

Copyright © 2006 durch den Volksmedizinverlag

Alle Rechte vorbehalten. Weder Teile dieser Publikation noch der gesamte Text dürfen ohne die ausdrückliche schriftliche Zustimmung des Herausgebers kopiert, verteilt oder in einer Datenbank abgespeichert werden.



人民卫生出版社
Volksmedizinverlag

Adresse: Bldg 3, 3 Qu, Fang Qun Yuan, Fang Zhuang, Beijing 100078 P.R. China

Tel/fax: +86 10 6761 7315

E-Mail: pmph@pmph.com

Website: www.pmph.com

Zusammengestellt von Dong Fu-hui

Übersetzt von Li Ning (李宁)

Korrigiert von Sandra Kaiser

Verantwortliche Redakteurin: Shen Cheng-ling

Entwurf: Guo Miao

图书在版编目 (CIP) 数据

便携式手足部反射区彩色挂图 (德汉对照) /
董福慧编著. —北京: 人民卫生出版社, 2006. 9
ISBN 7-117-08014-0

I. 便... II. 董... III. ①手-按摩疗法 (中医) —
图解 ②足-按摩疗法 (中医) —图解 IV. R244.1-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第114765号

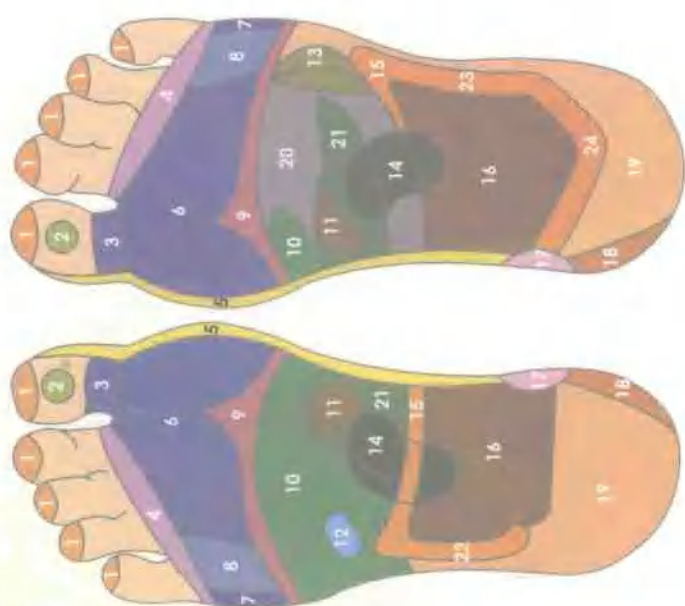
ISBN 7-117-08014-0



9 787117 080149 >

ISBN: 7-117-08014-0/R·8015

足部



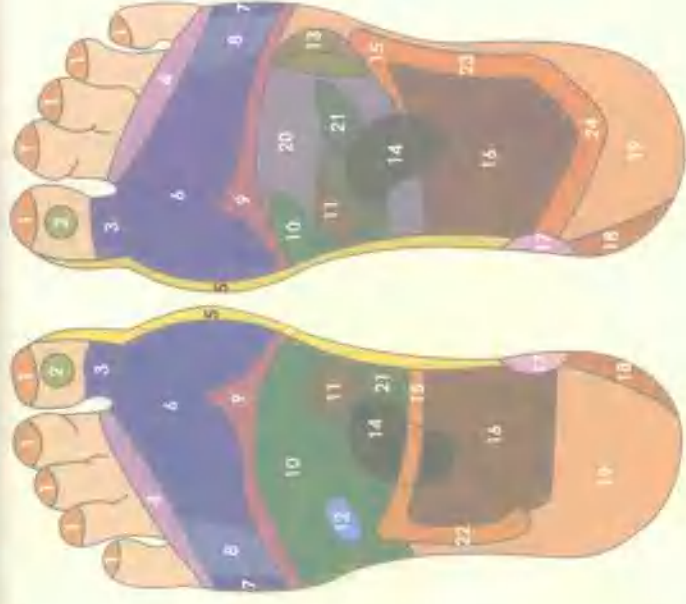
Farbtafeln der Projektionszonen der Hände und Füße (Deutsch-Chinesisch)

便携式手足部反射区彩色挂图 (德汉对照)

Dong Fuhui
董福慧

Übersetzt von Li Ning
Korrigiert von Sandra Kaiser

翻譯: 李 宁
審校: 桑德拉·凱澤



人民卫生出版社
Volksmedizinverlag

Erklärung der Projektionszonen der Füße

足部反射區說明

Die Projektionszonen der Fußsohle 足底反射區

1. Scheitel: kontralaterale Projektion auf die Füße.

Indikation: Unruhe infolge von Herzkrankheiten, Pavor und Schlaflosigkeit, Manifestation hauptsächlich durch Symptome wie z.B. Herzklopfen, Kurzatmigkeit, Brustbeklemmung, Reizbarkeit, Fassungslosigkeit, unruhiger Schlaf in der Nacht, übermäßiges Träumen, Schwindel, Kopfschmerzen oder verstopfte Nase.

頭頂：在足部呈交叉反射，適用於心病不安，驚悸少眠。主要表現為心慌氣短，胸悶憋氣，心煩意亂，惶惶無措，夜寐不安，多夢紛紜，頭暈、頭痛、鼻塞憋悶。

2. Hypophyse:

Indikation: Hormonstörungen. Hauptsächlich endokrine Unterfunktionen wie z.B. Unterfunktion der Hodenhormone oder ovarielle Hormonsekretionsstörung mit konsekutiver Unterfunktion oder Störung der Organsysteme des ganzen Körpers.

垂體：適用於激素水平不平衡。主要由於內分泌功能減退，如男性睾丸分泌雄性激素或女性卵巢分泌雌性激素功能紊亂而致全身各個系統的功能減退或異常。

3. Thyreoidea:

Indikation: Hypothyreose und Hyperthyreose usw.

甲狀腺：適用於甲狀腺功能減退、甲狀腺功能亢進等病症。

4. Augen/Ohr:

Indikation: Augenrötung, Tränenfluss, Augenschmerzen, Lichtempfindlichkeit, verschwommenes Sehen, Tinnitus, Drehschwindel, Asthenopie, Taubheit, Schwerhörigkeit usw.
眼、耳：適用於目赤流淚、目痛畏光、視物模糊、耳鳴目眩、目昏、耳聾、重聽等病症。

5. Wirbelsäule:

Indikation: ziehende Hals-, Rücken-, Lenden- und Gesäßschmerzen infolge verschiedener Faktoren, Bewegungseinschränkung usw.

脊柱：適用於各種原因所致的頸、背、腰、臀部疲勞酸痛，活動不利、行動受限等病症。

6. Lunge/Herz:

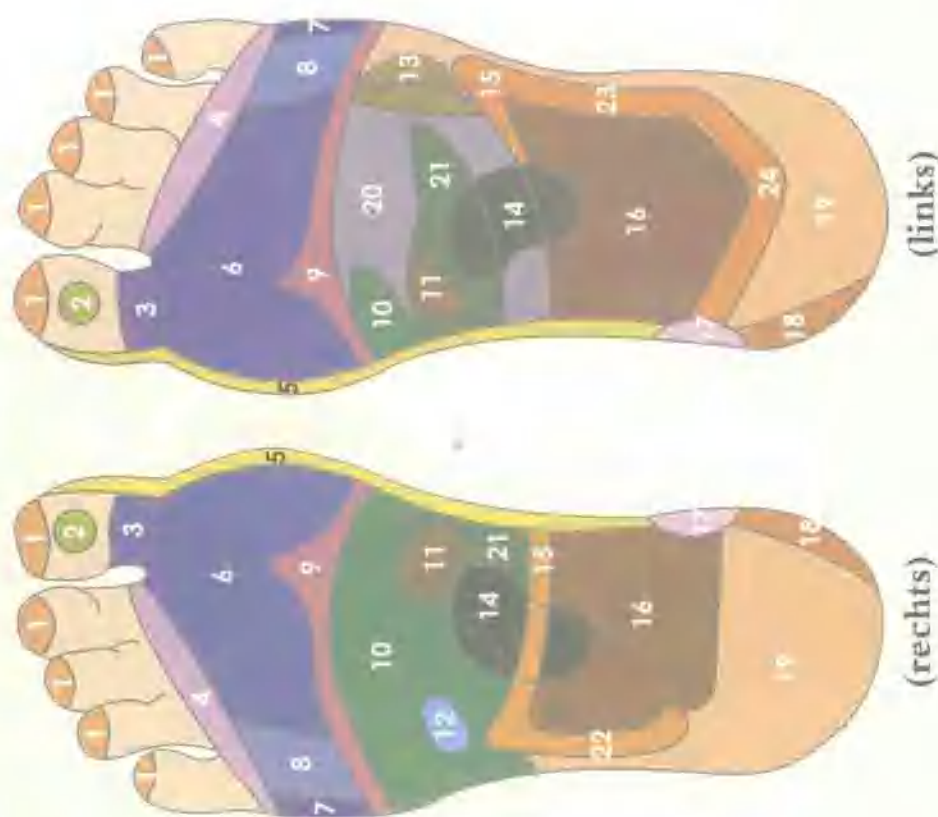
Indikation: Brustbeklemmung, Kurzatmigkeit, Husten, Qi-Obstruktion in der Brust, Herzschmerzen, Herzklopfen, schwere Palpitation, Schlaflosigkeit, übermäßiges Träumen, Vergesslichkeit usw.

肺、心：適用於胸悶氣促、咳嗽、胸痹、心痛氣短、心悸、怔忡、失眠多夢及健忘等病症。

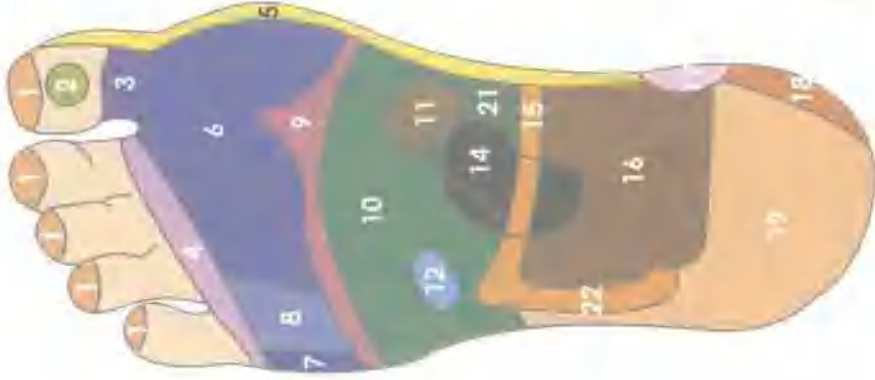
7. Obere Extremitäten:

Indikation: Schmerzen, Taubheitsgefühl, ziehendes Gefühl, Kraftlosigkeit, Bewegungseinschränkung der oberen Extremitäten usw.

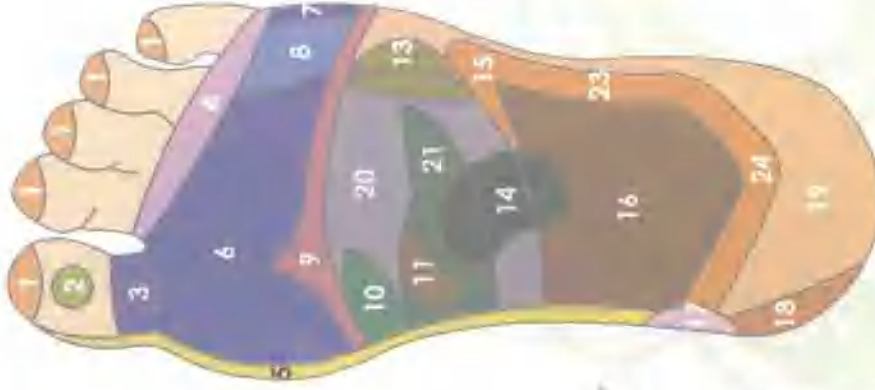
上臂：適用於各種原因所致的上臂疼痛、麻木、酸脹無力、屈伸不利、活動受限等病症。



Projektionszonen der Fußsohle
 (右) 足底反射區 (左)



(rechts)



(links)

Projektionszonen der Fußsohle (右)足底反射區(左)

8. Schulter:

Indikation: Schulterschmerzen, Bewegungseinschränkung, Periarthritis humeroscapularis usw.
肩: 適用於肩部疼痛、活動不利及肩周炎等病症。

9. Zwerchfell/Bauchhöhle/Plexus solaris:

Indikation: Schluckauf, Völlegefühl und Schmerzen im Oberbauch, Übelkeit, Erbrechen usw.

膈、腹腔、太陽神經叢: 適用於呃逆、上腹脹滿疼痛、惡心、嘔吐等病症。

10. Leber:

Indikation: durch emotionale Faktoren ausgelöste Syndrome wie Leber-Qi-Stauung, Leber-Feuer, Leber-Yang-Überaktivität, Nässe und Hitze in Leber und Gallenblase usw. bei denen möglicherweise Druckschmerzen in Rippenregion, Brustbeklemmung, häufiges Seufzen, trockener Mund und Hals, Augenrötung, Drehschwindel, Reizbarkeit, Tremor, Dysphasie, Krampf der Hände und Füße usw. aufgetreten sind.

肝: 適用於因情志因素所致的肝鬱氣滯、肝火上升、肝陽上亢、肝膽濕熱等證，症見脅肋脹痛、胸悶善息、口苦咽乾、目赤眩暈、急躁易怒、肢體震顫、語言不利、手足抽搐等。

11. Nebenniere:

Indikation: Krankheiten des Genitalsystems, asthmatische Atmung, Gelenkschmerzen, Bewegungseinschränkung usw.



腎上腺：適用於生殖系統病症、喘憋及關節疼痛、活動不利等病症。

12. Gallenblase:

Indikation: Schmerzen im rechten Oberbauch, Appetitmangel, Völlegefühl, Stuhlgangstörungen usw.

膽：適用於右上腹疼痛、納呆、腹脹、大便不調等病症。

13. Milz:

Indikation: Völlegefühl, Appetitmangel, Diarrhoe, Mattigkeit, Kältegefühl der vier Extremitäten, Schweregefühl im Bauch, Pollakisurie, blutiger Stuhl, blutiger Urin, muskuläre Blutung, Nasenbluten, Zahnfleischbluten oder Hypermenorrhoe und Zwischenblutung usw.

脾：適用於腹脹食少、便溏、倦怠乏力、四肢不溫、脘腹重墜、便意頻數、便血、尿血、肌衄、鼻衄，或婦女月經過多、崩漏等病症。

14. Niere:

Indikation: Kraftlosigkeit und Schmerzen der Lenden und Knie, Nykturie, Oligurie, Ödeme, Impotenz bei Männern, Unfruchtbarkeit bei Frauen infolge Kälte der Gebärmutter usw.

腎：適用於腰膝酸軟而疼痛、夜尿頻多或尿少而浮腫、男子陽痿、女子宮寒不孕等病症。

15. Querkolon:

Indikation: Völlegefühl und Schmerzen im Oberbauch, Stuhlgangstörungen usw.

橫結腸：適用於上腹部脹滿疼痛、大便不調等病症。

16. Dünndarm:

Indikation: Völlegefühl, Diarrhoe, Bauchschmerzen, Obstipation oder Stuhlgangstörungen usw.

小腸：適用於腹脹、腹瀉、腹痛、便秘，或大便不調等病症。

17. Blase:

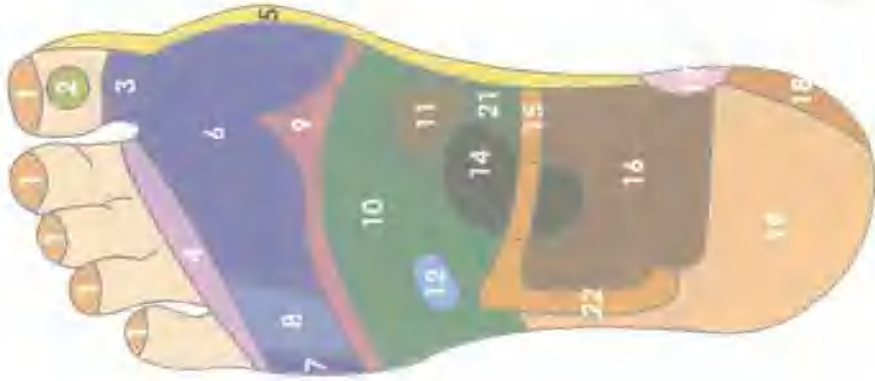
Indikation: gelber Urin, rötlicher Urin, Pollakisurie, Harndrang, Dysurie, Bradyurie, Druckschmerzen des Unterbauches usw.

膀胱：適用於尿黃、尿赤、尿頻、尿急、尿痛、小便不利、小腹脹痛等病症。

18. Steißbein:

Indikation: Kaudalschmerzen und sensorische Störungen usw.





(rechts)



(links)

Projektionszonen der Fußsohle (右)足底反射區(左)

尾椎：適用於尾骶部疼痛和感覺異常。

19. Untere Lendenregion:

Indikation: ziehende Schmerzen der unteren Lendenregion. Begleitende Symptome sind Taubheitsgefühl der unteren Extremitäten und ausstrahlende Schmerzen.

下腰部：適用於腰骶部疲勞酸痛，伴有下肢麻木、寬痛。

20. Magen:

Indikation: Völlegefühl und Druckschmerzen im Bauch, Appetitmangel, Reflux oder Kälteschmerzen im Magen, Erbrechen mit wässriger Flüssigkeit oder intermittierende dumpfe Schmerzen, Magersucht, Müdigkeit oder brennende Magenschmerzen, Polyphagie, Zahnfleischschwellung und -schmerzen, Obstipation usw.

胃：適用於腹痞滿脹痛、厭食、吞酸，或胃脘冷痛、嘔吐清水，或胃痛綿綿、時發時止、體度倦怠，或胃脘灼痛，消谷善饑、牙齦腫痛、大便秘結等病症。

21. Pankreas:

Indikation: Schmerzen im Oberbauch und Dyspepsie usw.

胰：適用於左上腹疼痛、消化不良等病症。

22. Colon ascendens:

Indikation: Völlegefühl und Druckschmerzen im rechten Bauch, Stuhlgangstörungen usw.

升結腸：適用於右腹脹滿疼痛、大便不調。

23. Colon descendens:

Indikation: Obstipation, Schmerzen im linken Bauch, Diarrhoe, blutiger Stuhl usw.

降結腸：適用於便秘、左腹疼痛、腹瀉、便血等病症。

24. Colon sigmoideum:

Indikation: Schmerzen im linken Unterbauch, Diarrhoe oder Obstipation usw.

乙狀結腸：適用於左下腹疼痛、腹瀉或便秘。





Die Projektionszonen des Fußrückens: 足背反射區

25. Lymphe: Diese Zone reguliert Stoffwechselgleichgewicht von Qi, Blut und Körpersäften des ganzen Körpers;
Indikation: Ödeme und Bewegungseinschränkung der vier Extremitäten usw.

淋巴: 調節全身氣血津液的代謝平衡, 適用於四肢腫滿、屈伸不利等病症。

26. Brust und Rücken:

Indikation: ziehende Schmerzen von Brust und Rücken, Bewegungsstörungen usw.

胸背部: 適用於胸背部的疲勞酸痛、運動失調。

27. Oberbauch:

Indikation: Völlegefühl und Schmerzen im Oberbauch, Appetitmangel, Stuhlgangstörungen, Übelkeit, Erbrechen usw.

上腹部: 適用於上腹部脹滿疼痛、納呆食少、大便秘調或惡心嘔吐等病症。

28. Unterbauch und Beckenhöhle:

Indikation: Völlegefühl und Schmerzen im Unterbauch, unregelmäßige Menstruation, Leukorrhoe, Bradyurie, Stuhlgangstörungen usw.

下腹部和盆腔: 適用於下腹部疼痛、脹滿、婦女月經不調、帶下、小便不利、大便秘調等病症。

29. Leistenkanal:

Indikation: Sexualfunktionsstörungen bei Männern und Frauen, Fortpflanzungsstörungen usw.

腹股溝: 適用於男女性功能異常及生殖功能障礙。



Projektionszonen des Fußrückens 足背反射區

Die Projektionszonen der Medial- und Lateralseite des Fußes 足内外緣反射區說明

29. Leistenkanal:

Indikation: Sexualfunktionsstörungen bei Männern und Frauen, Fortpflanzungsstörungen usw.
腹股溝：適用於男性性功能異常及生殖功能障礙。

30. Uterus/Prostata:

Indikation: Sexualfunktionsstörungen bei Männern und Frauen, Fortpflanzungsstörungen usw.
子宮或前列腺：適用於男性性功能異常及生殖功能障礙。

31. Halswirbelsäule:

Indikation: ziehende Schmerzen von Hals und Nacken, Steifhals und Bewegungseinschränkung, Begleitende Symptome sind Kopfschmerzen, Schwindel, Taubheitsgefühl der oberen Extremitäten usw.

頸椎：適用於頸項疲勞酸痛、落枕、活動不利，伴有頭痛、頭暈、上肢麻木等病症。

32. Brustwirbelsäule:

Indikation: ziehende Hals- und Nackenschmerzen, Seitenstechen, Flexions- und Rotations Einschränkung usw.

胸椎：適用於頸項疲勞酸痛、岔氣、屈伸旋轉受限等病症。



Projektionszonen
der Medialseite des Fußes
足内側反射區





33. Lendenwirbelsäule:

Indikation: ziehende Lendenschmerzen, Hexenschuß. Begleitende Symptome sind Taubheitsgefühl der unteren Extremitäten und ausstrahlende Schmerzen usw.

腰椎: 適用於腰部疲勞酸痛、閃腰, 伴有下肢麻木、竊痛等病症。

34. Kaudalregion:

Indikation: Kaudalschmerzen und sensorische Störungen usw.

骶尾: 適用於尾部疼痛和感覺異常。

35. Untere Extremitäten:

Indikation: Schmerzen, ziehendes Gefühl, anspannendes Gefühl, Taubheitsgefühl und Kraftlosigkeit der unteren Extremitäten, Bewegungseinschränkung der Gelenke usw.

下肢: 適用於下肢疼痛、酸脹、麻木、無力、關節活動受限等病症。

36. Nervus ischiadicus:

Indikation: Ischialgie, Taubheitsgefühl der unteren Extremitäten, sensorische Störungen usw.

坐骨神經: 適用於坐骨神經痛、下肢麻木和感覺異常。

37. Genitalien (Ovarium/Spermarium):

Indikation: funktionelle Störungen der Genitalien und Fortpflanzungsstörungen bei Männern und Frauen.

性腺 (卵巢或睪丸): 適用於男女性腺功能異常及生殖功能障礙。



Projektionszonen
der Lateralseite des Fußes
足外側反射區



Projektionszonen der Medialseite des Fußes 足内側反射區





Erklärung der Projektionszonen der Hände

手部反射區說明

Die Projektionszonen der Handfläche 手掌反射區

1. Scheitel: kontralaterale Projektion auf die Hände.

Indikation: Unruhe infolge von Herzkrankheiten, Pavor und Schlaflosigkeit. Manifestation hauptsächlich durch Symptome wie z.B. Herzklopfen, Kurzatmigkeit, Brustbeklemmung, Reizbarkeit, Fassungslosigkeit, unruhiger Schlaf in der Nacht, übermäßiges Träumen, Schwindel, Kopfschmerzen oder verstopfte Nase.

頭頂：在手部呈交叉反射，適用於心病不安，驚悸少眠。主要表現為心慌氣短，胸悶憋氣，心煩意亂，惶惶無措，夜寐不安，多夢紛紜，頭暈、頭痛、鼻塞憋悶。

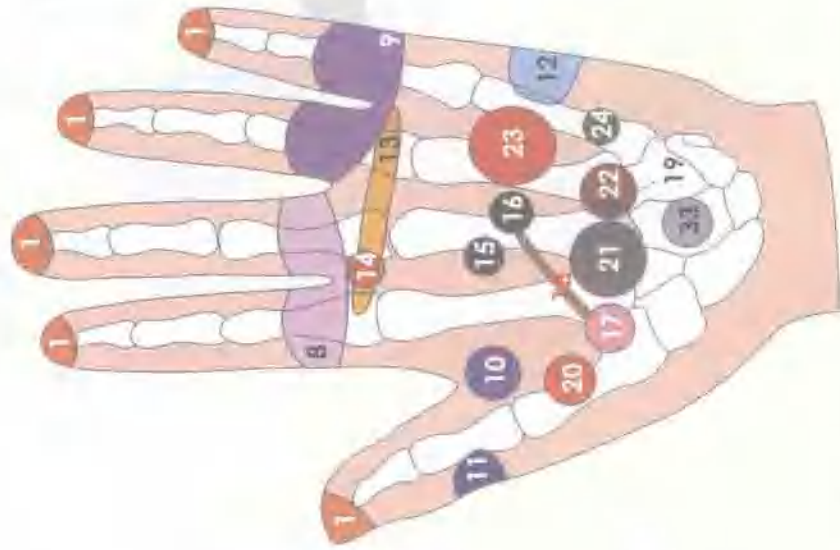
8. Augen:

Indikation: Augenrötung, Tränenfluss, Augenschmerzen, Lichtempfindlichkeit, Asthenopie, verschwommenes Sehen, Augenschwäche usw.

眼：適用於目赤流淚，目痛畏光、目昏、視物模糊、視力疲勞等病症。



Projektionszonen der Handfläche (an der Oberfläche) 手掌反射區（表面）



Projektionszonen der Handfläche
(in der tiefen Schicht)
手掌反射區 (深層)

9. Ohr:

Indikation: Taubheit, Schwerhörigkeit, Tinnitus, Dreh-schwindel usw.

耳: 適用於耳聾、重聽、耳鳴目眩等病症。

10. Thyreoidea 1:

Indikation: Hypothyreose und Hyperthyreose usw.

甲狀腺1: 適用於甲狀腺功能減退、甲狀腺功能亢進等病症。

11. Thyreoidea 2:

Indikation: Hypothyreose und Hyperthyreose usw.

甲狀腺2: 適用於甲狀腺功能減退、甲狀腺功能亢進等病症。

12. Schulter:

Indikation: Schulterschmerzen, Bewegungseinschränkung, Periarthritis humeroscapularis usw.

肩: 適用於肩部疼痛、活動不利及肩周炎等病症。

13. Lunge:

Indikation: Brustbeklemmung, Kurzatmigkeit, Brustschmerzen, Husten und Auswurf usw.

肺: 適用於胸悶氣促、胸痛、咳嗽、有痰等病症。

14. Kardiovaskuläres System 1:

Indikation: Qi-Obstruktion in der Brust, Herzschmerzen,





Kurzatmigkeit, Herzklopfen, schwere Palpitation, Schlaflosigkeit, übermäßiges Träumen, Vergesslichkeit usw.
 心血管1: 胸痹、心痛氣短、心悸、怔忡、失眠多夢及健忘等病症。

15. Nebenniere:

Indikation: Krankheiten des Genitalsystems, asthmatische Atmung, Gelenkschmerzen, Bewegungseinschränkung usw.

腎上腺: 適用於生殖系統病症、喘憋及關節疼痛、活動不利等病症。

16. Niere:

Indikation: Kraftlosigkeit und Schmerzen der Lenden und Knie, Nykturie, Oligurie, Ödeme, Impotenz bei Männern, Unfruchtbarkeit bei Frauen infolge Kälte der Gebärmutter usw.

腎: 適用於腰膝酸軟而痛、夜尿頻多、或尿少而浮腫、男子陽痿、女子宮寒不孕等病症。

17. Blase:

Indikation: gelber Urin, rötlicher Urin, Pollakisurie, Harndrang, Dysurie, Druckschmerzen im Unterbauch usw.

膀胱: 適用於尿黃、尿赤、尿頻、尿急、尿痛、小腹脹痛等病症。



Projektionszonen der Handfläche
 (an der Oberfläche)
 手掌反射區 (表面)

18. Harnleiter:

Indikation: Bauchschmerzen, Pollakisurie, Harndrang, Dysurie usw.

輸尿管: 適用於後腹部疼痛、尿頻、尿急、尿痛等病症。

19. Pankreas:

Indikation: Schmerzen im Oberbauch und Dyspepsie usw.

胰腺: 適用於後上腹部疼痛、消化不良等病症。

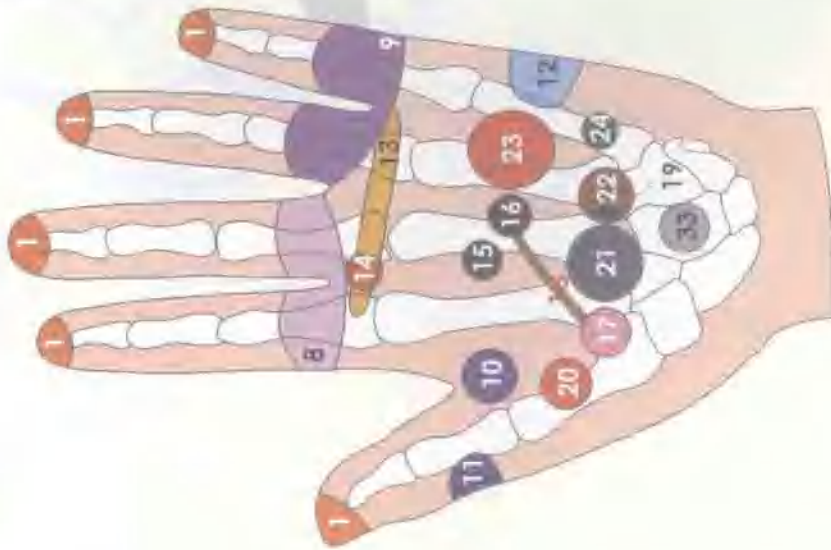
20. Kardiovaskuläres System 2:

Indikation: Qi-Obstruktion in der Brust, Herzschmerzen, Kurzatmigkeit, Herzklopfen, schwere Palpitation, Schlaflosigkeit, übermäßiges Träumen, Vergesslichkeit usw.

心血管2: 適用於胸痹、心痛氣短、心悸、怔忡、失眠多夢及健忘等病症。

21. Magen:

Indikation: Völlegefühl und Druckschmerzen des Bauches, Appetitmangel, Reflux oder Kälteschmerzen des Magens, Erbrechen mit wässriger Flüssigkeit oder intermittierende dumpfe Schmerzen, Magersucht, Mattigkeit oder brennende Magenschmerzen und Polyphagie, Zahnfleischschwellung und -schmerzen und Obstipation usw.



Projektionszonen der Handfläche
(in der tiefen Schicht)
手掌反射區 (深層)

