

Tuina-Massage

Tuina oder auch Chinesische Heilmassage, ist die älteste Therapiemethode in der medizinischen Geschichte Chinas. Diese Behandlung bietet mit ihren speziellen Massagegriffen und Akupressur eine wunderbare Möglichkeit jegliche Art von Beschwerden am Bewegungsapparat zu behandeln und innere Krankheiten positiv zu steuern. Ergänzend dazu können Moxa (Wärmeanwendung) oder Schröpfen miteinbezogen werden.

Akupressur

Die Akupressur orientiert sich wie die Akupunktur nach der Lehre der Chinesischen Medizin. Die Punkte auf dem Körper werden auf den Meridianen entsprechend den Grundlagen von Yin und Yang stimuliert. Die Aktivierung der Punkte erfolgt entweder mit dem Finger tonisierend/sedierend je nach Befund oder auch mit einem dafür eigenen Metall- oder Holzstäbchen.

Akupunktur

Die bestbekannte Methode bei uns ist wohl die Akupunktur. Mit feinen Nadeln werden ausgewählte Punkte am Körper stimuliert. Diese Impulse werden über das Nervensystem weitergeleitet und veranlassen so unseren körpereigenen Chemiehaushalt entsprechend zu reagieren um die Genesung zu fördern. Eine interessante und hilfreiche Methode, die von der WHO für verschiedene Krankheiten als nützlich geprüft und deklariert ist.

Ernährung nach TCM

Die Ernährungslehre in der Chinesischen Medizin bezieht sich auf die thermische Wirkung von Nahrungsmitteln und basiert auf der Theorie der 5-Elemente. Anders ausgedrückt „Der Mensch ist was er isst“ ist und bleibt individuell richtig und sollte vorbeugend gelebt werden können und bei Krankheit als sehr hilfreiches Mittel zur Genesung miteinbezogen werden.

Kinder Tuina – Er Xiao

Kinder sprechen schnell und gut auf diese Behandlung an, unter der Voraussetzung, dass bei akuten Geschehen die tägliche Anwendung einzelner Techniken durch die Eltern gemacht wird; diese Techniken sind einfach zu erlernen angeleitet vom Therapeuten. Bei chronischen Gesundheitsstörungen ist eine zukunftsweisende Optimierung einzelner Lebensbereiche positiv und wird zusammen mit den Körperbehandlungen Schritt für Schritt verfolgt.

Fussreflexzonen/Reflexologie

Ist eine Methode, die ihre Wurzeln ebenfalls im alten China hat und im Westen weiterentwickelt wurde. Ueber Reflexzonen an Händen, Füßen, Ohren und Bauch werden Impulse ausgelöst, die über den Reflexbogen eine Stimulierung der entsprechenden Organen auslöst. Eine wohltuende Behandlungsart für schwangere Frauen. Begleitend bei psychosomatischer Indikation oder Suchterkrankungen.

