

Akupressur & Tuina:

Akupressur und Tuina gehören zu den Methoden der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Ähnlich wie die Physiotherapie zu der westlichen Medizin. Der Begriff Akupunktur sagt dir sicher etwas. Akupressur ist ähnlich, nur ohne stechen mit Nadeln. Nach ein paar Behandlungen mit Akupressur, kann ich sanft deine Beschwerden auflösen oder lindern. Alles durch den Druck, den ich auf die Punkte auf den Meridianen deines Körpers ausübe oder auf deine schmerzhaften Punkte. Hilft signifikant bei Rückenschmerzen, Tennisarm, Schulter- Nacken- Schmerzen, Asthma, Heuschnupfen, Erkältung, Verstopfung, Kniebeschwerden, Fussbeschwerden, Übergewicht, regt Stoffwechsel an usw.

Durch Tuina bewege und massiere ich deine Muskeln. Damit löse ich ebenfalls die Blockaden, die du hast. Wie du siehst, es ist keine Wellness- Behandlung, bei der du einschlafen kannst, denn ich brauche fortlaufend dein Feedback. Dafür aber wird dein akutes Problem weniger.

Weitere Methoden, die ich anwende, sind Schröpfen und Gua Sha. Diese entfernen sehr effizient den Schmerz, den du aktuell hast. Oder zumindest, fast. Wenn du dich regelmässig, prophylaktisch behandeln lässt, kannst du weitgehend schmerzfrei sein.

Beim Schröpfen werden die Schröpfgläser unter Vacuum auf deinen Rücken angelegt und damit wird die Hitze herausbefördert, an den betroffenen Stellen. Du hast Schmerzen, weil da ein Prozess stattfindet und Hitze erzeugt. Diese wollen wir draussen haben. Noch effektiver schafft man dies anschliessend mit Gua Sha, wobei ich mit speziellem Löffel über deine Haut schabe, was aber nicht schmerzhaft ist.

Oben habe ich aufgezählt, wobei diese Methoden helfen. Es kann sein das deine Krankheit fortgeschritten ist und die Therapie der westlichen Medizin unerlässlich ist. Die Möglichkeiten der westlichen Medizin sind genial! Nütze sie! Ich bin ein grosser Fan der Wissenschaft. Vergiss trotzdem nicht, alles was dir zu Verfügung steht einzusetzen, um deinen Gesundheitszustand zu verbessern. Naturheilkunde hat wirkungsvolle Instrumente, die einen grossen Beitrag dazu leisten können.