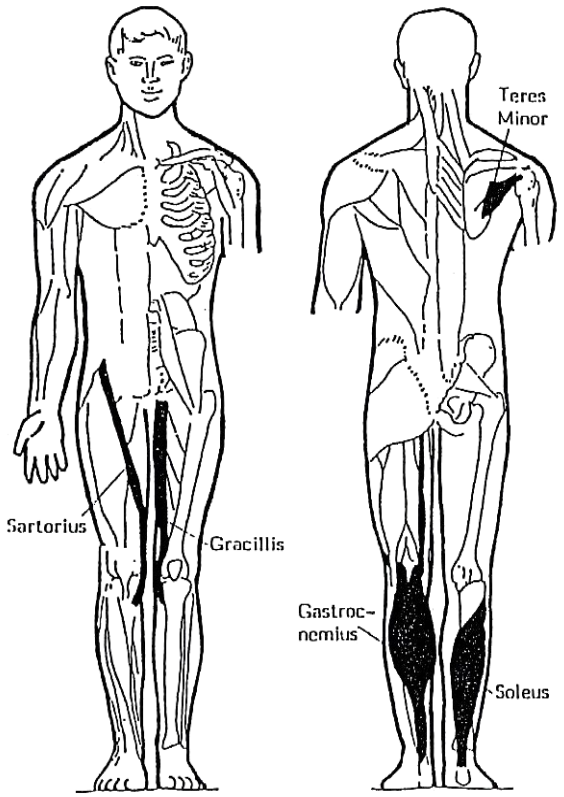
Pericardiums muskler

**Sanjiaomeridianen (SJ)**

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | SJ (YANG partner til P) – også benævnt 3E "San" betyder tre på kinesisk og henviser til "de tre hulrum" - jiao. |
| **Primære organer** | Hormonelle kirtler, mave, hjerte. |
| **Meridianens forløb** | Ringfinger, arm, albuespids, skulder, nakke, øre, tinding, øjenbryn. |
| **Mulige sammenhæng** | Tennisarm, frossen skulder, seneskedehindebetændelse, hovedpine i tinding og øje, øresusen, sukkerstofskiftelidelser, allergi, depressioner, træthed, fordøjelsesproblemer, ødemer i hænder og fødder, lægmuskelsmerter |
| **Meridianmuskler** | Teres minor, Sartorius, Gracills, Gastrocnemius, Soleus |
| **Ørepunkt** | Hypofysezonen i Incissura intertragia eller ACTH-punktet på tragus. Det er forskelligt, hvornår det ene eller det andet virker, men i praksis er det blot to forskellige styrepunkter for hypofysen. |



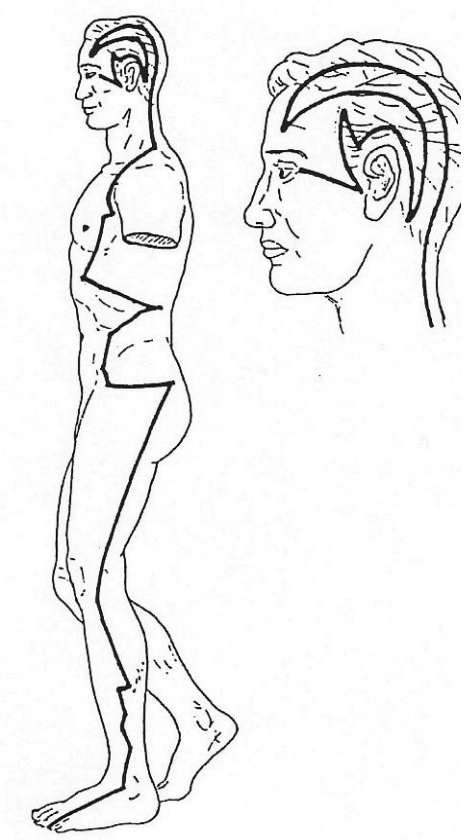
Sanjiaomeridian



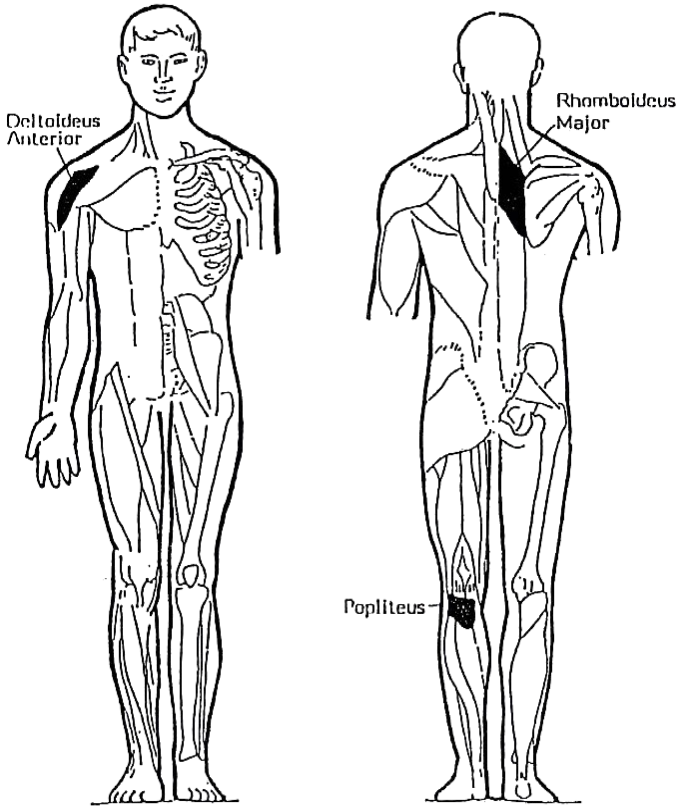

Sanjiaos muskler

## Galdeblæremeridianen (G)

| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | G (YANG-partner til LE) |
| **Primære organer** | Galdeblære, lever (højre side), bugspytkirtel, milt (venstre side) |
| **Meridianens forløb** | Yderste øjenkrog, tinding, siden af hovedet, nakke, skulder, bryst, hele siden af kroppen, 4. tå |
| **Mulige sammenhæng** | Helvedes ild, fordøjelsesproblemer, gulsot, smerter imellem rygsøjlen og skulderbladene, svimmelhed, muskelkramper, eksem og svamp pa 4. og 5. tå, hofte- og knælidelser, iskiaslignende lidelser, halvsidig hovedpine, trigeminusneuralgi, øresusen, bihuler. |
| **Meridianmuskler** | Deltoideus anterior, Popliteus, Rhomboideus |
| **Ørepunkt** | Galdeblærezonen i concha. |



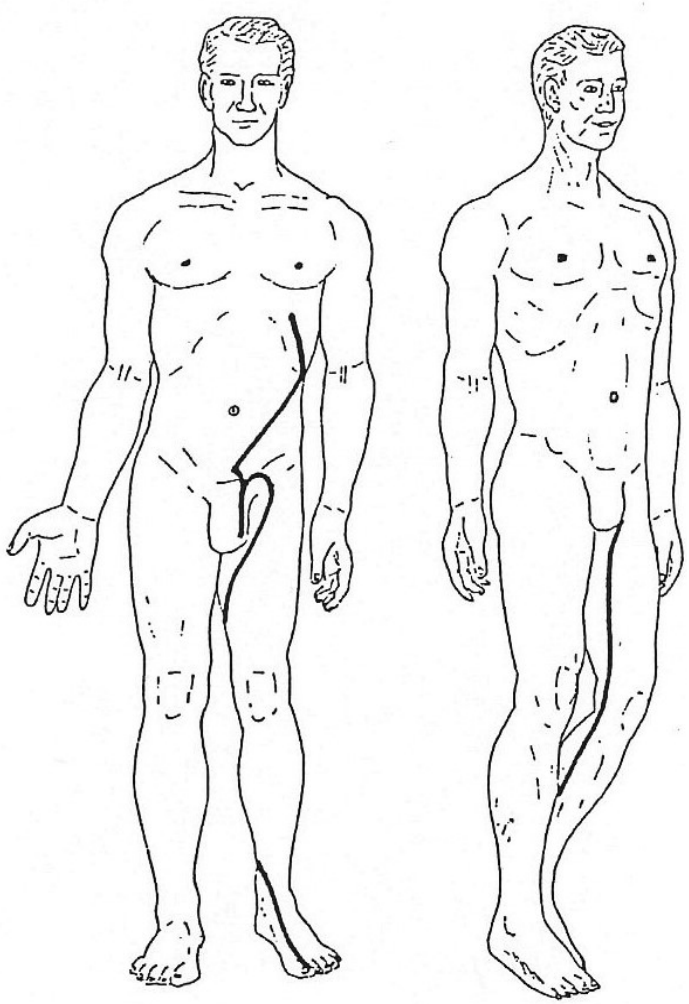
Galdeblæremeridianen




Galdeblærens muskler

Levermeridianen (LE)

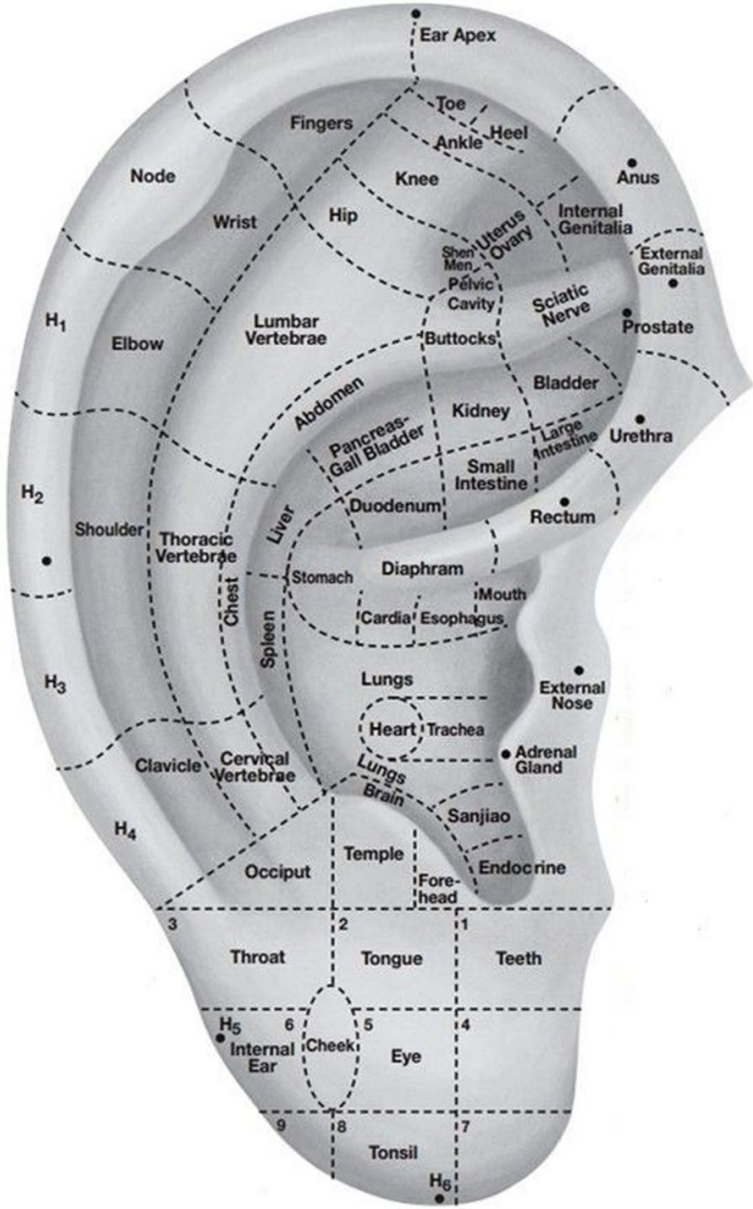
| | |
|---|---|
| **Forkortet benævnelse** | LE (YIN-partner til G) |
| **Primære organer** | Lever, galde, lunger |
| **Meridianens forløb** | Storetå, inderside af ben, ydre kønsdele, mellemgulv, bryst |
| **Mulige sammenhæng** | Eksem og svamp på 1.tå (storetåen), skinnebenssår og årebetændelse på underbens inderside, lyskelidelser, brystlidelser, gulsot, fordøjelsesproblemer, muskelkramper, hovedpine, seksualitet, øjne, hud, allergi, smerter mellem skulderblad og rygsøjle, hjertelidelser |
| **Meridianmuskler** | Pectoralis major sternalis |
| **Ørepunkt** | Leverzonen i concha |



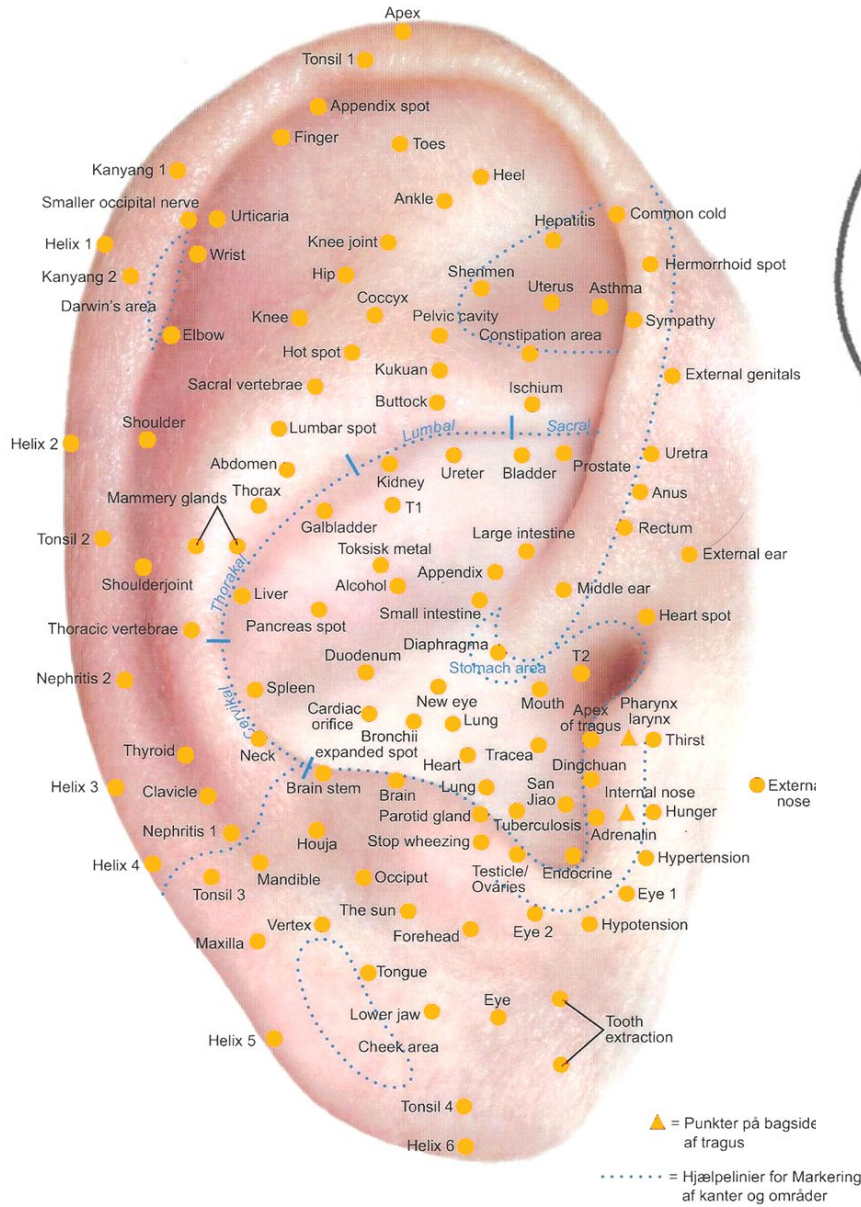
Leverenmeridianen

Leverens muskler

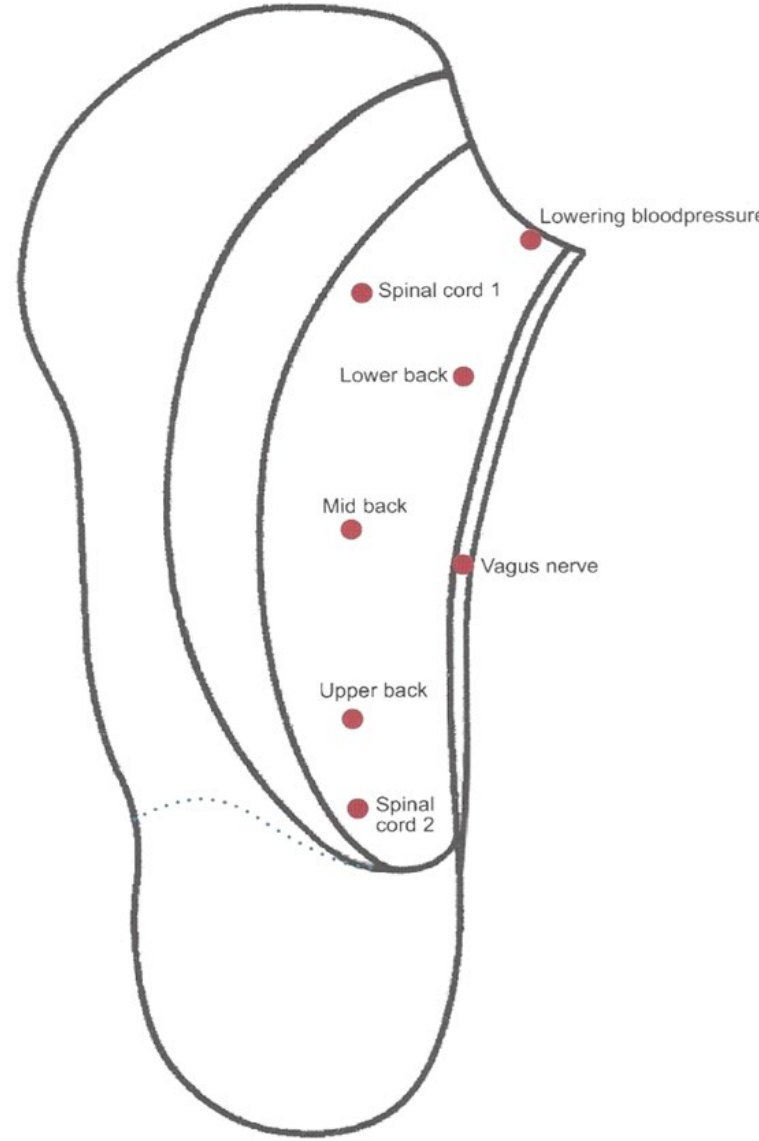
## Øret opdelt i felter




## Detaljeret oversigt over ørepunkter

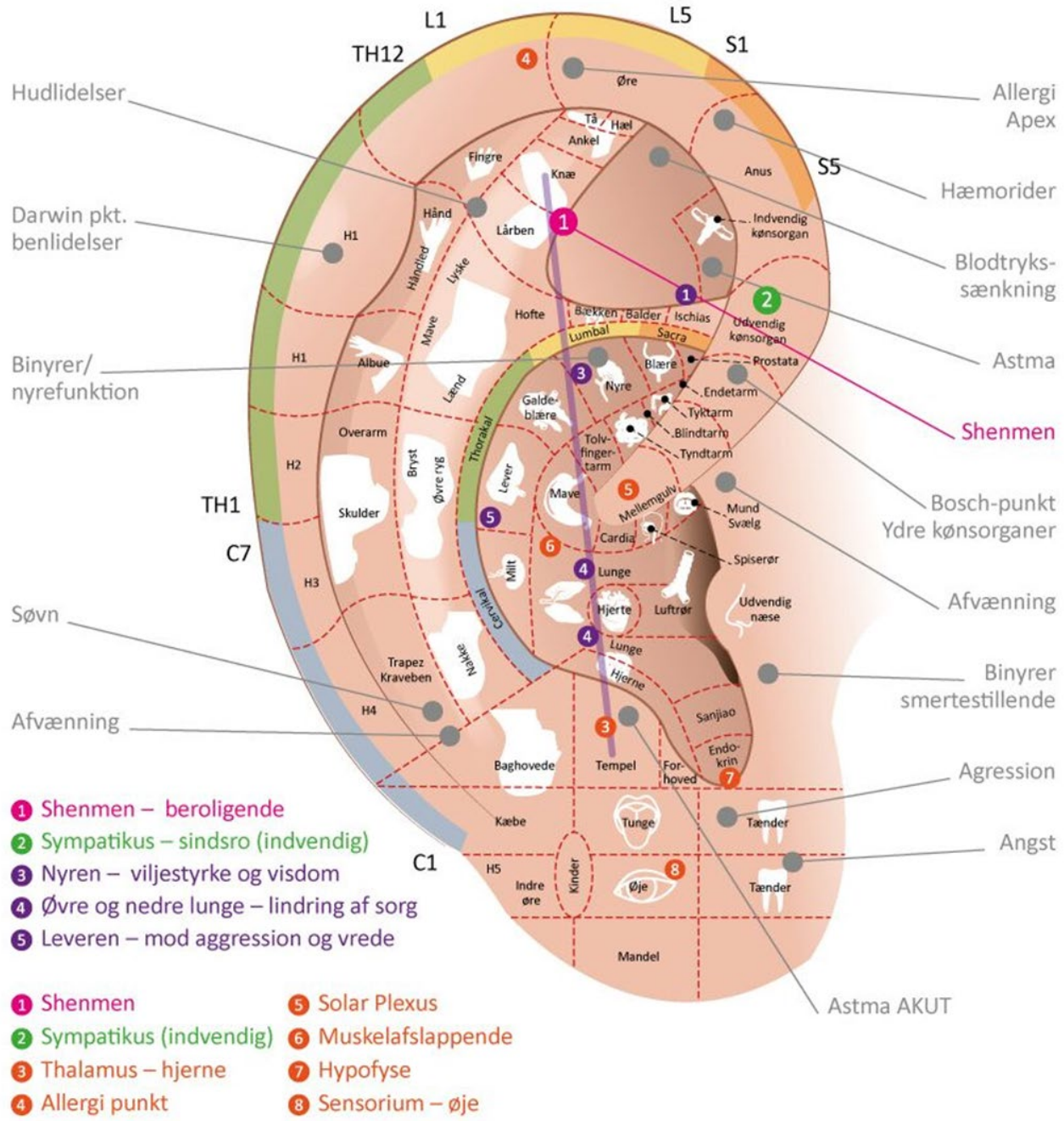



## Ørets bagside



# Øreakupunktur

– zoner og punkter




1 Shenmen – beroligende
2 Sympatikus – sindsro (indvendig)
3 Nyren – viljestyrke og visdom
4 Øvre og nedre lunge – lindring af sorg
5 Leveren – mod aggression og vrede

1 Shenmen
2 Sympatikus (indvendig)
3 Thalamus – hjerne
4 Allergi punkt
5 Solar Plexus
6 Muskelafslappende
7 Hypofyse
8 Sensorium – øje

Bo Stentoft© Copyright 2019. Alle rettigheder forbeholdes.

# Opgave 7.

1. Hvilke muskler relaterer til Nyremeridianen (N)

2. Lav følgende behandlinger i jeres øve-øre : Allergi, astma, migræne.

3. Stil en komplet diagnose på din sidemand. Find de behandlingsværdige punkter, sæt nålene og noter reaktionerne.

# Guide til behandlinger!

**Her ses eksempler på lidelser og forslag til behandlinger. Der er opgivet flere mulige punkter.**
**Vælg ud fra diagnosen de 4-5 mest aktive punkter.**

A

**Acne i ansigtet:**
Shenmen, brain, lung, endocrine, spleen, hudlidelser
Permanent: Søg de mest aktive punkter.

**Allergi**
Shenmen, brain, lung, apex(allergi), endocrine, internal nose, eye.
Mikroblødning på apex of the ear.
Permanent: Søg 2-3 aktive punkter.

**Ansigtsnervelammelse:**
Der behandles i den modsatte side af den lammede side: shenmen, hjerne, øje, mund, samt mest aktive punkt i området "cheek".
Hjælpepunkter: lever, occiput.
Alt hvad der skal behandles over 3. cervikal, skal behandles i modsatte side pga. at nervebanerne krydser pa dette sted.
Mikroblødning på smaller occipital nerve.

**Astma:**
Shenmen, brain, dingchuan, sympathy, adrenalin, lung, occiput, astma
Permanent: Søg de mest aktive blandt: dingchuan, lung, occiput.

**B**

**Betændelse i bugspytkirtlen:**
Shenmen, pancreas, endocrine, sympathy, shenmen, pancreatitis spot (punkt for betændelse i pancreas).
Permanent: Søg de 2-3 mest aktive punkter.

**Betrendelse i næseslimhinden, simple rhinitis**:
Shenmen, internal nose, forehead, adrenalin gland, lung.
Permanent:  internal nose, forehead.

**Bihulebetrendelse:**
Shenmen, internal nose, forehead, adrenalin gland, endocrine, lung.
Permanent: internal nose, endocrine.

**Blodtryk, for højt, hyperten**sion:
Shenmen, heart, sympathy. Søg mest aktive punkt i "depressing groove" på bagsiden af øret.
Mikroblødning på apex of the ear.
Permanent: Brug hypertension foran øret.
***NB: Der er adskillige andre punkter på øret til nedsættelse af et for højt blodtryk. Brug det mest aktive punkt.***

**Blodtryk, for lavt, hypotension:**
Brain, heart, adrenalin, sympathy,
Permanent: Brug specialpunktet hypotension for at øge blodtrykket. Punktet findes midt imellem eye 1 og eye 2 under "rundingen. ***Punktet virker hurtigt, kan derfor have stor betydning i en nødsituation***.

**Blærebetændelse:**
Shenmen, brain, bladder, kidney, adrenalin, occiput, sympathy.
Permanent: bladder, nyre, occiput.

**Bronchitis:**
Shenmen, brain, dingchuan, bronchii, adrenalin, evt. occiput, sympathy.
Permanent: bronchi, occiput, dingchuan.

***Kontraindikation: Hvis der er meget slimdannelse, skal shenmen udelades, da det menes at kunne øge slimdannelsen.***
Brystbetrendelse hos ammende kvinder:
Shenmen, thorax, mammary glands (Mælkekirtler, begge punkter), endocrine, adrenalin.

**Brystkasse, smerter:**
Søg punktet for det korresponderende område i thorax.
Permanent: shenmen, brain, thorax.

**Brystbetændelse hos ammende kvinder:**
Shenmen, thorax, mammary glands (Mælkekirtler, begge punkter), endocrine, adrenalin.

**Børneeksem:**
Børneeksem skyldes tit fødevareallergi.
***Der bør ikke sættes nåle i små børns ører. Brug i stedet ørefrø, kugleplastre på 2-3 punkter. Ved irritation skal de fjernes omgående.***
Der kan anvendes mikroblødning på punktet for det/de korresponderende/angrebne områder.
Lung, adrenalin gland, occiput.

## C

**Cellulitis, akut:**
Shenmen, brain, spleen, adrenalin samt punktet for det korresponderende område.

**Chock:**
Shenmen, brain, adrenalin, occiput, heart, brain stem, Kidney

## D

**Diarre:**
Shenmen, brain, sympathy, large intestine, small intestine, spleen.
Permanent: Søg de 3 mest aktive.

**Drømmefyldt søvn:**
Shenmen, brain, kidney, occiput, heart, stomach, sanjiao.
Permanent: Vælg de 3 mest aktive punkter.

**Dårlig fordøjelse:**
Shenmen, brain, stomach, spleen, small intestine, pancreas/gallbladder.
Søg evt.: blandt punkterne: endocrine og large intestine.
Permanent: Søg de mest aktive blandt de nævnte punkter.

## F

**Forkølelse:**
Shenmen, brain, adrenalin, internal nose, lung, forehead, eller brug kun common cold.
Permanent: lung, forehead, evt. common cold.

**Forstoppelse:**
Shenmen, brain, lower segment of the rectum, large intestine, constipation area.
Evt: Sympathy, spleen.
Permanent: Constipation area.

**For tidlig sædafgang:**
Shenmen, brain, external genitalt organ, testicle, endocrine.
Permanent: shenmen.

## H

**Hedeslag:**
Her må vi kun behandle, mens der ventes på læge eller ambulance.
Patienten skal under lægebehandling.
Shenmen, brain , occiput, heart, adrenalin. Evt. mikroblødning på smaller occipital nerve.

**Herpes zoster, zona:**
Mikroblødning på korresponderende område. Brug dermatorn/ørekortet til at pejle punkter.
Shenmen, brain, lung, endocrine, occiput, adrenal gland.

**Hjernerystelse, senfølger:**
Shenmen, kidney, brain stem, occiput, forehead, brain, heart.
Mikroblødning på smaller occipital nerve.

**Hoste:**
Shenmen, brain, dingchuan, adrenalin, phary nx-larynx, occiput, lung.
Permanent: Søg de mest aktive blandt: lung, dingchuan, occiput.

**Hovedpine:**
Shenmen, brain, forehead, occiput.
Mikroblødning på smaller occipital nerve.
Permanent: Søg de mest aktive punkter, f.eks. forehead, occiput.

**Hudproblemer / eksemer**.
Hvis eksem på ørerne må der ikke sættes permanentnåle, kugler eller plastre.

**Dermatitis, anafylaktisk, overfølsormhed:**
Mikroblødning på punktet for det korresponderende område.
Shenmen, brain, lung, occiput, endocrine, adrenal gland.
Permanent: Søg 2-3 aktive punkter.

**Dermatitis seborrhoica:** ***Hudlidelse med for meget afsondring fra talgkirtlerne i huden.***
Shenmen, brain, lung, spleen, endocrine, occiput, kidney, adrenal gland.
Permanent: Søg de mest aktive punkter.

**Dermatitis solaris:** ***soleksem:***
Shenmen, brain, lung, endocrine, adrenalin gland.
Permanent: Søg de mest aktive punkter.

**Svedeksem, miliaria:** ***Hudlidelse med små blærer, der opstår pga. sved.***
Shenmen, brain, lung, occiput, adrenalin gland.
Permanent: Søg 2-3 aktive punkter.

**Eksem, uspecificeret**:
Mikroblødning på punktet for det angrebne område.
Shenmen, brain, lung, occiput, large intestine, adrenal gland.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkter.
**Hæshed:**
Shenmen, pharynx-larynx, heart, lung, endocrine.
Permanent: pharynx, lung, endocrine.

**Hævet drøbel:**
Shenmen, pharynx-larynx, adrenalin gland, lung.
Permanent: pharynx-larynx, lung, shenmen.

## I

**Impotens:**
Shenmen, brain, external genital-organs /bosch point, testicle, uterus, endocrine, kidney.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkter.

**Influenza:**
Shenmen, brain, liver, endocrine, adrenalin, milt.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkter.

## K

**Kløe.**
Shenmen, brain, lung, occiput, endocrine, adrenal gland, parotid gland.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkter.

**Knoglebrud:**
Find først det korresponderende område/punkt I øret. Shenmen, brain, kidney, adrenalin.
Permanent: Det lokale punkt, kidney, brain.

**Køresyge:**
Shenmen, brain, stomach, occiput, internal ear.
Mikroblødning. hvis muligt: smaller occipital nerve.
Permanent: internal ear, stomach, shenmen.

## L

**Livmoder, 5 problemer**:
Blødninger fra uterus:
Vælg 4-5 punkter blandt: Shenmen, brain, uterus, liver, spleen, kidney, lung, brain, endocrine.
Permanent: Søg de 3 mest aktive punkter.

**Endometritis, betændelse i livmoderens slimhinder**:
Shenmen, brain, uterus, ovary, endocrine, external genital-organs, lung.
Permanent: Uterus og de 2-3 mest aktive punkter blandt ovenstående.

**Parametrititis, betrendelse i bindevrevet omkring livmoderen:**
Shenmen, brain, ovary, uterus, endocrine.
Permanent: Søg de 2-3 mest aktive punkter.

**Postnatale smerter, smerter ved livmoderens sammentrrekninger efter fodsel**:
Shenmen, brain, uterus, sympathy, spleen, brain.
Permanent: shenmen, uterus, brain.

**Prolaps afuterus, nedsynkning aflivmoderen:**
Shenmen, brain, uterus, external genital-organs, spleen, sympathy.
Permanent: Sæt Asp i 3 mest aktive punkter efter nålebehandlingen.

## M

**Mavekatar, gastritis, akut og kronisk:**
Shenmen, brain, stomach, spleen, sympathy, evt. abdomen, lung, vagus nerve.
Permanent: De 3 mest aktive punkter blandt: stomach, abdomen, spleen, lung.

**Mavekramper:**
Shenmen, sympathy, stomach, middle ear, san Jiao, upper abdomen eller vagus nerve.
Permanent: mave, middle ear evt. shenmen.

**Mavesår:**
Shenmen, brain, stomach, spleen, lung, sympathy, evt duodenum og vagus nerve.
Permanent: søg mest aktive blandt: stomach, spleen, sympathy, duodenum.

**Menstruationsproblemer, 3 forskellige eksempler:**

**Besværlig menstruation (dysmenorrhea):**
Shenmen, brain, endocrine, kidney, sympathy.
Permanent: Søg de 2-3 mest aktive punkter.

**Udebleven menstruation, (amenorrhea):**
Vælg de 3-4 mest aktive pkt. blandt shenmen, brain, uterus, endocrine, liver, kidney, ovary.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkter.

**Uregelmressig menstruation:**
Shenmen, brain, uterus, endocrine, ovary, kidney.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkt.

**Migræne:**
Shenmen, brain, the sun, kidney, lung, large intenstine.
Mikroblødning på smaller occipital nerve.
Permanent: Søg 3-5 mest aktive pkt. blandt: the sun, kidney, brain, lung, large intenstine.

**Muskelsmerter:**
Shenmen, brain, muscle relaxation, punktet på den cervikale linje for det aktuelle problem, dermatom/ørekortet.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkter blandt ovennævnte.

## N

**Nakkesmerter:**
Shenmen, brain, neck samt punktet på den cervikale linje for det aktuelle problem, den eller de nakkehvirvler, som er involveret, dermatom/ørekortet.
Permanent: Neck, brain, mest aktive pkt.

**Natteblindhed:**
Shenmen, brain, liver, Eye 2 (øjenpunkt nr. 2), eye (unummereret øjenpunkt), occiput.
Permanent: liver, eye.

**Nældefeber:**
Kløende hudområder med små vabler.
Shenmen, brain, lung, endocrine, adrenalin gland, occiput.
Permanent: Søg 2-3 mest aktive punkter blandt ovennævnte.

**Næseblod**:
Shenmen, brain, internal nose, forehead, lung, adrenalin.
Akutryk i nogle sekunder på apex of the ear med en palperstav.
Permanent: internal nose, forehead, shenmen.

## P

**Prostata-kirtlen, betændelse i**:
Shenmen, brain, prostata, urinary bladder, endocrine, pelvic cavity, adrenalin.
Permanent: prostata, endocrine.

## S

**Smertebehandling, generelt:**
Shenmen, brain, lokale punkt for smerten, adrenalin, muscle relaxation.
Permanent: shenmen, adrenalin, lokalpunkt.

**Svimmelhed:**
Shenmen, brain, occiput, forehead.
Mikroblødning på smaller occipital nerve.
Permanent: forehead, occiput.

**Søsyge:**
Shenmen, brain, stomach, occiput, sympathy, esophagus.
Permanent: stomach, shenmen, sympathy.

**Søvnløshed:**
Shenmen, kidney, occiput, heart.
Permanent: Shenmen, occiput, kidney.

# T

**Tandsmerter:**
Shenmen, brain, maxilla, mandible, houja, tooth.
Permanent: Maxilla, mandible, tooth, shenmen.

**Tarmbetændelse, enteritis.**
Kan være betændelse i alle tarme, men udtrykket bruges mest ved en betændelse i tyndtarmen:
Shenmen, brain, small intestine, large intestine, lung.
Permanent: small intestine, large intestine, lung.

**Trigenimus neuralgi:**
Shenmen, brain, maxilla, mandible, occiput, aktivt punkt i området: "cheek", external ear.
Mikroblødning på smaller occipital nerve.

**Tungen, betændelse:**
Shenmen, brain, tongue, endocrine, heart, lung.
Permanent: tongue, derefter søg 2 mest aktive punkter blandt ovennævnte.

**Tyktarmsbetændelse, anaphylactic colitis:**
***Er en overfølsomheds eller allergisk reaktion.***
Shenmen, brain, large instestine, endocrine, small intestine, lung, sympathy.
Permanent: Søg de mest aktive punkter blandt de nævnte.

## U

**Udflåd, hvidt vaginalt -Leukhorragia**
Shenmen, brain, uterus, ovary, internal secretion.
Permanent: udvalgte punkter.

## V

**Vandladning, retention:**
Shenmen, brain, sympathy, urinary bladder, kidney, external genital-organs.
Permanent: external genital-organs, urinary bladder.

**Vandladning, incontinens:**
Shenmen, brain, kidney, urinary bladder, urethra, brain.
Permanent: kidney, urinary bladder.

**Vandladning, enuresis, (vådligger):**
Børn får kugleplastre på punkterne: Shenmen, brain, bladder, kidney, excitement spot.
Kugleplastrene skal kontrolleres og fjernes efter 2-3 dage. Behandlingen gentages efter nogle dage. Denne procedure fortsætter indtil der er effekt af behandlingen.

**Vorter:**
Først mikroblødning på ørepunktet for det angrebne område.
Shenmen, brain, lung, adrenalin gland, endocrine, occiput.
Permanent: Søg mest aktive punkter blandt ovennævnte + punktet for det lokale område.

# Bibliografi:

**Øreakupunkturbogen**, Per Lauborg

**Kinesisk Øreakupunktur**, Doris Damsgaard, ISBN 978-87-994434-0-6

**Øreakupunktur,** Eckhard Bick, ISBN 87-89621-08-5

**Pocket Atlas of Auricular Therapy,** Bryan L. Frank, M.D. – Dr. Raphaël Nogier

**Nettet**

***Fotokopiering og anden mekanisk eller digital kopiering og gengivelse, er ikke tilladt i henhold til dansk lov om ophavsret. Enhver form for gengivelse må kun ske med forfatterens skriftlige tilladelse.***

Køge 2019

Bo Stentoft