Komplementäre Pflege Kinder-TUINA (TUI/NA)
WS / Handout

TUI: Schieben - tonisiert (kräftigt, stärkt), kühlt
NA: Kneifen - beruhigt, wärmt

Allgemeines:

Es gibt versch. Massagetechniken u. Griffe deren unterschiedliche Wirkungsweise (Aktivierung der vorbeugenden = präventiven Energie und Heilenergie) gezielt nach der durchgeführten Befundung angewendet wird.

Die Wurzeln der Kinder-Tuina liegen über 2000 Jahre zurück und haben sich aus der über 5000J. alten **T**raditionellen, **C**hinesischen **M**edizin **(TCM)** entwickelt. Sie ist ein wichtiger Teil der chinesischen Kinderheilkunde und orientiert sich am ganzen Menschen (ganzheitlicher Aspekt).

Diese speziell auf den kindlichen Organismus abgestimmte Behandlungsart für Kinder vom 1. Lebenstag bis 12 Jahre (Beginn der Pubertät) basiert auf dem **Yin und Yang**, der **Lebensenergie Qi** und den **Energieleitbahnen (Meridianen)** auf denen die **Akupunkturpunkte oder Energiepunkte** liegen**.**
In den Leitbahnen kreist nach der TCM-Auffassung die Lebensenergie „QI“ mit ihren Anteilen Yin und Yang.
Diese beiden lebenserhaltenden Kräfte sind im Körper als Gegenpole gleichzeitig wirksam. Ihr Gleichgewicht stellt den idealen Gesundheitszustand dar, ihr Ungleichgewicht führt zu Beschwerden und Krankheit.

Durch spezielle manuelle Grifftechniken an bestimmten **Energiepunkten** und Regionen des Körpers wird die Heilenergie aktiviert und der Energiekreislauf angeregt.
Sie ist frei von Nebenwirkungen, angenehm und völlig schmerzfrei und dient als zusätzliche Unterstützung zur Schulmedizin.
Bei der Tuina-Massage wird nicht das Symptom sondern die Ursache behandelt.
Diese lässt sich durch eine individuelle **„Befundung“** feststellen.
Kinder-Tuina trägt zur Linderung akuter Krankheitszustände bei, fördert das Abwehrsystem und die Immuntoleranz.

Anwendungsgebiete:

Schrei- u. Spuckkinder, Bauchschmerzen, Blähungen, Übelkeit, Erbrechen, Essstörungen, Durchfall, Verstopfung, Bettnässen, Organschwächen (Herz, Magen, Niere, Leber, Lunge, Milz); Schlafprobleme, Unruhe, Angst und Aggressionen, Sprachstörungen, Kopfschmerzen, Hautausschläge und Hautprobleme, Erkrankungen der Atemwege, Immunschwäche, Entwicklungs- u.

Koordinationsstörungen, Schwäche der Muskulatur, motorische Auffälligkeiten, Gelenksbeschwerden, allgemeine Schwäche und Blutarmut usw.

Kinder sind von ihrer Funktion und Disharmonie, Krankheitsbilder und deren Entwicklung sowie in ihrer Behandlung keine „Miniaturerwachsenen“.

Ein Kind in der Familie ist ein Meister, der die Eltern, wenn sie es erkennen, sehr viel lernen wird

Essenz-Lebensenergie-QI

- Der Beginn des Lebens eines Kindes entsteht aus der Vereinigung **der Essenz (Lebensenergie = QI)** der Eltern. Bei der Zeugung spielen deren körperlicher, psychischer Zustand und die universellen Einflüsse eine Rolle für die Qualität des QI.
- Die Essenz der Vorfahren wird auch von Generation zu Generation weitergegeben.
- In der Schwangerschaft benötigt die werdende Mutter je nach ihrer Konstitution eine individuelle, ausgewogene Ernährung, frische Luft, Bewegung, Ruhe.
- Das Ungeborene erhält jetzt zusätzlich von der Mutter Essenz und auch über ihre Ernährung.
- Daher ist jetzt ihre körperliche und psychische Gesundheit für die Qualität der Essenz entscheidend.

Einen Essenzverlust (QI) oder auch Substanzverlust erfährt die Frau z.B. durch Ängste, Regelblutung, Fehlgeburt, Geburt, Stillzeit, Übermüdung, Erschöpfung.
Aus diesen Gründen ergibt sich oft eine unregelmäßige und schlechte Ernährung der Mutter weil sie keine Kraft mehr zum Kochen hat, eher kalte Kost und Getränke zu sich nimmt oder auch viele Süßigkeiten usw...
Beim Mann erfolgt dies durch die Anzahl der Ejakulationen, Überarbeitung usw.

- Nach der Geburt erhält das Kind seine zusätzliche Essenz aus Nahrung, Flüssigkeiten und Atem (Lunge)

Um Substanz aufzubauen sind eine gute Verdauung und ein guter Schlaf notwendig.
Die Organe des Neugeborenen sind noch unreif und sehr sensibel, schwach besonders die Niere, Lunge, Milz.
Die Babys haben ein unterentwickeltes Qi und daher empfindliche Eingeweide, eine körperliche Unreife sowie eine schwache Abwehrkraft.
Gleichzeitig haben sie ein sehr schnelles Wachstum (Yang-Qi) und eine lebhafte Vitalität.
Um diesen Wachstumsprozess gut zu unterstützen benötigen sie eine gute Essenz.

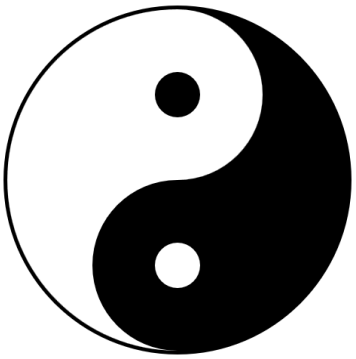
Sie ist das Kostbarste was der Mensch hat!
Ist nicht genug Substanz (Yin-Essenz in Form von Nahrung) vorhanden, vermehrt sich die Hitze und somit die Unruhe, ähnlich wie bei einem überhitzen Motor.

Beim Zahnen kann man das gut beobachten. Es kommt zur Irritation des Magen- u. Dickdarmmeridians, das Kind isst daher weniger = eine Eigenregulation des Ma/Darms wegen der Hitze, es entsteht ein Stau (Schmerzen) weil der Energiefluss blockiert ist. Bei Fieber auf Zufuhr von Flüssigkeiten achten.

Generell haben Kinder einen Yang-Mangel, während Yin noch nicht voll produziert wird. **siehe dazu Seite 4**

Konzept der TCM

DAO/TAO bedeutet der rechte Weg, die Methode, das Prinzip, das All-Um-Fassende = individuell = die Umgebung in der wir leben und diese selbst gestalten, das hier und jetzt.
Das Wirken des DAO bringt die Schöpfung hervor indem es die Zweiheit das **Yin und Yang, Licht und Schatten als lebenserhaltende Kräfte,** hervorbringt.



YIN und YANG Stellt die wichtigste Lehre in der TCM dar und entspricht der taoistischen Naturphilosophie (Weltanschauung), dass sich alles in zwei Polaritäten teilen lässt. Sie wird als sogenannte **„Monade“** symbolisiert:

Aspekte von Ying und Yang

Gegensätze, das Eine trägt das Andere auch immer in sich, sie sind in gegenseitiger Abhängigkeit zueinander, begrenzen einander, verbrauchen sich gegenseitig oder wandeln sich in das jeweilige Gegenteil um wenn der Punkt des jeweiligen Extrems erreicht ist.
Der Übergang von Yin und Yang ist fließend.
Sprichwörter zur auch uns vertrauten Darstellung: Zwei Seiten einer Medaille; wo viel Licht ist, ist viel Schatten; wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch;

Sonne und Schatten sind immer im Wechsel oder auch je nachdem wo ich gerade stehe!

Bedeutung der Monade (Jin u. Yang Darstellung)

YANG: (Vorstellung des Besonnten, gebückter Reisbauer - vor mir vorne schütze ich den Reis) - Funktion, Bewegung
weiß, Tag, Licht, Helligkeit Sommer, Sonne, hell,
männlich, hart, alles Angreifbare, Aktivität, Energie, warm, ausdehnend, Bewegung
Himmel wird als Yang-Ausprägung verstanden
außen: Kopf, Rücken, Arme, Hände, Beine;
plötzlicher Krankheitsbeginn, akute Krankheit, Funktion

- Alle Hohl- u. Transportorgane: (Parasympathikusorgane)
  Gallenblase, Dünndarm, Dickdarm, Magen usw.

Bei zuviel an Yang (Fülle): Hitze Symptome usw.

Yang-Mangel:
Kälte Symptome, Energielosigkeit,

YIN: (Alles was im Schatten der Sonne ist oder alles was man instinktiv versteckt, schützt) - Substanz, Ruhend
schwarz, Nacht, Schatten, kühler Tag,
weiblich, weich, Ruhe, Passivität; Erde als Yin-Aspekt usw.,
innen: Substanzreiche Organe (Sympathikusorgane)
Leber, Herz, Pericard (Herzbeutel, auch Schützer des Herzens genannt, Kreislauf, Sexualität), Milz/Pankres, Lunge, Niere
langsamer Krankheitsbeginn, chronische Krankheiten, Substanz

Bei Yin Mangel: Nachtschweiß, Hitzegefühl an den Handflächen/Fußsohlen/Brust, usw.

QI, LEBENSENERGIE! Ist alles was wir zum Leben brauchen! Ist die alles durchdringende Kraft und ermöglicht alle Lebensfunktionen
Das QI setzt sich im chinesischen aus dem Zeichen für Dampf (**Energie**) und einem Topf mit gekochtem Reis (**Masse, Substanz**) zusammen der Dampf aufsteigen lässt.

- **Die Körperstrukturen** sind eine sehr feste, materielle Form (Muskeln, Körperstruktur)
- **Der Geist (Shen)** ist die feinste und dichteste Form der Energie (Aufnahmefähigkeit, hier und jetzt aussagend, wie geht es mir)

Shen ist erkennbar an den Augen; befindet sich nachts im Gehirn (Schlaf, Traum, Aufschrecken, Konzentration), tagsüber im Herzen, Sinusknoten.

Die Qi-Aufnahme erfolgt über die Atmung und Ernährung

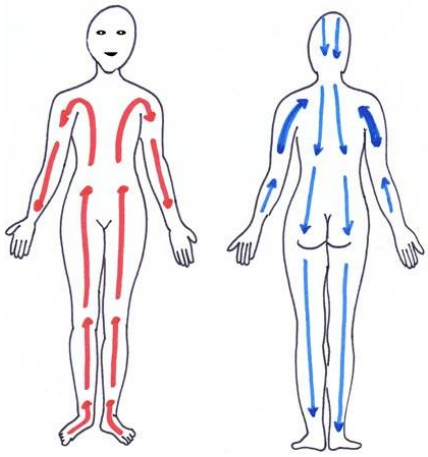
Jedem menschlichen Organ wird ein QI zugeschrieben, das, wenn es harmonisch durch die Meridiane fließt, den Körper gesund erhält. **z.B.:**

Aufgabe des Lungen QI

Transport von Körperflüssigkeiten zur Haut, Kontrolle der Körperoberfläche und des Schweißes, Schutz vor äußeren, krankmachenden Faktoren **(Abwehr QI);**

- Dringt ein krankmachender Faktor wie Kälte in den Körper ein - war das Lungen Qi zu schwach - übermäßiges Schwitzen usw!

12 MERIDIANE UND LEITBAHNEN



werden als gedachte, aber auch in der Praxis als erfahrbare Verbindungslinien zwischen den Akupunkturpunkten bezeichnet. Sie haben eine nährende Schutzfunktion für den ganzen Körper und sind zuständig für die Eng- u. Weitstellung der Poren sowie für die Versorgung mit Wärme. Die Meridiane sind beim Kind erst ausgebildet, wenn es sich um die eigene Längsachse drehen kann

Grundprinzip:

Die Meridiane sind nach den 12 Organsystemen bezeichnet, d.h. es gibt 6 Yang und 6 Yin Meridiane.

Sind die Leitbahnen frei und das Qi gut genährt, kann es frei fließen, es gibt keinen Schmerz; sind die Leitbahnen verlegt, wird der Qi-Fluss gestaut - verursacht dies Schmerzen!

Verläufe: Yang M. des Armes beginnen an den Fingerspitzen und verlaufen auf den Außenseiten der Arme bis zum Kopf - Umschaltung - zu den Yang M. der Beine - über den Kopf, Rücken, Rückseiten der Beine bis in die Zehenspitzen; dort ist der Übergang zu den Yin M. der Beine die an den Innenseiten der Beine über den Bauch zur Brust verlaufen - Umschaltung zu den Yin M. des Armes - von der Brust kommend, Innenseite der Arme, Fingerspitzen - wieder Übergang von Yin zu Yang - Kreis (Umlauf) ist geschlossen!

Gekoppelte Meridiane

Lunge/Dickdarm - Milz/Magen/Pankreas - Herz/Dünndarm - Niere/Blase - Leber/Gallenblase - Pericard/Dreifacherwärmer (3F-EW)

Sie verlaufen an den Armen, Beinen annähernd parallel aber gegenläufig!

Gekennzeichnet durch die Yang/Yin Partnerschaften oder Außen/Innen-Regel

FUNKTIONSKREISE - DIE FÜNF WANDLUNGSPHASEN (Elemente) oder auch die ORGANUHR genannt.

Jede Wandlungsphase hat wieder einen Yin (Organe, weiblich) und Yang (Hohlorgane, männl.) Aspekt.
Sie ordnet die Naturphänomene den Kategorien **Holz**, **Feuer**, **Erde**, **Metall**, **Wasser** zu und definiert deren Beziehung im Jahreskreis zueinander

Die charakteristischen Qualitäten der Organfunktionen

Holz - Leber/GB: grün, sauer, Frühling, wächst, entfaltet sich frei, dehnt sich aus,
Wanderseele **Hun:** Schädigende Emotionen**:** lautes Rufen, aufbrausend, Wut, Zorn;
öffnet sich in den Augen (gelbe Farbe der Skleren z.B. bei der Gelbsucht)
Spiegel: Nägel
Aktivität: 23:00-01:00 Uhr Gallenblase (Yang), 01:00-03:00 Uhr Leber (Yin)

Metall - Lunge/Dickdarm: schwarz oder weiß, scharf, Herbst, klärt, schützt,
Körperseele **Po:** Schädigende Emotionen: Weinen, Trauer, Melancholie, Trockenheit
öffnet sich in der Nase (Geruch- u. Atmungsorgan),
Spiegel: Haut, Körperhaar
Aktivität: 03:00-05:00 Uhr **Lunge** (Yin), 05:00-07:00 Uhr **Dickdarm** (Yang)

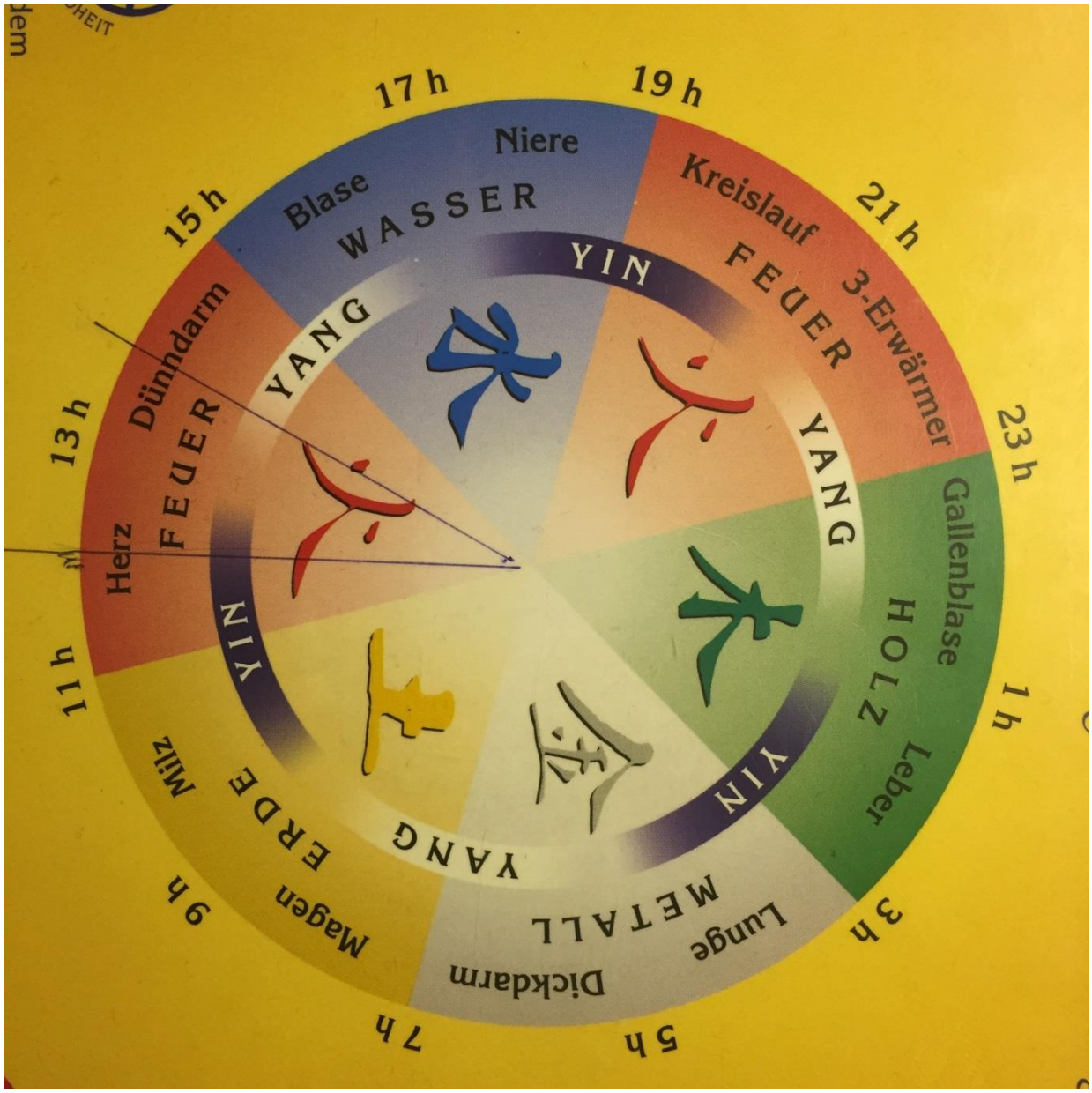
Erde - Milz/P Magen: orange, okker, süß, Spätsommer, wandelt um, ernährt und bildet die Mitte die stabilisiert,
Geist **Yi**: Schädigende Emotionen: Besorgnis, Grübelei
öffnet sich im Mund, Lippen;
Spiegel: Lippen (Verfärbung, Trocken,,,,)
Aktivität: 07:00-09:00 Uhr Magen (Yang), 09:00-11:00 Uhr Milz/Pankreas (Yin)

Feuer - Herz, DE/Dünndarm, Pericard-Kreislauf, Dreifach-Erwärmer (3F-EW):
rot, bitter, Sommer, wärmt,
Seele (Geist**)** **Shen:** Schädigende Emotionen**:** zu viel Hysterie, Begierde, Freude;
öffnet sich in der Zunge (Zungenschlecken, ist stdg. in Bewegung usw.),
Spiegel: Gesicht (Shen - Augen)
Aktivität: 11:00-13:00 Uhr Herz (Yin), 13:00-15:00 Uhr Dünndarm (Yang)

Wasser - Niere/Blase: blau, salzig, Winter, ernährt, Wurzel allen Lebens,
Geist **Zhi:** Schädigende Emotionen**:** Seufzen, Angst, verschreckt, Kälte;
öffnet sich in den Ohren (Tinnitus), „Du hörst schon wieder das Gras wachsen“
Spiegel: Haare Stress, Ohrenschmerzen, Zähne
Aktivität: 15.00-17:00 Uhr Blase (Yang), 17:00-19:00 Uhr Niere (Yin)

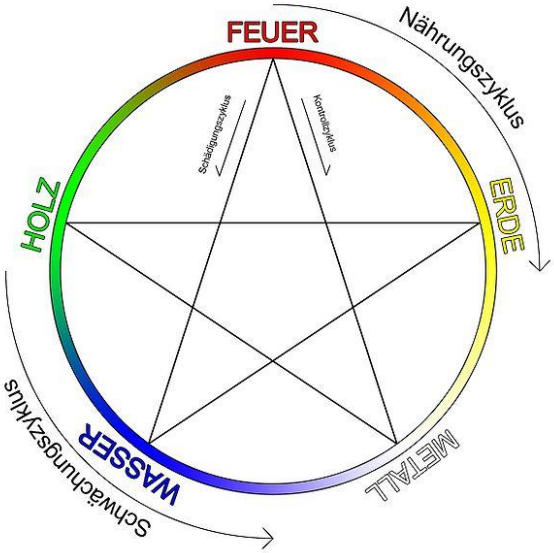
Kreislauf (Yin), 21:00-23:00 Uhr **3F-EW:** Dreifach-Erwärmer (Yang)
Schläfe, Außenseite Arme, Ohrenbereich
Aktivität: 19:00-21:00 Uhr

DIE ORGANUHR



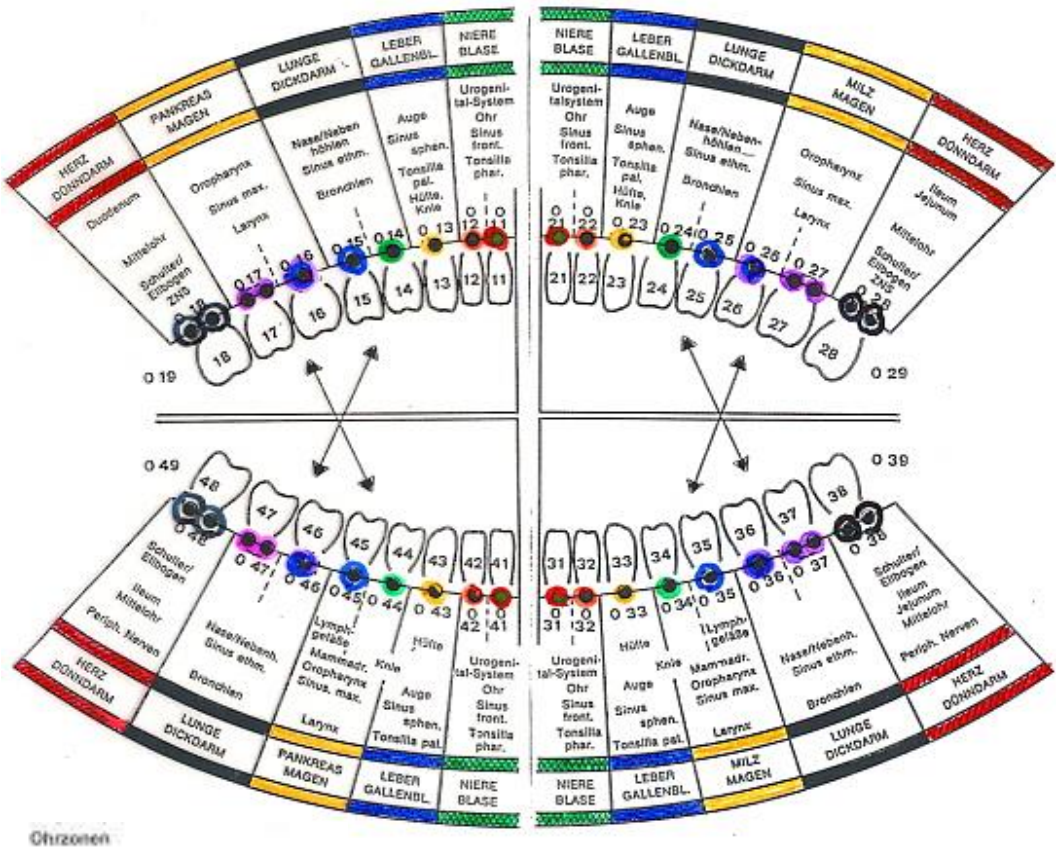
NÄHRZYKLUS IM UHRZEIGERSINN (Mutter-Kind-Regel)

Ernährungszyklus (Mu.-Sohn) SHENG:
Leber/Holz – Herz/Feuer – Milz/Erde – Lunge/Metall – Niere/Wasser

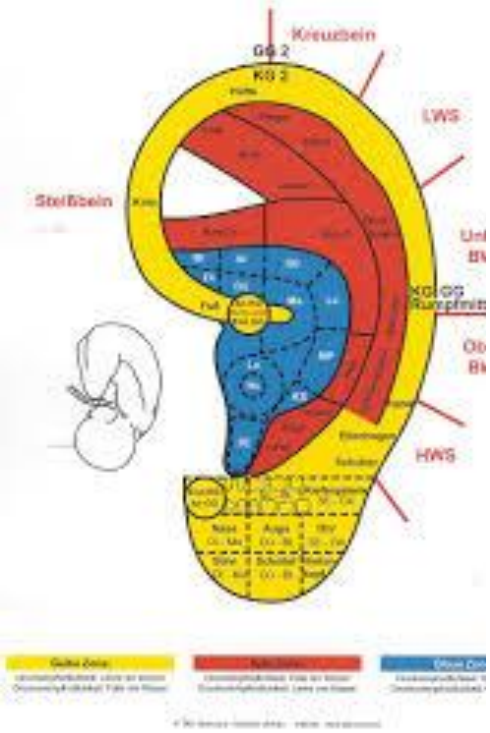


- **Holz (Leber)** - nährt das **Feuer (Herz),** lässt es brennen - Asche (durch Feuer) reichert die Erde (Milz) mit Nährstoffen an.
- **Erde (Milz)** - nährt oder bringt Erze, Metalle hervor
- **Metall (Lunge)** - Spurenelemente nähren, beleben das Wasser
- **Wasser (Niere)** nährt Bäume und Pflanzen - Holz

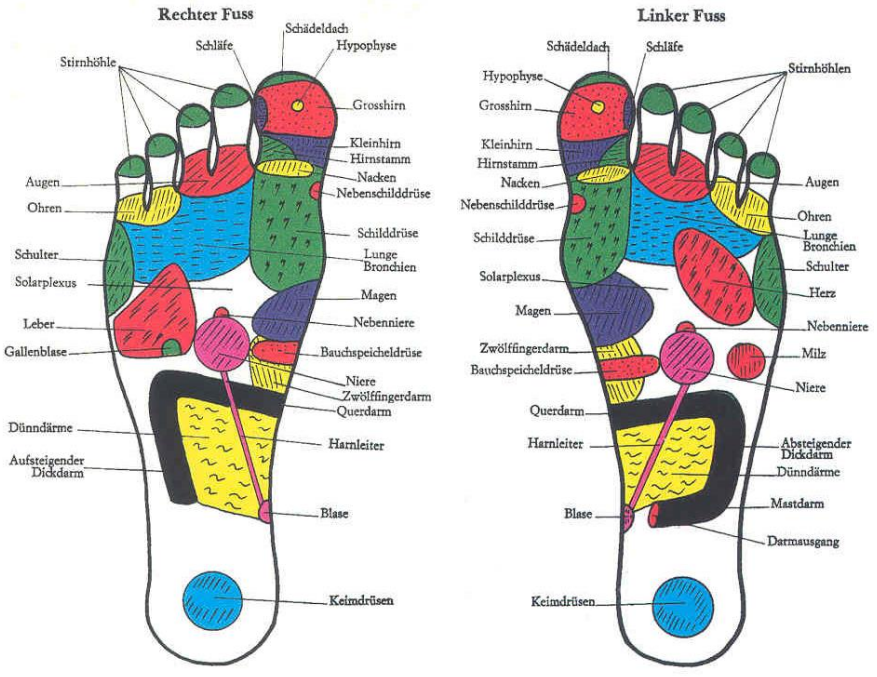
Kontrollzyklus (Unterdrückung) KE:
Leber-Milz Herz-Lunge Milz-Niere Lunge-Leber Niere/Herz
Gegenkontrolle d. Unterdrückung WU:
Milz-Leber Lunge-Herz Niere-Milz Herz/Niere Leber/Lunge



Ohrzonen



FUSSREFLEXZONEN



Krankheitsbilder - dazu je. einige Punkte

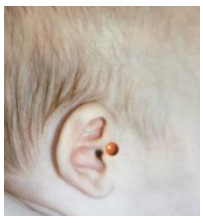
Massagen beginnen und beenden mit:

- Kontaktaufnahme
- Begrüßung durch kreisende Massagen am ganzen Kopf
- **Kangong:** mit den Daumen von den Augenbrauen bis in Ri. Schläfe streichen, schieben; 30-50 mal
- **Tian Men:** Gerade Linie zwischen den Augenbrauen in der Mitte bis zum Haaransatz mit dem Daumen 30-50x schieben
- **Taiyang:** hinter dem Augenbrauen und äußerem Augenwinkel in Ri. Schläfe mehrmals mit leichtem Druck hineinkreisen;

Diese 3 Punkte beruhigen das Kind und unterstützen die weiteren Maßnahmen
Ebenso können diese 3 Punkte bei Unruhe und Erkrankungen im Nasenbereich eingesetzt werden,

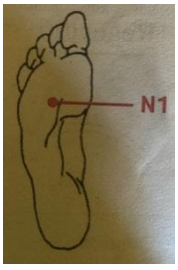
Zahnungsbeschwerden

Shen Jing - kleiner Finger vom Grundgelenk Innenseite bis zur Fingerspitze streichen mind. 100x
RenMai 24 - Kinngrübchen, drücken, kreisen,10-20x
Ma6 - Unterkieferwinkel, Kiefergelenke - siehe Foto



Ermen - im Grübchen leicht oberhalb des Ohrknorpels - -„- 20-30x

Er Feng Men - ganze Fläche vor Ohrknorpel - drücken, kreisen, massieren - 20-30x



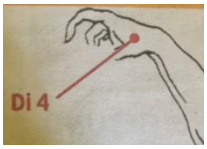
N1 - Fußsohle, Mitte der Fußballen - -„-

kühle Massagen auf Zahnfleisch mit Massagebürsten
kühle Beißringe
Muttermilch hat gewissen schmerzlindernden Effekt
Bernsteinkette

Bauchprobleme - Verdauungsprobleme

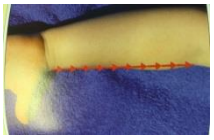
Pijing - seitlich des Daumens seitlich schieben vom Gelenk zur Spitze, mind. 100x schieben

DI 4 - Daumen und Zeigefinger zusammenpressen. An der höchsten Stelle des daraufhin entstehenden Muskelwulstes 50-100x drücken und kreisen



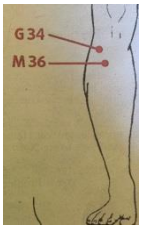
Neibagua - Handinnenfläche kreisend schieben mind. 100x

Sanguan - Linie zw. Daumengelenk und Ellbogen schieben, mind. 100x

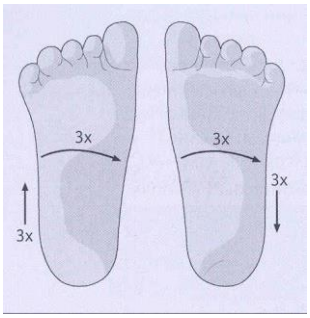


Kreise um den Nabel - im Uhrzeigersinn, bei Durchfall entgegen dem Uhrzeigersinn, ev. mit Baby-Bäuchlein-Öl

Ma36 - eine Kinderhandbreit unter der Kniescheibe, einen Querfinger seitlich außen, Rand seitlich des Schienbeins



Fußreflexzonenmassage - mind. 5-6x bei jedem Wickeln,
siehe dazu auch die Grafik: Fußreflexzonenmassage



Hüftenkreisen (1 Variante)

Fliegergriff

Empfehlenswert: Babymassagekurs, prof. Tuinabehandlung, Tragetuch(Variante)

Erkältung, Verkühlung, Schnupfen Kinder haben eine labile Lunge und einen Mangel an Milz Qi

Fei Jing - Ringfinger vom Grundgelenk zur Spitze hinaufschieben 100x mind. so oft es geht u. beidseits

Meixin: - In der Mitte zwischen den Augenbrauen, drücken und hineinkreisen, 30-50x

Tianmen, Kangong und Taijang - s. bei Massagen beginnen;

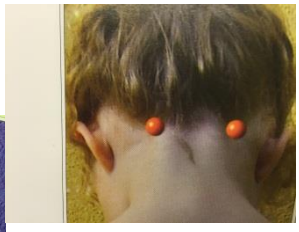
Ex-HN8 - Nasengrübchen; 20-50x drücken und hineinkreisen

Di. 20 - Außenrand des Nasenflügels: 20-40x drücken und kreisen

Huang feng Ru Dong: - Nasenöffnungen 20-30x drücken und kreisen

Neibagua: - in d. Handfläche schiebend kreisen, mind. 100x

Erhougaogu: - Hinter dem Ohr in der Vertiefung bei der Knochenvorwölbung und dem Haaransatz - 30-50x drücken und kreisen



Lu. 9: - am Daumenseitigem Ende der Handgelenksfalte

H. 7: - auf der inneren Handgelenksfalte (Bild)

Lu. 7: - 2 Querfinger oberhalb der Handgelenksfalte (Pulsmessung)

Fieber senkend, zusätzlich:

Tianhesui: - Auf der Mittellinie des unteren Innenarms vom Handgelenk zum Ellbogen - 50-100x mit kaltem Wasser und 2 Fingern langsam hinaufschieben (Coldbag, kalter Waschlappen), anschließend mit 4 Fingern hinaufklopfen

Bei Angst, Furcht, Unruhe, Müdigkeit, Appetitlosigkeit

Ohr massieren und den Kopf dazu bewegen - vor dem Einschlafen:
Beide Ohrenspitzen und Ohrläppchen
Beide Ohren mit dem Mittel-u. Zeigefinger 10-20x nach oben ziehen (hinter dem Kopf stehend),
dann jedes Ohrläppchen mit Daumen und Zeigefinger 10-20x kneten, kneifen.
Anschließend den Kopf in beide Hände nehmen und mehrmals seitlich hin und her bewegen - 10-20x
Tianmen: s. bei Massagen beginnen;

Nie Ji - (rollen und kneifen) Haut des Rückens neben der Wirbelsäule mit Daumen und Zeigefinger ab der Lendenwirbelsäule anheben und schiebend bis zu den Schultern hinaufrollen und mit den Fingern hinauflaufen (Mäusekrabbeln) (Rückenstrecker) - 3-5x

Abschließend - am Ende einer Massage

„Wackelpudding“ Foulage: An den Armen und Beinen mit der flachen Hand gegengleich hin und her reiben, von oben nach unten 2-3x

- Wirkung: ist stärkend, regulierend , entspannt Sehnen, Gelenke und reguliert zusätzlich das Leber Qi, macht Meridiane durchgängig, entspannt Brustkorb, löst Schleim

Achtung:
Keine Massage wenn das Kind einen akuten Infekt hat. Nach seiner Gesundung kann diese wieder fortgesetzt werden.

Hinweis: Kindertuina dient als zusätzliche Unterstützung zur Schulmedizin

Zusätzlich unterstützende Maßnahmen, Empfehlung:

- **Homöopathie**
- **Schüsslersalze**
- **versch. Kräutertees**
- **Heilpflanzen(Auszüge) in Form von Wickel, Aufgüssen, Bäder usw.: Vorsicht bei Babys und Kinder:** Keine Menthol, (Pfefferminze), Kampfer und Eukalyptus hältige Anwendungen in irgendeiner Form verwenden!!
- **Bachblüten** (für Babys u. Kinder eher Globuli verwenden wegen dem hochprozentigen alkoholischen Tragermittel**)**
- **Heilsteine**
- **Babymassage**

Inhalte aus Buch „Kindertuina“ von Claudia Lorenz und Schulungsunterlagen Copyright:

Handouts dürfen nicht an Personen weitergegeben werden die nicht am Workshop teilgenommen haben! DANKE