



Minh Yen Tran

# Kinder-Tuina

Xiaoer Tuina –  
Die chinesische Kindermassage

**KIENER**



Minh Yen Tran  
**Kinder-Tuina**  
Xiaoer Tuina – Die  
chinesische Kindermassage  
1. Auflage  
ca. 220 Seiten  
ca. 200 Abbildungen  
Softcover  
ISBN 978-3-943324-62-4  
**ca. € 34,95**

In Vorbereitung

Für Kinder unter 10–12 Jahren werden in der Tuina-Therapie die Punkte für die Behandlung unter Berücksichtigung wachstumsbedingter Besonderheiten des kindlichen Körpers dargestellt. Der Autor zeigt Griff-techniken für die typischen Beschwerden im Kindesalter. Es handelt sich um eine sehr effiziente Methode sowohl für Therapeuten als auch für interessierte Eltern.

- Gegenüberstellung der Kinderkrankheiten aus Sicht der westlichen Medizin und der TCM
- Effiziente Methode für Therapeuten und auch für interessierte Eltern
- Ausführliche und anschauliche Erörterung der Therapiemöglichkeiten

### Interessant für:

Ärzte für TCM, Heilpraktiker, Pädiater, Physiotherapeuten, Manualtherapeuten, Osteopathen

# Inhalt

|            |                                                                                   |            |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>I</b>   | <b>Geschichte der Tuina-Therapie . . . . .</b>                                    | <b>1</b>   |
| <b>II</b>  | <b>Grundlagen der TCM und Besonderheiten bei Kindern . . . . .</b>                | <b>5</b>   |
|            | 1 Das Kind in der chinesischen Medizin . . . . .                                  | 7          |
|            | 2 TCM-Diagnose bei Kindern . . . . .                                              | 18         |
|            | 3 Praktische Hinweise für Tuina beim Kind . . . . .                               | 32         |
| <b>III</b> | <b>Techniken des Kinder-Tuina . . . . .</b>                                       | <b>39</b>  |
|            | 4 Handgriffe des Kinder-Tuina . . . . .                                           | 41         |
|            | 5 Lokalisierung der Punkte, Meridiane und Zonen . . . . .                         | 50         |
|            | 6 Handgriffe an Punkten, Meridianen und Zonen . . . . .                           | 56         |
|            | 7 Handgriffe kombiniert zu Behandlungsabläufen . . . . .                          | 121        |
| <b>IV</b>  | <b>Praktische Anwendung des Kinder-Tuina . . . . .</b>                            | <b>133</b> |
|            | 8 Behandlung der häufigsten Kinderkrankheiten und Beschwerden mit Tuina . . . . . | 135        |
| <b>V</b>   | <b>Anhang . . . . .</b>                                                           | <b>211</b> |
|            | Literatur . . . . .                                                               | 213        |
|            | Register . . . . .                                                                | 214        |
|            | Punkte, Meridiane und Zonen . . . . .                                             | 218        |
|            | Handgriffe und kombinierte Handgriffe . . . . .                                   | 226        |

Die Tuina-Therapie greift auf eine sehr lange Geschichte zurück, die bis in die Neusteinzeit reicht. Die **massierende Methode** mit den Bewegungen der Hand des Therapeuten – wie Drücken, Reiben, Kneten, Schieben wird als *Anmo* (*An*: drücken; *Mo*: reiben) – und die **mobilisierende Methode** mit den Bewegungen – wie Ziehen, Beugen, Strecken – als *Daoyin* und *Jiyin* (*Dao*: führen; *Ji*: aufsteigen; *Yin*: ziehen) bezeichnet. Zusammen verwendet heißen beide Methoden *Anji* oder *Jimo*.

Die Bezeichnung Tuina, die heute für die Methode verwendet wird, hat ihren Ursprung in der Ming-Dynastie (1368–1644) und setzt sich zusammen aus den zwei chinesischen Wörtern *Tui* (schieben) und *Na* (greifen). Bereits vor viertausend Jahren wurde im Werk „Huangdi Neijing“ (Der Innere Klassiker des Gelben Kaisers) die Massage-Methode erwähnt.

In der östlichen Han-Dynastie verschrieb der Arzt Zhang Zhongjing (150–219 n. Chr.) seinen Patienten die *Gaomo*-Massage (*Gao*: Salbe; *Mo*: Reiben). Dabei wurde eine Paste aus verschiedenen Heilkräutern auf die Haut aufgetragen (externe Verwendung der chinesischen Kräuter) und dann durch Massage mittels Reiben, Kneten und Drücken angewandt, um die Wirkung der Therapie zu intensivieren.

Die *Gaomo*-Methode wurde von Sun Simiao (581–682) in der Tang-Dynastie weiterentwickelt. In seinem Werk „Qianjin Yaofang“ (Rezepte, die tausend Goldmünzen wert sind) führte er zum ersten Mal die Applikation von *Gaomo* in die Pädiatrie ein. Er nannte eine Liste von zwölf Kinderkrankheiten, die mit *Gaomo* behandelt werden konnten, wie Krampfanfälle, steifer Nacken, Nachtschreien und Blähbauch. Er entwickelte auch eine Paste, die morgens auf den Scheitel, auf die Handflächen und Fußsohlen des Kindes eingerieben und massiert wurde, um vor Erkrankungen durch pathogene Klimafaktoren zu schützen, auch wenn das Kind noch gar nicht erkrankt war. Er war damit der erste Arzt, der die Kombination von Arzneimitteln und Massage zu präventiven Zwecken angewandt hatte.

In der Song-Dynastie (690–1279) wurde die Massage in der Abteilung für Kriegsverletzungen eingegliedert. Man fing an, die Massagetechniken zu systematisieren und zu definieren. So wurden die Handgriffe Drücken und Reiben wie folgend beschrieben: „Drücken wird mit den bloßen Händen durchgeführt und Reiben wird mit der Benutzung von Pasten angewandt.“

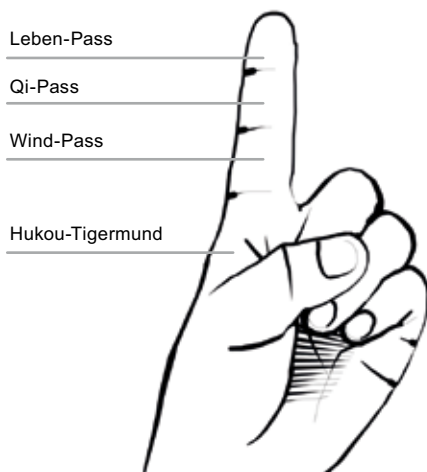
In der Yuan-Dynastie (1271–1368) wurde zum ersten Mal eine Abteilung für Pädiatrie ins Leben gerufen; es gab Ärzte für Kindermassage. Die erste Tuina-Hochschule wurde erbaut.

In der Qing-Dynastie (1644–1911) wurde die Massage intensiv ausgearbeitet und praktiziert und die Kinder-Massage entwickelte sich zu einem selbständigen Therapieverfahren.

Heutzutage werden Tuina und Kinder-Tuina ständig weiterentwickelt. Die Methoden finden eine immer weitere Verbreitung und werden mit Begeisterung in der ganzen Welt aufgenommen.

- Wenn nur der Zeigefinger die Hitze spürt: Stau von Hitze im Inneren (*li*)
- Wenn der Zeigefinger die Hitze spürt und die zwei anderen Finger die Kälte: Anzeichen von *yin-yang*-Disharmonie mit Hitzegefühl im Oberkörper (vom Thorax aufwärts) und Kältegefühl im Unterkörper (vom Bauch abwärts)
- Wenn nur der Mittel- und Ringfinger die Hitze spüren: Vorzeichen von Kinderkrampfanfall

### 2.5.2 Drei-Pässe-Diagnose (auch Tigermund-Diagnose genannt)



Bei Kleinkindern sind die Zungen- und die Pulsdiagnose sehr schwierig durchzuführen, da Kinder nicht lange im Ruhezustand bleiben können und noch nicht in der Lage sind, gemäß den Anforderungen des Therapeuten mitzuwirken. Bei ihnen wird die Diagnose durch die Betrachtung der oberflächlichen kleinsten venösen Gefäße (Venolen) am Zeigefinger gestellt. Man nennt diese Methode die Drei-Pässe-Diagnose oder Tigermund-Diagnose. „Tigermund“ ist die flache Vertiefung zwischen Daumen und Zeigefinger bei maximaler Daumenabduktion. Das Heran- und Wegziehen des Daumens ähnelt der öffnenden und schließenden Bewegung des Tigermundes, daher der Name.



Die Venolen, wenn vorhanden, sind lediglich bei Kleinkindern im Alter von einem bis maximal drei Jahren zu finden. Die dünne Haut der Kleinkinder lässt solche Venolen gut erkennen. Über diese Altersgrenze hinaus kann man sie nicht mehr sehen.

Man betrachtet die Veränderungen der Venolen an der radialen Seite der drei Glieder des Zeigefingers:

- Das Grundglied (Phalanx proximalis) wird Wind-Pass genannt.
- Das Mittelglied (Phalanx media) heißt *qi*-Pass.
- Das Nagelglied (Phalanx distalis) ist der Lebens-Pass.

### Durchführung

Der Untersucher wendet die Hand des Kindes so, dass die Handfläche nach oben zeigt. Mit einer Hand hält er den Zeigefinger des Kindes in Streckung. Dann schiebt er mit dem Daumen seiner anderen Hand ein-, zwei- oder dreimal leicht drückend den Zeigefinger des Kindes von dessen Spitze bis zum Tigermund, um die Venolen an der radialen Seite des Zeigefingers zum Vorschein zu bringen.

Früher nahm man nach der *yin-yang*-Verteilung des Körpers bei Jungen die linke Hand und bei Mädchen die rechte Hand (die linke Seite wird dem *yang* und die rechte Seite dem *yin* zugeordnet). Da aber Jungen und Mädchen über *yin* und *yang* in beiden Händen verfügen, sollten heute beide Hände des Kindes untersucht werden.

## 4 Handgriffe des Kinder-Tuina

### 4.1 Schieben

**Geradeschieben** (a und b): Mit der Kante oder mit der Kuppe des Daumens oder des Zeige- oder Mittelfingers oder mit dem Daumenballen sowie dem Kleinfingerballen schiebt man die zu behandelnde Linie in gerader Richtung. Es sollte darauf geachtet werden, dass das Schieben fließend und in gerader Linie durchgeführt wird (keine gebogenen oder Zickzackkurven). Außerdem muss kontinuierlich ohne Pause von einem Ende der Linie zum anderen Ende geschoben werden.

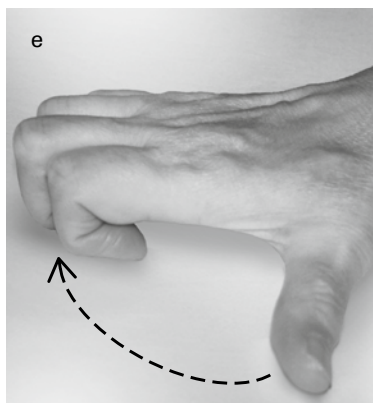
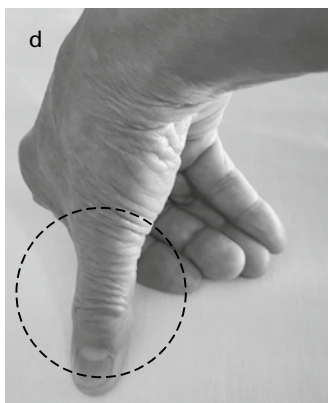
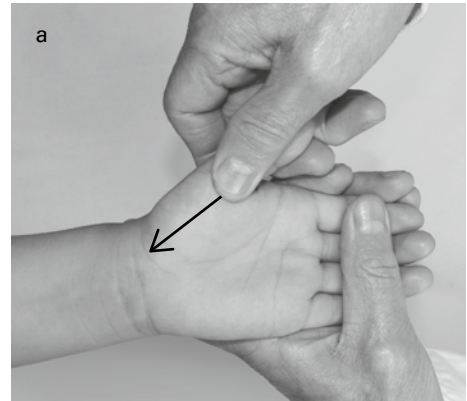
**Querfingerschieben** (c): Je nach Bedarf kann man mit der Querseite des Daumens, Zeige- bzw. Mittelfingers oder mit den zusammengelegten Zeige- und Mittelfingern schieben.

**Kreisendes Schieben** (d und e): Dabei wird ein Punkt bzw. eine Zone im Kreis oder bogenförmig geschoben.

**Auseinanderschieben** (f): Man schiebt mit den Daumenkuppen oder Langfingerkuppen beider Hände von einem Punkt oder einer Behandlungszone vom Zentrum in die Peripherie.

**Zueinanderschieben** (f): Dabei wird der Punkt oder eine Behandlungszone von der Peripherie zum Zentrum zusammen geschoben.

**Wirkung** Erzeugt Wärme, aktiviert den *qi*- und Blut-Fluss, vertreibt die pathogenen Faktoren, löst Stau, lockert Muskeln und Sehnen, lindert Schmerzen.





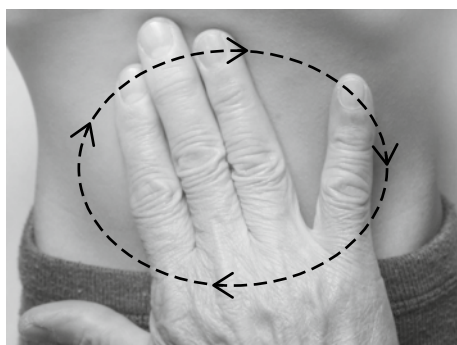
## 4.2 Drücken

Der Therapeut benutzt dabei die Handwurzel, die gekreuzten Hände oder die Kuppe des Daumens bzw. eines Fingers und übt einen senkrechten Druck auf einen Punkt oder eine Zone aus. Mit diesem Handgriff sollte der Druck nur unterhalb oder an der Schmerzgrenze liegen. Es dürfen keine unerträglichen Schmerzen hervorgerufen werden. In der Praxis wird der Handgriff Drücken oft mit dem Handgriff Schieben kombiniert.

Für Bereiche mit dicker Muskulatur wie Rücken, Oberschenkel oder Gesäß kann man mit dem Zeigefinger- oder Mittelfingerknöchel drücken.

**Wirkung** Aktiviert den *qi*- und Blut-Fluss, vertreibt die pathogenen Faktoren, löst Stau, lindert Schmerzen.

## 4.3 Reiben



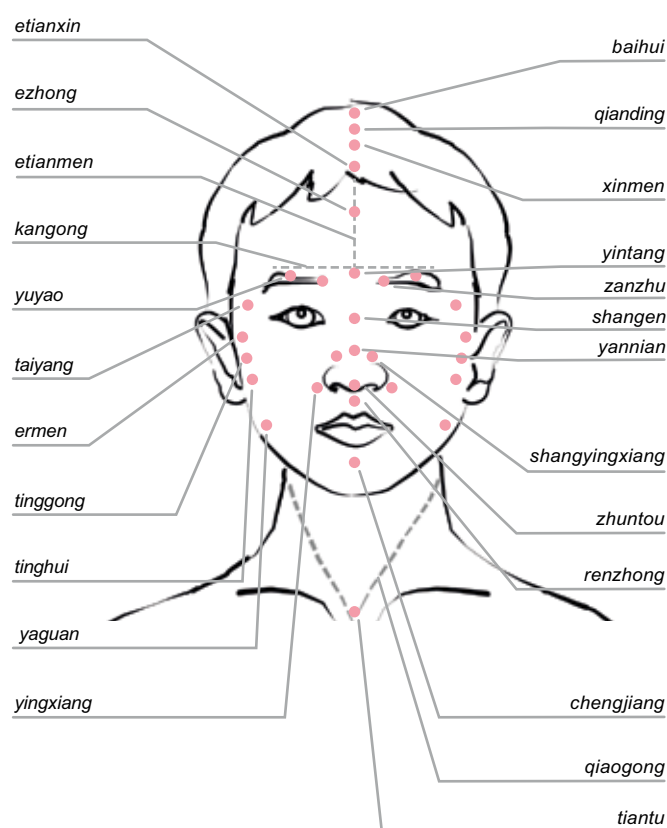
Man reibt mit dem Daumen, mit einem bzw. mit mehreren Fingern, mit der Handwurzel oder mit der ganzen Handfläche den zu behandelnden Punkt oder die zu behandelnde Zone. Man kann im Kreis, in spiral- oder wellenförmigen Linien reiben. Der Fingerdruck beim Handgriff Reiben ist sanfter als beim Handgriff Drücken.

**Wirkung** Erzeugt Wärme, aktiviert den *qi*- und Blut-Fluss, löst Stau, lindert Schmerzen, beruhigt den Geist.

## 6 Handgriffe an Punkten, Meridianen und Zonen

### Kopf, Gesicht und Hals

Kopf und Gesicht stehen in direktem Kontakt zur Umwelt und werden deshalb leicht von den pathogenen Klimafaktoren angegriffen. Infolgedessen besitzen sehr viele ihrer Punkte, Linien und Zonen die Wirkung, die Körperoberfläche zu befreien und die pathogenen exogenen Faktoren zu vertreiben. Außerdem können einige Punkte im Gesicht zur Diagnosestellung beitragen.



|                                                |                                            |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <i>baihui</i>                                  | Hundertfaches Zusammentreffen, Du 20       |
| <i>chengjiang</i>                              | Aufnahme des Breis, Ren 24                 |
| <i>ermen</i><br>(oder <i>erfengmen</i> )       | Ohrtor, 3E 21<br>(oder Windtor des Ohrs)   |
| <i>etianmen</i>                                | Stirn-Himmelstor                           |
| <i>etianxin</i>                                | Himmelszentrum der Stirn                   |
| <i>ezhong</i><br>(oder <i>tianting</i> )       | Stirnmittle (oder Himmelssaal)             |
| <i>kangong</i>                                 | Palast der Vertiefung                      |
| <i>qianding</i>                                | Vorderer Scheitel, Du 21                   |
| <i>qiaogong</i>                                | Brückenbogen                               |
| <i>renzhong</i>                                | Menschenmitte, Du 26                       |
| <i>shangen</i>                                 | Bergwurzel                                 |
| <i>shangyingxiang</i><br>(oder <i>bitong</i> ) | oberer Di 20, freie Nase                   |
| <i>taiyang</i>                                 | Sonne                                      |
| <i>tiantu</i>                                  | Himmelskamin, Ren 22                       |
| <i>tinggong</i>                                | Palast des Hörens, Du 19                   |
| <i>tinghui</i>                                 | Versammlung des Hörens, Gb 2               |
| <i>xinmen</i>                                  | Fontanelle                                 |
| <i>yaguan</i>                                  | Zahngrenze, Ma 6                           |
| <i>yannian</i><br>(oder <i>nianshou</i> )      | Verlängerte Jahre (oder Langlebigkeit)     |
| <i>yintang</i><br>(oder <i>meixin</i> )        | Stempelhalle (oder Zentrum der Augenbraue) |
| <i>yingxiang</i>                               | Willkommen des Duftes, Di 20               |
| <i>yuyao</i>                                   | Fischtaille                                |
| <i>zanzhu</i>                                  | Bambussammlung, Bl 2                       |
| <i>zhuntou</i>                                 | Nasenspitze, Du 25                         |

## 6.20 *erhougaogu*, Knochen- vorsprung hinter dem Ohr

**Lokalisation** In einer Vertiefung am Hinterrand des Processus mastoideus und auf der Haaransatzgrenze

**Wirkung** Vertreibt die pathogenen Klimafaktoren Wind, Kälte und Hitze, fördert das Schwitzen, beruhigt den Geist

**Indikationen** Erkältung, Fieber, Kopfschmerzen, innere Unruhe, Nackensteife

**Handgriff** Drücken oder kneten mit der Daumen- oder Fingerkuppe, gleichzeitiges reiben beider Punkte *erhougaogu* mit den Daumen- oder Fingerkuppen (20–30 Mal)



*erhougaogu* drücken oder kneten

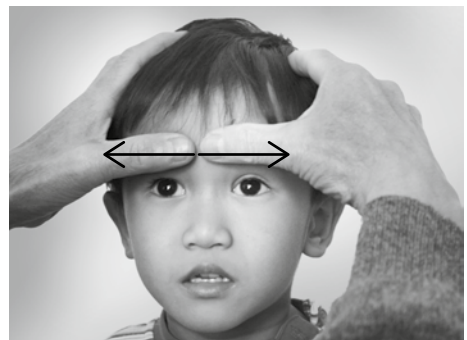
## 6.21 *kangong*, Palast der Vertiefung

**Lokalisation** Horizontale Linie, die sich gerade oberhalb der Augenbrauen befindet

**Wirkung** Befreit die Körperoberfläche, vertreibt die pathogenen Klimafaktoren Wind, Kälte und Hitze, fördert das Schwitzen, lindert Kopfschmerzen, beseitigt Krämpfe, stärkt die Sehkraft, beruhigt und stabilisiert den Geist

**Indikationen** Erkältung, Kopfschmerzen, Augenbeschwerden, aufwärtsgerichtete Abweichung des Augapfels, Kinderkonvulsion

**Handgriff** Die Behandlung wird „*kangong* trennen“ genannt. Zuerst werden die beiden Daumenkuppen des Therapeuten über den Punkt *yintang* (Stempelhalle) gelegt, dann die Linie *kangong* von medial nach lateral bis zu den äußeren Augenbrauenenden auseinandergeschoben (20–30 Mal)



*kangong* trennen

## 8.9 Krupp-Syndrom

Synonyme der subglottischen Laryngitis oder stenosierenden Laryngotracheitis sind Pseudo-Krupp, Krupp-Husten, Infekt-Krupp oder Schafhusten.

Das Krupp-Syndrom manifestiert sich mit plötzlich auftretendem bellendem Husten und inspiratorischem Stridor (pfeifendes oder raues Atemgeräusch beim Einatmen), dazu Heiserkeit, Atemnot, Unruhe, Einziehungen im Jugulum (Drosselgrube) und Epigastrium (Magengrube). Meist beginnt es plötzlich in der Nacht, aus dem Schlaf heraus, selten tagsüber. Es kommt am häufigsten bei Kleinkindern zwischen dem zweiten und sechsten Lebensjahr vor, Jungen sind öfter betroffen als Mädchen. Eine jahreszeitliche Häufung im Herbst und Winter ist zu beobachten. Ursache ist die Einengung der oberen Luftwege infolge einer Schwellung und Entzündung der Schleimhaut des Kehlkopfes und der Stimmbänder.

Abgesehen von der seltenen, schwer verlaufenden Laryngotracheobronchitis unterscheidet man zwei Formen:

- Infekt-Krupp (subglottische Laryngitis) im Rahmen einer viralen Infektion.
- Rezidivierender spastischer Krupp unklarer Genese (idiopathischer Krupp) wahrscheinlich aber auch durch Allergie und Virusinfektion; kein Fieber, Atembeschwerden weniger ausgeprägt als bei Infekt-Krupp, häufiger Rückfall bis zum Schulalter

Aus Sicht der TCM unterscheidet man folgende Formen: Krupp-Syndrom vom Kälte-, Hitze- und Mangel-Typ

### Krupp-Syndrom vom Kälte-Typ

Ursachen

Invasion von pathogenen Klimafaktoren Wind-Kälte in die oberen Luftwege

Symptome

Dyspnoe, Husten mit reichlichem weißem Auswurf, Schnupfen, kalte Hände und Füße, blasse Gesichtsfarbe, breiige Stuhl, weißer Zungenbelag

Therapieprinzipien

Exogene pathogene Faktoren vertreiben, die Atmung erleichtern, den Geist beruhigen

Tuina-Behandlung bei Krupp-Syndrom vom Kälte-Typ

|                                                                                                     |                               |                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Lungen-Meridian                                                                                     | schieben<br>proximal → distal | vertreibt Wind-Kälte aus der Lunge                                         |
| <i>neiguan</i> (Innerer Pass, Pe 6)                                                                 | drücken oder kneten           | beruhigt Geist                                                             |
| <i>dazhui</i> (Du 14)<br><i>hegu</i> (Di 4),<br><i>quchi</i> (Di 11),<br><i>yiwofeng</i> (Windnest) | drücken oder kneten           | vertreibt Wind und Kälte, befreit Körperoberfläche, erleichtert die Atmung |

|                                         |                                     |                                                                                     |
|-----------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>dazhui</i> (Du 14)                   | drücken oder kneten                 | vertreibt pathogene Klimafaktoren, senkt das gegenläufige <i>qi</i> , stillt Husten |
| <i>danzhong</i> (Brustmitte, Ren 17)    | drücken oder kneten                 | entspannt Thorax, erleichtert Atmung, stillt Husten                                 |
| <i>ershanmen</i> (Zwei Türflügel)       | klemmen oder drücken                | vertreibt Wind-Kälte, befreit die Körperoberfläche, erleichtert die Atmung          |
| Querlinie durch die Brustmitte          | schieben von Ren 17 nach lateral    | entspannt Thorax, erleichtert Atmung, stillt Husten                                 |
| <i>neibagua</i> (Innere acht Trigramme) | schieben gegen die Verlaufsrichtung | senkt das gegenläufige <i>qi</i> , erleichtert die Atmung, stillt den Husten        |
| <i>sanguan</i> (drei Pässe)             | schieben distal → proximal          | erzeugt Wärme, vertreibt die Kälte                                                  |

## Krupp-Syndrom vom Hitze-Typ

### Ursachen

Invasion der pathogenen Klimafaktoren Wind-Hitze in die oberen Luftwege

### Symptome

Dyspnoe, Husten mit zähem gelblichem Auswurf, Schwitzen, rote Hautfarbe, Durst, Verstopfung, dunkelgelber Urin, gelblicher Zungenbelag, Unruhe

### Therapieprinzipien

Exogene pathogene Faktoren vertreiben, die Atmung erleichtern, den Husten stillen, den Geist beruhigen

### Tuina-Behandlung bei Krupp-Syndrom vom Hitze-Typ

|                                                                                                      |                                     |                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Lungen-Meridian                                                                                      | schieben proximal → distal          | vertreibt pathogene Klimafaktoren in der Lunge, befreit Körperoberfläche, hemmt Husten |
| <i>fengchi</i> (Gb 20)<br><i>hegu</i> (Di 4),<br><i>quchi</i> (Di 11),<br><i>yiwofeng</i> (Windnest) | drücken oder kneten                 | vertreibt Wind und Hitze, befreit Körperoberfläche                                     |
| <i>danzhong</i> (Brustmitte, Ren 17)                                                                 | drücken oder kneten                 | entspannt Thorax, erleichtert Atmung, stillt Husten                                    |
| <i>dazhui</i> (Du 14)                                                                                | drücken oder kneten                 | vertreibt pathogene Klimafaktoren, senkt das gegenläufige <i>qi</i> , stillt Husten    |
| Querlinie durch die Brustmitte                                                                       | schieben von Ren 17 nach lateral    | entspannt Thorax, erleichtert Atmung, stillt Husten                                    |
| <i>neibagua</i> (Innere acht Trigramme)                                                              | schieben gegen die Verlaufsrichtung | senkt das gegenläufige <i>qi</i> , erleichtert die Atmung, stillt den Husten           |
| <i>tianheshui</i> (Wasser des Himmelsflusses)                                                        | schieben distal → proximal          | vertreibt Wind-Hitze, befeuchtet Lunge, stillt Husten, erleichtert die Atmung          |