

Gemeinschaftspraxis in Frick

«Shiatsu» und «Traditionelle Chinesische Medizin» werden immer wichtiger

Chinesische Medizin/Akupunktur

Die chinesische Medizin (CM) stützt sich auf fünf Behandlungssäulen: Akupunktur, Arzneikräuter, Ernährung, Tuina-massage und Qi Gong. Weiterhin gehören verschiedene Techniken dazu, wie Moxa (Behandlung mit Wärme), Schröpfen, Gua-Sha-Massage, Stimulation der Nadeln mit elektrischen Impulsen und Ohrakupunktur.

In der CM gilt man als gesund, wenn Energie (Qi) und Blut frei in ihren Leitbahnen zirkulieren können. Schmerzen entstehen oft aus Stagnationen von Qi oder Blut, also wenn diese nicht richtig fließen. Wenn Qi-oder Blutmangel besteht, können verschiedenste Krankheiten entstehen. Behandeln kann man mit chinesischer Medizin nicht nur Schmerzen, sondern auch Müdigkeit, Schlafstörungen, Frauenbeschwerden, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, Heuschnupfen, Asthma und vieles mehr.

In der TCM Praxis in Frick steht auch ein modernes Lasergerät zur Verfügung, welches mit sehr guten Erfolgen bei Entzündungen und Schmerzen im Bewegungsapparat (beispielsweise Sehnen-scheidenentzündungen, Tennisellenbogen), Nervenschmerzen (zum Beispiel Trigeminusneuralgie), bei Sportverletzungen (Prellungen, Muskelzerrung) oder einfach nur bei Angst vor Nadeln verwendet wird.

«Shiatsu» – Kunst des Berührens

Das Wissen um das Meridian-System und die gezielte Arbeit mit Massage, um die Lebenskraft Chi zu stimulieren und Blockaden zu lösen, ist mehrere 1000 Jahre alt.

Der japanische Begriff «Shiatsu» heisst wörtlich übersetzt «Finger-Druck». In der Behandlung, die am Boden auf einem weichen Futon stattfindet, wird also vorwiegend mit Daumen und Händen, aber auch mit Ellbogen und Knien in fließen-



健
吉
力
智
胆



Annett Kopp (links), Naturärztin NVS, und die Shiatsu-Therapeutin SGS, Eva Scheurer (rechts), therapieren in der Gemeinschaftspraxis in Frick an der Hauptstrasse 69

Fotos: zVg

den Bewegungen sanfter Druck auf die Meridiane ausgeübt. Je nach Indikation werden weitere Techniken dazugenommen: Rotation der Gelenke, kneten, rollen, dehnen und vibrieren bestimmter Körperstellen. Damit werden Blockaden und Spannungen gelöst, schwache Stellen angeregt, die natürlichen Selbstheilungskräfte stimuliert, der Energiehaushalt harmonisiert und die körperlich-seelische Ausgeglichenheit gefördert. Jede Behandlung bedingt vorgängig eine energetische Analyse, die laufend fortgesetzt und in die Anwendung integriert wird.

Eine «Shiatsu-Therapie» ist insbesondere für folgende Beschwerdebilder angezeigt: Körperliche, psychosomatische und seelische Beschwerdebilder: Anhaltende, akute Verspannungsschmerzen (Rücken, Kopf, Kreuzbereich); beeinträchtigende, nervöse Beschwerden (Schlafstörungen, Rastlosigkeit, Zu-

ckungen); vegetative Störungen (Bauchbereich, Magen); Gelenkbeschwerden (Schmerzen infolge von Versteifungen, Rheuma, entzündlichen Prozessen); dauerhafte Müdigkeit, Mattigkeit, Er-

schöpfung, Energielosigkeit; Depressivität, dauerndes Sich-Sorgen, Angstzustände, Überreiztheit; Menstruationsprobleme, Schwangerschaftsbeschwerden.

Gemeinschaftspraxis in Frick

Annett Kopp, Naturärztin NVS, Diplom der TCM in Akupunktur und Phytotherapie, Ausbildung in westlicher Phytotherapie; Studienaufenthalt in China; zehnjährige Erfahrung in Akupunktur; sieben Jahre eigene Praxis; Mitglied in NVS, SBO-TCM, EMR; Krankenkassenerkennung über Zusatzversicherung.

Für Fragen oder Termine, Telefon 062 871 37 17 oder E-Mail: akupunktur.kopp@bluewin.ch

Eva Scheurer lebt in Linn auf dem Bözberg, ist verheiratet und hat zwei «fast» erwachsene Söhne; Ausbildung zur Shiatsu-Therapeutin SGS an der KO-SCHULE in Zürich, laufende Weiterbildung in Shiatsu, Ernährung, Psychosomatik; Ausbildung zur Pilates-Trainerin; seit 2005 in der Gemeinschaftspraxis in Frick tätig; Krankenkassen- anerkannt.

Für Fragen und Termine, Telefon 056 442 53 02