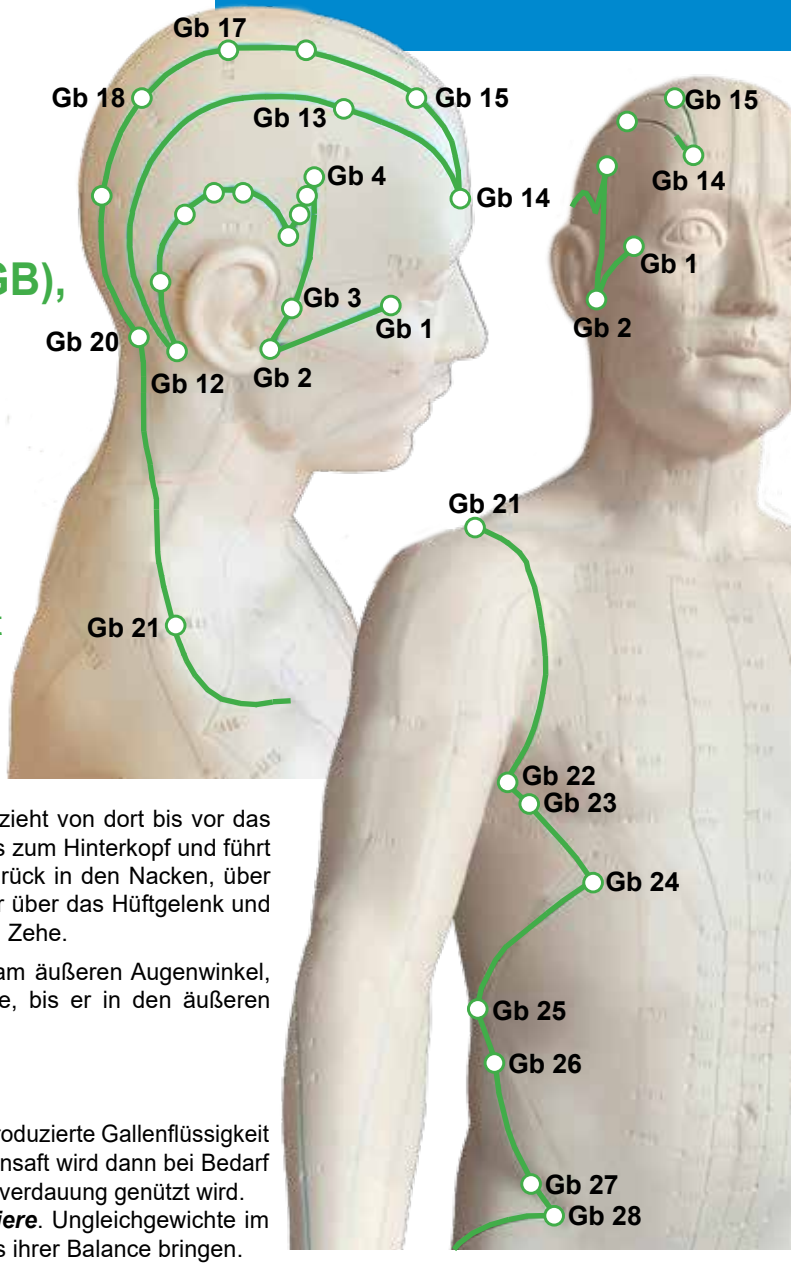
Text und Bilder: Ulrike Icha

Gallenblasen-Meridian (Gb)

Englisch: Gall Bladder Meridian (GB),

Chinesisch: dan-jing



Der Gallenblasen-Meridian ist ein **Yang-Meridian**. Er zählt in der 5-Elemente-Lehre zum **Holz-Element** und steht in enger Beziehung zum Sinnesorgan **Auge (Sehsinn)** sowie zu den **Sehnen** und **Muskeln.** Er ist mit der **Leber** gekoppelt. Seine stärkste Aktivität liegt in der Zeit von **21 bis 23 Uhr**.

Verlauf:

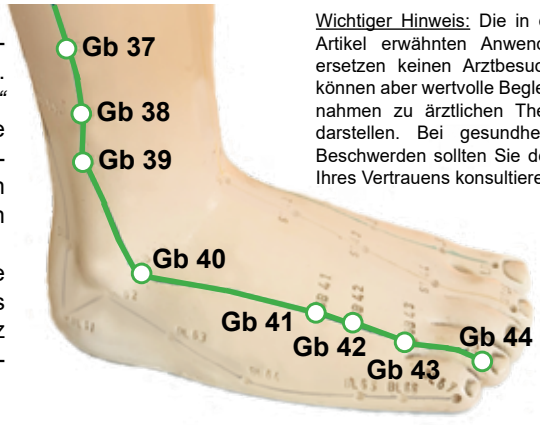
Der Gallenblasen-Meridian entspringt am äußeren Augenwinkel, zieht von dort bis vor das Ohrläppchen zum Kiefergelenk. Er umkreist das Ohr von vorne bis zum Hinterkopf und führt wieder zurück zur Stirn. Nun führt er über den seitlichen Kopf zurück in den Nacken, über die Schulter, an der Seite des Brustkorbs und des Bauches weiter über das Hüftgelenk und entlang der Außenseite des Beines bis zum Nagelfalzwinkel der 4. Zehe.

Der innere Verlauf des Gallenblasen-Meridians beginnt ebenso am äußeren Augenwinkel, verläuft dann jedoch hinunter über Hals, Leber und Gallenblase, bis er in den äußeren Meridianverlauf im Bereich des Hüftgelenks wieder einmündet.

Bedeutung:

Die Gallenblase kooperiert mit der Leber, indem die von der Leber produzierte Gallenflüssigkeit von der Gallenblase aufgenommen und gespeichert wird. Der Gallensaft wird dann bei Bedarf in den Zwölffingerdarm geleitet, wo er für die Unterstützung der Fettverdauung genützt wird.
Laut TCM steht die Gallenblase direkt unter dem ***Einfluss der Niere***. Ungleichgewichte im Funktionskreis Niere können daher auch leicht die Gallenblase aus ihrer Balance bringen. ***Kontrolle der Körperseiten*** und das ***Gleichgewichtsempfinden*** sind aus energetischer Sicht der Gallenblase zugeordnet. Deshalb können wir etwa einseitige Körperschmerzen - zum Beispiel Migräne - einer Imbalance der Galle zuordnen.
Die Gallenblase herrscht außerdem über die Sehnen, indem sie mit ihrer Energie für ***Flexibilität*** und ***Spannkraft*** sorgt - nicht nur auf körperlicher, sondern auch auf seelischer Ebene. Mithilfe einer ausgeglichenen Gallenblasen-Energie können ***Entscheidungen*** leichter getroffen werden und ***Pläne können konsequent bis zum Schluss durchgeführt*** werden. (Die Leber ist für das Schmieden von Plänen zuständig.) Befindet sich dieses Organ also in einem Ungleichgewicht, so äußert es sich in Entscheidungsunfähigkeit, Zögerlichkeit und Unentschlossenheit.

„Gift und Galle spucken“ - Wichtig ist, dass Gallensaft ungehindert fließen kann. Genauso essenziell ist, dass unsere Emotionen fließen können. Wer sich lange Zeit ärgert, dem wird irgendwann die *„Galle hochkommen“* und er wird mit gehässigen Worten *„Gift und Galle spucken“*. Denn die Galle steht auf emotionaler Ebene für *Ärger, Bitterkeit* und *Aggression*. Diese Zustände entstehen, wenn über lange Zeit hinweg immer wieder Gefühle von Wut, Ärger und Verbitterung heruntergeschluckt und unterdrückt wurden und dann als Aggression an die Oberfläche gelangen.
Und Emotionen, die nicht frei fließen dürfen (etwa, weil man nicht wagt, sie zu zeigen oder darüber zu sprechen), können uns im wahrsten Sinn des Wortes „versteinern“. Wer aber *„frei von der Leber weg“* spricht, also ganz offen und frei ausdrückt, was er meint und fühlt, wird selten an Gallensteinen erkranken.



Wichtiger Hinweis: Die in diesem Artikel erwähnten Anwendungen ersetzen keinen Arztbesuch. Sie können aber wertvolle Begleitmaßnahmen zu ärztlichen Therapien darstellen. Bei gesundheitlichen Beschwerden sollten Sie den Arzt Ihres Vertrauens konsultieren.

ACHTUNG! Bei Schwangeren dürfen Akupunkturpunkte des Gallenblasen-Meridians nicht stimuliert werden. Diese Behandlung kann Wehen auslösen.

Indikationen:

Leber- und Gallenprobleme, **Probleme der Sehnen** sowie alle **Störungen, die wir nur auf einer Körperseite wahrnehmen** sowie Störungen im Bereich des Gallenblasen-Meridianverlaufes - etwa **Augenprobleme, Kopfschmerzen, Migräne, Trigeminusschmerzen, Gesichtslähmung, Ohrenprobleme, Nacken-** und **Schultersteife, HWS-Syndrom, Brustschmerzen-** und **-entzündungen, Hüftprobleme, Ischialgie, Arthritis, Beinkrämpfe, Sprunggelenkprobleme.**

Ausgewählte Anwendungen von Akupunkturpunkten lt. TCM:

Gb 1 - „Pupillenspalt“

LOKALISATION:
Äußerer Rand der Augenhöhle.

ANWENDUNG:
Augenprobleme: Grüner Star, Hornhautentzündung, Verkalkung d. Sehnervs; Migräne durch Überanstrengung der Augen, Tics.

Gb 2 - „Treffpunkt des Gehörs“

LOKALISATION:
Kiefergelenk - bei geöffnetem Mund in der Vertiefung.

ANWENDUNG:
Tinnitus, Hörsturz, Menière-Erkrankung, Taubheit, Mittelohrentzündung, Zahnschmerzen.

Gb 8 - „Führendes Tal“

LOKALISATION:
1 Cun oberhalb des höchsten Punktes der Ohrmuschel.

ANWENDUNG:
Migräne, Schwindel.

Gb 12 - „Ganzer Knochen“

LOKALISATION:
Vertiefung über dem Nacken.

ANWENDUNG:
Tinnitus, Kopfschmerzen, Nackensteife, Schlafstörungen.

Gb 14 - „Helles Yang“

LOKALISATION:
Augenmitte - 1 Cun über der Augenbraue.

ANWENDUNG:
Migräne, Kopfschmerzen, Gesichtslähmung, Stirnhöhlenschmerzen.

Gb 20 - „Windteich“, Klugheitspunkt“

LOKALISATION:
Nacken - links und rechts hinauf - Haaransatz (spürbare Mulde).

ANWENDUNG:
„Wind“-Probleme: **FIEBERSENKEND, GRIPPE, GEDÄCHTNISfördernd**, Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Schwindel, Nervenschwäche, Kurzsichtigkeit.

Gb 21 - „Schulterbrunnen“ ALARMPUNKT* für die Gallenblase

LOKALISATION:
Höchster Punkt auf der Schulter.

ANWENDUNG:
Beseitigt Energiestau: Schüttelfrost (hilft, dass sich die Poren öffnen, sodass Schwitzen leichter möglich ist), Nackensteife, Schultersteife, Arm kann nicht gehoben werden, Milchstau.

Gb 30 - „Zurückspringen“

LOKALISATION:
Verbindungslinie - höchster Punkt des Trochanter major und des Kreuzbeines. Die Verbindungslinie wird gedrittelt, der Akupunkturpunkt liegt zwischen dem äußeren und dem mittleren Drittel.

ANWENDUNG:
Hüftschmerzen, Koxarthrose, Ischiasschmerzen, Hexenschuss, Neuropathie d. Beine. Zum Loslassen von Ärger.

Gb 34 - „Yang-Hügel-Quelle“ MEISTERPUNKT** für Sehnen und Muskeln

LOKALISATION:
Am Grübchen vor und unter dem Wadenbeinköpfchen.

ANWENDUNG:
Muskel- und Sehnenprobleme (Muskelkrämpfe, Muskelschwäche, Muskelabbau, Sehnenscheidenentzündung), Ischiasprobleme, LWS-Syndrom, Knieprobleme, Arthritis, Gallenblasen- und Leberprobleme, Bluthochdruck, Ärger, Aggressionen.

Gb 39 - „Aufhängung der Glocke“ MEISTERPUNKT f. d. Knochenmark FERNPUNKT***

LOKALISATION:
3 Cun oberhalb des Fußknöchels (Außenseite).

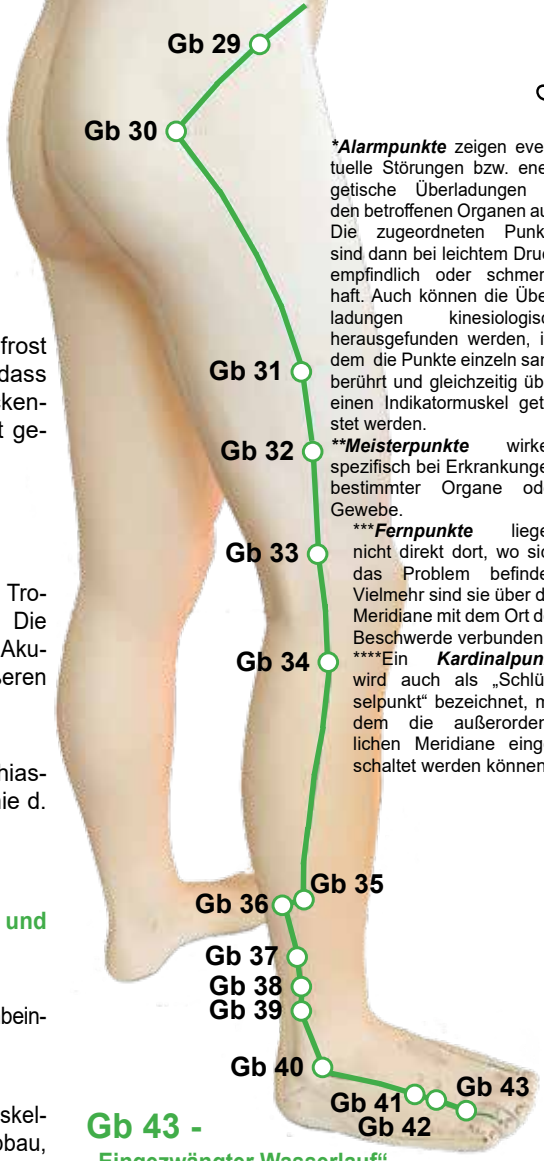
ANWENDUNG:
Knochenmarkprobleme, Blutprobleme, Fernpunkt für HWS-Syndrom, Torticollis (Schiefhals), seitliche Schmerzen im Bereich der Brust oder des Oberbauches.

Gb 41 - „Am Fuß nahe d. Tränen“ KARDINALPUNKT*** FERNPUNKT

Dieser Punkt verteilt die Lebenssäfte im Körper.

LOKALISATION:
Auf der Linie zwischen 4. u. 5. Zehe - auf halbem Weg zw. Zehenspitze u. Knöchel..

ANWENDUNG:
Fernpunkt für Ohrenprobleme (Hörsturz, Tinnitus, Schwerhörigkeit, Menière-Erkrankung), Brustdrüsenentzündung, Laktationsprobleme, Regelschmerzen; Feuchte, geschwollene Füße.



*Alarmpunkte zeigen eventuelle Störungen bzw. energetische Überladungen in den betroffenen Organen auf. Die zugeordneten Punkte sind dann bei leichtem Druck empfindlich oder schmerzhaft. Auch können die Überladungen kinesiologisch herausgefunden werden, indem die Punkte einzeln sanft berührt und gleichzeitig über einen Indikatormuskel getestet werden.

**Meisterpunkte wirken spezifisch bei Erkrankungen bestimmter Organe oder Gewebe.

***Fernpunkte liegen nicht direkt dort, wo sich das Problem befindet. Vielmehr sind sie über die Meridiane mit dem Ort der Beschwerde verbunden.

****Ein Kardinalpunkt wird auch als „Schlüsselpunkt“ bezeichnet, mit dem die außerordentlichen Meridiane eingeschaltet werden können.

Gb 43 - „Eingezwängter Wasserlauf“ FERNPUNKT

LOKALISATION:
Zwischen der 4. und 5. Zehe in Höhe der Grundgelenke (Schwimmhaut).

ANWENDUNG:
Fernpunkt bei Migräne und bei Tinnitus.

Gb 44 - „Yin-Öffnung am Fuß“ NOTFALLSPUNKT

LOKALISATION:
Äußerer Nagelfalz der 4. Zehe.

ANWENDUNG:
Bei akuten Kopfschmerzen, Asthmaanfall, Interkostalneuralgie (Nervenschmerzen zwischen den Rippen).

Quellen: ● Meine Mitschriften aus der TCM-Ausbildung bei der Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin, Wien. 1998 - 2001. ● G. Stux, N. Stiller, B. Pomeranz - Akupunktur, Lehrbuch und Atlas, 5. Aufl., Springer-Verag ● Five Element Emotion Chart, VAK Verlags GmbH ● Modell-Puppe für die Bilder - 3B Scientific GmbH. Deutschland

Ulrike Icha
Kinesiologie, Lebens- u. Sozialberatung, Dunkelfeldmikroskopie
Ausbildungen und Einzeltermine, Buchautorin

Tel.: 0680 218 52 15
ulrike.icha@utanet.at
Flurschützstr. 36/12/46, 1120 Wien
www.phoenixhealing.at