Westliche Kräuter TCM

In der Kräutertherapie West-TCM werden unsere gebräuchlichen Heilpflanzen nach den Kriterien der TCM eingesetzt. Das bedeutet, dass jedes Kraut nach Geschmack, Temperatur und Organbezug klassifiziert wird. Daraus werden gezielt ihre Funktionen und Wirkungen abgeleitet. Die Kräuterrezepturen werden in Form von alkoholischen Auszügen, Spagyrik oder als Tee eingenommen.

人

Shonishin

Shonishin ist eine Methode, die vor ca. 250 Jahren in Japan speziell für Kinder entwickelt wurde. Kinder mögen in der Regel keine Nadeln. Aus dieser Erkenntnis wurde Shonishin entwickelt. Die erwünschte Stimulierung wird durch drückende, reibende, klopfende oder leicht kratzende Reize mit kleinen, runden Instrumenten erzielt. Ziel der Behandlung ist, den Qi-Fluss zu harmonisieren und damit die Entwicklung, Vitalität und Konstitution des Kindes zu stärken.

人

Die TCM ist besonders geeignet bei:

- Magen- und Darmerkrankungen
- Atemwegserkrankungen
- Kinderkrankheiten
- Hautkrankheiten
- Psychologische Probleme
- Schmerzen (Migräne, Rückenschmerzen)
- Frauenkrankheiten
- Allergien/Schlafstörungen
- Blasenentzündungen

人

Dominika Muller

Praxis für Chinesische Medizin und Shiatsu

Dipl. Akupunkteurin und Diätistin SBO-TCM
Dipl. Shiatsutherapeutin
Dipl. Phytotherapeutin TCM-West

Akupunktur | Ernährung TCM | Shiatsu |
Kräutertherapie West-TCM

Reichsstrasse 19, CH-6430 Schwyz

Telefon 041 810 23 11
dominika@tcmpraxis.ch
www.tcmpraxis.ch

Krankenkassenanerkennung über die Alternativzusatzversicherung

德明 妮嘉

dominika müller 健康

PRAXIS FÜR CHINESISCHE MEDIZIN UND SHIATSU

Dipl. Akupunkteurin u. Diätistin SBO-TCM
Dipl. Shiatsutherapeutin,
Dipl. Phytotherapeutin TCM-West

Akupunktur, Ernährung TCM, Shiatsu,
Kräutertherapie West-TCM

«Das Hochste in der Heilkunst kann erreicht werden, wenn es Einheit gibt»

Einfuhrung in die Traditionelle Chinesische Medizin

人

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist ein umfassendes Medizinsystem, welches im Laufe der letzten 2500 Jahre entwickelt wurde. Die Gesundheit hängt vom Gleichgewicht zwischen Yin und Yang ab. Das Zusammenwirken von Yin und Yang lässt Qi (Lebensenergie) entstehen.

Ein Ungleichgewicht von Yin und Yang sollte möglichst früh erkannt werden, bevor eine Krankheit entstanden und bereits in ein fortgeschrittenes Stadium getreten ist. Die TCM hat dazu über die Jahrtausende ein vielfältiges Diagnoseverfahren entwickelt. Es werden die Zunge betrachtet, der Puls gefühlt, der Patient wird befragt und seine Gesamterscheinung (z.B. die Gangart) wird beobachtet. Anhand dieser Informationen wird eine individuelle Therapie zusammengestellt.

Akupunktur

Das Qi fliesst im ganzen Körper durch ein komplexes Leitbahnsystem, welches die Körperteile miteinander verbindet. Die freie Zirkulation des Qi ist für das Gleichgewicht im Körper notwendig. Durch das Einstechen von feinen Nadeln an spezifischen Punkten auf dem Leitbahnsystem werden Blockaden gelöst, die Selbstheilungskräfte im Körper mobilisiert und somit kann das innere Gleichgewicht wieder hergestellt werden.

人

Moxibustion

Die Akupunkturpunkte werden durch das Abbrennen von Beifuss (Artemisia vulgaris) erwärmt. Durch die Wärme können Stagnationen gelöst werden.

人

Schropfen

Beim Schröpfen werden die Punkte mit Schröpfgläsern stimuliert. Durch das erzeugte Vakuum wird der Qi-Fluss verstärkt und so Schmerzen und Verspannungen gelöst. Die Schröpftherapie eignet sich vor allem für die Behandlung der äusseren Schichten wie Muskel und Haut.

人

Shiatsu

Shiatsu bedeutet Finger-Druck. Diese ganzheitliche Massage entstammt der japanischen Philosophie. Shiatsu ergänzt die Traditionelle Chinesische Medizin auf eine ideale Weise. Die körperliche und psychische Befindlichkeit geben Auskunft über die Verteilung und den Fluss des Qi. Shiatsu schafft und erhält die Balance des Qi. Die Behandlung wird am bekleideten Körper auf einer weichen Unterlage (Futon) wird mit Daumen, Handfläche, Ellbogen und Knie entlang der Meridiane gearbeitet. Zusätzlich werden Dehnungen und Rotationen in den Behandlungsablauf eingebaut.

人

Gua Sha

Gua Sha (Gua = schaben/streichen, Sha = Hautreaktion) ist eine einfache Technik, die in Asien von Therapeuten wie auch von der Bevölkerung angewendet wird. Bei Gua Sha wird die Haut mittels eines rundkantigen Instrumentes strichweise unter Druck gesetzt. Dadurch wird der Stoffwechselprozess angeregt und die oberflächlichen Gewebe und Muskeln werden für das Qi wieder durchgängig gemacht.

人

Ernahrung Traditionelle Chinesische Medizin

Seit den Anfangszeiten der Traditionellen Chinesischen Medizin werden die Ernährung und Essgewohnheiten in die Behandlung miteinbezogen. Wie die Kräuter werden alle Nahrungsmittel gemäss ihrer Temperatur (kalt, kühl, neutral, warm, heiss), ihrem Geschmack (bitter, süss, scharf, salzig, sauer) und ihrer Wirkrichtung klassifiziert. So besitzen beispielsweise im Winter wärmende Speisen und Gewürze eine unterstützende Wirkung auf den Organismus, während die kühlenden Sommernahrungsmittel (Rohkost) das Verdauungsfeuer schwächen. Einseitige Diäten werden durch den ganzheitlichen Aspekt der Chinesischen Medizin vermieden. Eine vielseitige Ernährungsweise zeichnet diese Therapieform aus.

REICHSSTRASSE 19 | 6430 SCHWYZ | DOMINIKA@TCMPRAXIS.CH | 041 810 23 11