

Die Wandlungsphasen Der Traditionellen Chinesisch

Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin

Kursbuch traditionelle chinesische Medizin

Ganzheitliches Praxismarketing

Deutsche Nationalbibliographie und Bibliographie der im Ausland erschienenen deutschsprachigen Veröffentlichungen

Einführung in die Akupunktur

Im Frühling trägt der Kaiser grün

Akupunktur

Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin

Stille als Ambivalenz moderner chinesischer Musik

Wörterbuch Traditionelle Chinesische Medizin. Grundwissen zu Geschichte, Kultur, Körper, Krankheiten und Therapien in Stichworten von A - Z

Ausdruck und Eindruck

Medizin und Heilung in China

Chinesische Medizin bei Fertilitätsstörungen

TCM mit westlichen Pflanzen

Organuhr. Kompakt-Ratgeber

Handbuch traditionelle chinesische Medizin

Organübungen des Qigong

Das farbige Feng Shui

Pulu

Chinesische Medizin in der Orthopädie

Qi Gong

Traditionelle Chinesische Medizin

Praktische Schmerzmedizin

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

Heilen mit der Intelligenz des Körpers

Akupunktur & Co : traditionelle chinesische Medizin schnell erklärt ; Antwort auf die 100 wichtigsten Fragen aus der Praxis

Tuina

Zwischen westlicher und traditioneller chinesischer Medizin

Traditionelle chinesische innere Medizin

Fünf Wandlungsphasen in fünf Streichen

Propädeutik der chinesischen Diätetik

Traditionelle Chinesische Medizin

Grundlagen der Akupunktur

Unheilpraktiker

E-Book - Atlas of Acupuncture

Ent-Zweigung

Leitfaden Chinesische Medizin - Grundlagen

Chinesische Medizin für Kinder und Jugendliche

Atlas Akupunktur

Check-Up-Medizin

Die Wandlungsphasen Der Traditionellen Chinesisch

Downloaded from blackforesttogether.org by guest

PATIENCE LUCAS

Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin Georg Thieme Verlag

Pulu, "Abhandlungen und Auflistungen", sind monographische Schriften des traditionellen China, die sich auf ein konkretes 'Objekt' gelehrter Aufmerksamkeit innerhalb eines Spektrums von materieller Kultur bis Naturkunde spezialisieren. Sie sind verschiedensten Themen gewidmet, von Bronzegefassen, Tuschsteinen, Tee, Bambus, Orangen und Chrysanthenen bis hin zu Tigern, Vögeln, Goldfischen und Grillen. Erste Texte dieser schillernden Gattung entstanden bereits im 5. Jahrhundert. Einen Höhepunkt erreichte das Genre im 11. Jahrhundert, und es gewann in den nachfolgenden Jahrhunderten weiter an Popularität. Diese Arbeit ist die erste umfassende Bestandsaufnahme des pulu-Schrifttums. Auf der Grundlage von rund 1200 Titeln werden formale Typen herausgearbeitet und thematische Grenzen zu benachbarten Schriftgattungen des traditionellen China gezogen. Einzeluntersuchungen von Titeln verschiedenster Thematik veranschaulichen die Ergebnisse und analysieren die Rechtfertigungen gelehrter Autoren, sich mit diesen Marginalia zu beschäftigen sowie ihre Auseinandersetzung mit der stetig wachsenden pulu-Tradition. Ein Abriss der Geschichte der bibliographischen Klassifikationen im traditionellen China dient als Hintergrund, um die Odyssee der pulu durch die Ordnungssysteme des Wissens zu beleuchten und die Modifikationen herauszuarbeiten, die durch ihre Präsenz notwendig wurden.

Kursbuch traditionelle chinesische Medizin Waxmann Verlag

Unser heutiges Leben entfernt sich immer weiter vom natürlichen Rhythmus; immer mehr Menschen leiden unter körperlichen wie seelischen Beschwerden, da die Bedeutung des Wechsels zwischen Tag und Nacht, der An- und Entspannung sowie der Aktivitäts- und Ruhephasen – auch im Hinblick auf unsere Organe – vernachlässigt wird. Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) weiß seit Jahrtausenden um das Prinzip des ewigen Wandels und nutzt das Wechselspiel von Yin und Yang zur Heilung. Die „Organuhr“ stellt anschaulich dar, wann welches unserer Organe am meisten beansprucht wird und zu welchem Zeitpunkt wir am besten darauf einwirken können. Der renommierte TCM-Experte Dr. Li Wu führt in diesem handlichen Ratgeber in die Grundlagen der TCM ein und zeigt, wie wir im Einklang mit unserer inneren Uhr leben und wieder zu unserem ursprünglichen Rhythmus zurückfinden. Der Kompakt-Ratgeber enthält das Wichtigste über die Organuhr – knapp und verständlich erklärt, Grundlagenwissen über Krankheit, Diagnose und Heilung in der TCM, zahlreiche Rezepte für chinesische Heiltees, wertvolle Ernährungstipps und hilfreiche, leicht umsetzbare Anleitungen zur Akupressur.

Ganzheitliches Praxismarketing Elsevier, Urban & Fischer Verlag

Die fünf Sinne - Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten- gelten in der abendländischen Geistesgeschichte als fundamentale Voraussetzungen der Weltwahrnehmung, von denen Abweichungen kaum vorstellbar erscheinen. Diese Studie richtet den Blick auf die den "fünf Sinnen" entsprechenden Begriffe im traditionellen chinesischen Denken. Im ersten Teil des Buches skizziert die Autorin die in der Philosophie, Religion und Physiognomie zentralen Konzepte, die den "fünf Sinnen" des Abendlandes entsprechen. Im Unterschied zum abendländischen Verständnis der "Sinne" als Wahrnehmungsrezeptoren galten sie der chinesischen Kultur immer zugleich auch als Organe, durch welche das Innerere des Menschen einen bestimmten körperlichen oder sprachlichen Ausdruck findet. Der Bedeutungshorizont der "Sinne" umfasste die Wechselseitigkeit des Austausches zwischen Mensch und Welt, zwischen Ausdruck und Eindruck. Im zweiten Teil des Buches setzt sich Irmgard Enzinger mit der Darstellung der einzelnen "Sinnes"-Organe mit tangdunsong-zeitlichen kaiserlichen Enzyklopedien auseinander, womit sich zugleich eine Gelegenheit bietet, Einblick in die zunächst befremdende "Ordnung der Dinge" einer chinesischen Enzyklopedie zu gewinnen. Das Buch liefert einen Einblick in einen zentralen Aspekt der

chinesischen Mentalitätsgeschichte und lädt ein zum Nachdenken über die anthropologischen Bedingungen nicht nur des chinesischen Denkens.

Deutsche Nationalbibliographie und Bibliographie der im Ausland erschienenen deutschsprachigen Veröffentlichungen BoD – Books on Demand

Das erfolgreiche Taschenbuch vermittelt in komplett überarbeiteter Neuauflage den aktuellen Wissensstand in der Akupunktur-Forschung und Akupunktur-Praxis. o Noch mehr Therapie-Praxis: Therapeutische Prinzipien und Punktauswahl für die Akupunktur-Therapie bei 95 Krankheitsbildern o Didaktisch klar und prägnant: Meridiane, Organe und die wichtigsten Akupunkturpunkte in übersichtlichen Tabellen und Abbildungen o Anschaulich und informativ: Akupunktur in der modernen Medizin, philosophischer und theoretischer Hintergrund der chinesischen Medizin Der Stux: Der Standard. =>Das kompakte Taschenbuch für jeden, der einen verständlichen Einstieg in die Akupunktur sucht oder als Erfahrener praktische Fragen schnell nachschlagen möchte.

Einführung in die Akupunktur Georg Thieme Verlag

Die TCM ist ein umfangreiches System von Methoden, die Gesundheit zu erhalten und wiederherzustellen. Meinen Zugang zu dieser Materie habe ich so dargestellt, wie er sich mir in Theorie und Praxis erschlossen hat. Dabei sind auch meine persönlichen Erfahrungen in China mit eingeflossen. Dieses Buch soll Interessierte und Therapeuten anregen, sich mit den Methoden der TCM zu arbeiten. Diese chinesische Medizin sucht nach dem „Muster der Disharmonie“, sie beschreibt eine Situation des „Ungleichgewichts“ im Körper. Die TCM eröffnet uns mit dem völlig anderen Ansatz bei Diagnose, Behandlung und Denkweise alternative Möglichkeiten. Als Präventivmedizin kann sie zur Gesunderhaltung über Lebensführung im Sinne der „Alten Chinesen“ zur Verlängerung des Lebens beitragen.

Im Frühling trägt der Kaiser grün Ludwig

Die chinesischen Massage- und Manualtherapien sind unter dem Begriff Tuina bekannt und stellen einen wichtigen Baustein der Traditionellen Chinesischen Medizin dar. Tuina-Behandlungen sind sanfte und wohltuende Therapien, die bei Kindern, Jugendlichen und auch Erwachsenen jeden Alters angewendet werden können und oftmals erstaunliche Erfolge mit sich bringen, selbst wenn Verfahren wie Akupunktur und Kräutermedizin an ihre Grenzen kommen.

Akupunktur Walter de Gruyter GmbH & Co KG

Das Therapiemodell der chinesischen Medizin wird so erklärt, dass es für westliche Ärzte/Therapeuten gut zugänglich und nachvollziehbar ist. Darüber hinaus werden die fünf Therapiesäulen Akupunktur, Arzneimitteltherapie, Tuina, Diätetik und Qi Gong detailliert beschrieben. Auch das für eine erfolgreiche Therapie so wichtige Zusammenspiel der verschiedenen therapeutischen Verfahren wird im Leitfaden Chinesische Medizin - Grundlagen genau erläutert. Neben einem historischen Überblick über die chinesische Medizin bis heute, erfahren Sie alles Wissenswerte über die diagnostischen Methoden und die Differenzialdiagnostik. Damit erhalten Sie einen tiefen Einblick in die Wirkungsweisen der chinesischen Medizin. Das hilft Ihnen, Zusammenhänge so zu verstehen, dass sie in Ihrer praktischen Arbeit zu besseren Therapieerfolgen führen. Spezialregister zu den Arzneimitteln (lateinischer und Pinyin-Name), Rezepturen und Akupunkturpunkten (Pinyin-Name und numerische Bezeichnung) ermöglichen ein gezieltes Nachschlagen. Durch die neue Trennung des Leitfadens Chinesische Medizin in die zwei Bände Grundlagen und Therapie fällt es leichter, sich zu orientieren. Die Handhabung des umfangreichen Nachschlagewerkes wurde verbessert, alle Inhalte sind durchgesehen und aktualisiert. In Vorbereitung: Leitfaden Chinesische Medizin, 7. Auflage – Therapie

Die Wandlungsphasen der traditionellen chinesischen Medizin BoD – Books on Demand

Dieses Fachwörterbuch bietet umfassende Grundinformationen zu Geschichte, Kultur, Philosophie sowie zu den eigentlichen medizinischen Inhalten der Traditionellen Chinesischen Medizin. Abbildungen sowie ein umfangreicher Anhang vertiefen und ergänzen den gebotenen Stoff. Für alle,

die sich mit Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) beschäftigen – ob Angehörige der Heilberufe oder interessierte Laien.

Stille als Ambivalenz moderner chinesischer Musik Georg Thieme Verlag

Die inneren Organe bilden nach der traditionellen chinesischen Weltansicht eine äußerst wichtige Struktur. Sie bilden die tiefste „Schicht“ unseres Körpers und erfüllen alle wesentlichen Funktionen des Mensch-Seins. Viele Qigong-Systeme wurden entwickelt, um auf der Ebene der inneren Organe die Gesundheit der Menschen zu fördern. Dabei werden die Organe als Funktionskreise betrachtet, anstelle von anatomisch abgeschlossenen, materiellen Einheiten. So erfüllen sie neben den körperlichen Aufgaben auch solche im emotionalen, zwischenmenschlichen, seelischen und geistigem Bereich. Nutzen Sie dazu die reinigende Kraft der Sechs Heilenden Laute und die aufbauende Wirkung eines klug durchgeführten Qigong-Gehens. Steigern Sie so ihr körperliches, energetisches und geistiges Wohlbefinden. Reagieren Sie auf Vorgänge in Ihrer Umgebung! Nehmen Sie bewusst Einfluss auf positive oder negative Einwirkungen auf Ihre Lebensenergie! So werden Sie kaum mehr Opfer von äußeren Umständen! Organübungen bilden im Qigong und der täglichen Übungspraxis einen wesentlichen Bestandteil. Die Einsatzmöglichkeiten reichen von Vorbeugung bis zur Therapie von Krankheiten – Qigong Gehen ist in der Krebstherapie entstanden. Für gesunde Menschen stehen oft Zentrierung, innere Ruhe oder ein Ausgleich zu Druck und Stress im Vordergrund.

Wörterbuch Traditionelle Chinesische Medizin. Grundwissen zu Geschichte, Kultur, Körper,

Krankheiten und Therapien in Stichworten von A - Z disserta Verlag

Umfassendes Buch zur Therapie bei unerfülltem Kinderwunsch aus Sicht der chinesischen Medizin. Mit Anleitungen für Akupunktur, chinesische Phytotherapie, Diätetik, Tuina, Qigong. Therapeuten, die die Behandlung von unerfülltem Kinderwunsch in ihre Praxis integrieren möchten, liefert dieses Buch konkrete Anleitungen. In Grundlageninformationen über den weiblichen Zyklus und die Spermio-genese aus Sicht der chinesischen Medizin sind grundsätzlich spezielle Überlegungen zu Fertilitätsstörungen und unerfülltem Kinderwunsch eingebunden. Den Schwerpunkt bilden ausgewählte Indikationen und ihre Behandlung mit Akupunktur, chinesischer Phytotherapie, Diätetik, Tuina und Qigong. Nachvollziehbare Therapiekonzepte regen zur direkten Umsetzung an und nützliche Tipps helfen bei der Betreuung von Patienten mit psychosomatischen Problemen.

Ausdruck und Eindruck Georg Thieme Verlag

Der Weg vom Symptom zur Diagnose ist in der Schmerztherapie eine entscheidende Phase in der Behandlung des Patienten. Alle Ärzte und andere Therapeuten in der Schmerzmedizin, die Patienten mit chronischen Schmerzen behandeln, finden in der 4. Auflage des Buches klare Empfehlungen zu deren Versorgung: Verständlich und nachvollziehbar beschrieben: Entstehung der Chronifizierung, psychologische Grundlagen und Konzepte der Schmerztherapie Systematisch und nach klinischen Kriterien vorgestellt: Symptomerkennung und Diagnostik Zum Abwägen ausführlich dargestellt: Medikamentöse und nichtmedikamentöse Verfahren in der Schmerztherapie Beschreibung der häufigsten Schmerzsyndrome Plus: Therapie besonderer Patienten, z.B. Schwangere, alte Menschen, Abhängige; Begutachtung von Schmerzpatienten; Palliativmedizin, Versorgungskonzepte und Codierung Die 4. Auflage wurde komplett überarbeitet und aktualisiert, u.a. Kapitel zusammengefasst und um neue Themen ergänzt wie CRPS, interkulturelle Aspekte und Akutschmerztherapie bei Patienten mit chronischen Schmerzen. Ein Nachschlagewerk für schmerztherapeutisch tätige Ärzte in allen Fachgebieten wie Allgemeinmedizin, Anästhesie, Orthopädie, Neurologie, Innere Medizin, für Psychotherapeuten und Psychologen und ebenso geeignet als Lehrbuch in der Weiterbildung zum Schmerztherapeuten bestens geeignet.

Medizin und Heilung in China Otto Harrassowitz Verlag

Bestmöglich akupunktieren – der Atlas unterstützt Sie dabei. Beschrieben werden alle Akupunkturpunkte in Wort und Bild auf den zwölf Hauptleitbahnen und den acht außerordentlichen Gefäßen sowie zahlreiche Extrapunkte. Jeder Punkt ist auf mindestens einer Seite dargestellt. Jeweils mit Grafiken zur topografisch-anatomischen Lage Genaue Beschreibung der Stichrichtung und Stichtiefe (mit Foto zum Stechvorgang) sowie Fotos der Nadellage „in situ“ Wirkung und wichtigste Indikationen Leitbahnen, deren Verlauf, die klinische Funktion und die verschiedenen Verbindungen zu anderen Leitbahnen werden erläutert Darüber hinaus erfahren Sie alles über die Leitbahnen, die klinische Funktion und die Verbindungen zu anderen Leitbahnen. Der übersichtliche Aufbau mit vielen Bildtafeln hilft Ihnen, schnell auf alle Informationen zuzugreifen und so die Akupunktur sicher und wirkungsvoll anzuwenden. Neu in der 3. Auflage: Erweiterte Darstellung der Wirkung der Punkte und der wichtigsten Indikationen Zahlreiche neu bearbeitete Abbildungen und Fotos

Chinesische Medizin bei Fertilitätsstörungen Georg Thieme Verlag

Ein kurz gefasstes Lehrbuch (Kompendium) und eine textliche Ergänzung zur Arbeit mit den Farbkarten auf der Basis von Feng Shui

TCM mit westlichen Pflanzen Georg Thieme Verlag

Diese musikwissenschaftliche Studie untersucht jene Intentionen, die chinesische Komponistinnen und Komponisten nach 1976 dazu führten, Stille ins Zentrum ihrer Stücke zu stellen. Aus der chinesischen Kulturgeschichte heraus zeigen sich divergierende musikästhetische Konzepte der Stille weniger als Gegenpol zum Lärm als vielmehr im ambivalenten Aushalten einer harmonischen Mitte. Diskutiert werden heterogene Kompositionen von Qu Xiaosong, Chen Qigong und Chen Xiaoyong ebenso wie von Guo Wenjing und Jia Daqun. Einerseits wird dabei die Ästhetik der Stille bei Tan Dun als merkantiler Kunstanspruch hinterfragt, andererseits etablierte Komponistinnen wie Chen Yi, Xu Yi und Wang Ying als musikalische Avantgarde besprochen. Die Werkanalysen und Gespräche exemplifizieren die künstlerischen Begegnungen als Einblick in zeitgenössische Klangsprachen: Die Semantik der Stille, deren Ästhetik zwischen Philosophie & Spiritualität und historisch zwischen Tradition und transkultureller Inszenierung. Attila Kornel studierte Philosophie

und Musikwissenschaft an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster. In China erlernte er die meditativen Wudang-Xuanwu-Kampfkünste und unterrichtet diese als zertifizierter Lehrer. Neben der Musikästhetik der Stille forscht er u. a. zum transkulturellen Austausch von Klangsynthese im 20./21. Jahrhundert, zu Musik & Humor sowie progressiver Populärmusik.

Organuhr. Kompakt-Ratgeber BoD – Books on Demand

Gesund statt krank! Erkrankungen vorbeugen - Gesundheit erhalten: Hier werden Sie fit für den Paradigmenwechsel - hilfreiche Tipps und Informationen zum Aufbau sinnvoller Check-Up-Angebote in der eigenen Praxis - alle wichtigen Risiko-Scores und Testverfahren - zahlreiche Fallbeispiele - umfangreiche Tabellen zu Kosten und Abrechnung Querschnitt durch alle Fachgebiete der Medizin - übersichtliche Gliederung nach Organsystemen und speziellen Check-Up-Themen - vom Herz-Kreislauf-Check-Up für jedermann bis zur Leistungsdiagnostik beim Leistungssportler - komplettes Spektrum durch Kapitel zu Themen wie "Potenziale der Genomik", "Komplementäre Medizin" und "Salutogenese und Lifestyle Coaching" Auf dem neuesten Stand - moderne bildgebende Verfahren (CT-Kolonografie, Lowdose CT, MRT-Angiografie etc.) - aktuelle Leitlinien übersichtlich in Leitlinienboxen zusammengestellt - Kapitel "Telemedizin und elektronische Gesundheits-Akte"

Handbuch traditionelle chinesische Medizin Elsevier Health Sciences

Dieses Buch erläutert Ursprung und Geschichte der Chinesischen Medizin von ihren Anfängen in der Antike bis in die Gegenwart. Es schildert ihre Eigenart als säkularer Gegenentwurf zu dem bis heute in China weit verbreiteten Glauben an den Einfluß von Göttern, Ahnen und Dämonen auf die Gesundheit der Lebenden und verdeutlicht die spezifisch chinesische Weltanschauung, die dieser Heilkunde zugrunde liegt. Der Autor zeigt die Gründe auf für die zwei Jahrtausende währende Vielfalt therapeutischer Ansätze in der chinesischen Kultur und den Bedeutungsverlust der Chinesischen Medizin vor dem Hintergrund der chinesischen Reformpolitik im 20. Jahrhundert, und er beschreibt die kreative Rezeption der sogenannten Traditionellen Chinesischen Medizin in den westlichen Industrienationen seit den 1970er Jahren.

Organübungen des Qigong Elsevier, Urban&FischerVerlag

Dieses Buch beweist, dass es möglich ist, westliche Medizin mit traditionellen chinesischen Konzepten zu verbinden: Einerseits wird das chinesische System von Meridianen und funktionellen Organen und die 120 wichtigsten Akupunkturpunkte gut verständlich beschrieben und ergänzt durch eine Einführung in Philosophie und Tradition der chinesischen Medizin. Andererseits wird die neurophysiologische Wirkung der Akupunktur auch aus moderner wissenschaftlicher Perspektive erklärt. Den Hauptteil des Buches macht die Therapie von Krankheiten aus, basierend auf westlichen Diagnosen. Für besonders häufig behandelte Krankheiten werden die jeweils wichtigsten Akupunkturpunkte erläutert – also wirklich das Buch eines Praktiker für die Praxis. Für die 7. Auflage aktualisiert: Der Stellenwert der Akupunktur in der derzeitigen gesundheitspolitischen Situation, neu definierte Qualitätsstandards für Ausbildung und Praxis, Ergebnisse der Modellstudien und weiterer aktueller klinischer Studien zur Wirksamkeit der Therapie.

Das farbige Feng Shui Riemann Verlag

Die heillosen Praktiker Für viele Patienten sind Heilpraktiker die letzte Hoffnung – scheinen sie doch eine natürliche, ganzheitliche, menschlichere Medizin anzuwenden, die sich von der kalten „Apparatemedizin“ abgrenzt. Nur wenige wissen jedoch, worauf sie sich womöglich einlassen: Es gibt keine geregelte Ausbildung. Heilpraktiker-Anwärter werden mit irrationalen Theorien indoktriniert. Und während von medizinisch sinnvollen Behandlungen abgeraten wird, muss mancher Patient als Versuchskaninchen für heillose Praktiken herhalten. Anousch Mueller berichtet über die Methoden eines vom Staat unregulierten Geschäfts mit unserer Gesundheit. Sie nimmt fragwürdigen Therapien von Bioresonanz- bis Zelltherapie unter die Lupe. Schließlich formuliert sie ein leidenschaftliches Plädoyer für die Reform des Berufsstands, der in zeitgemäßer Form dem Kranken wirklich dienen könnte.

Pulu Mankau Verlag GmbH

Erweitern Sie Ihr Diagnose- und Therapiespektrum in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit Chinesischer Medizin - unter Berücksichtigung psychosomatischer Aspekte. Westliche Entwicklungspsychologie und Chinesische Medizin: Welche praktische Bedeutung hat eine Zusammenführung beider Aspekte? Erstmals wird Ihnen in diesem Buch das "holistische 5-Phasen-Modell" der Entwicklung des Kindes und Jugendlichen beschrieben. Sie erfahren, wie psychosomatische Aspekte in die Chinesische Medizin und ihre Anwendung einfließen können. Im Fokus stehen Therapieanleitungen häufiger Krankheitsbilder, die speziell die Besonderheiten in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen berücksichtigen. Das Behandlungsspektrum umfasst Akupunktur, chinesische Phytotherapie, chinesische Diätetik, Tuina und Qigong. Sie profitieren von zahlreichen Praxishinweisen, Fallbeispielen, Checklisten, Übersichten und Abbildungen.

Chinesische Medizin in der Orthopädie Elsevier Health Sciences

Ausgehend von den fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin – Akupunktur, Arzneimittelltherapie, Ernährungslehre, Qi-Gong und Tai-Ji-Quan, Tuina-Massage – beschreibt die Autorin deren ganz spezielle Wirkung in den fünf chinesischen Jahreszeiten. Beginnend mit der Charakterisierung der fünf Menschentypen Holz (Frühling), Feuer (Sommer), Erde (Spätsommer), Metall (Herbst), Wasser (Winter) ordnet sie anschließend den Jahreszeiten die fünf Elemente zu. Breiten Raum widmet sie in der Folge der jeweiligen Organentsprechung sowie pathogenen äußeren Faktoren. Typische jahreszeitliche Erkrankungen werden benannt und Empfehlungen zu ihrer medizinischen Behandlung gegeben. Besonders aufschlussreich zum Schluss sind – je nach der Jahreszeit – ausführliche Ernährungstipps und spezielle Akupunkturpunkte. Adelheid Stögers Buch bietet eine originelle Sicht auf das vielfältige Spektrum der Traditionellen Chinesischen Medizin – und das sowohl für an TCM interessierte Ärzte als auch für Laien.