

## **ETE: Einführung in T.C.M. für Erwachsene (Schröpfen, Akupressur, Guasha)**

Die Akupressur als Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin eignet sich gut zur Beeinflussung von Muskeltonus.

Mit dieser Tonusregulierung können Schmerzen und Verspannungen im Bewegungsapparat gelindert werden. Über Akupressur-Punkte bzw. Reflexzonen am Rücken verändern wir das Innere/Vegetativum des Körpers.

Gua Sha ist eine manuelle medizinische Behandlungsmethode aus Asien, mit der das Bindegewebe (Muskeln, Sehnen, Knochen, Faszien,...) bei Schmerzen und Stauungen rasch erfolgreich behandelt werden kann.

Entsprechende Ernährung (5 Elemente) bzw. Lebenspflege beeinflusst das energetische System und kann in die westliche Medizin integriert werden.

Gemeinsam wollen wir Fallbeispiele aus der Praxis besprechen.

### **Indikationen:**

- Schmerz-Syndrome (Bewegungsapparat)
- Verspannungen, Nacken-Hartspann
- Alte Traumatas
- Gelenk-Kontrakturen
- Erschöpfungs-Syndrome, Stress-Symptome
- Vegetative Störungen: Übelkeit, Obstipation, Diarrhö
- Atembeschwerden
- Schlafstörungen
- Allgemeine Unruhe, Angstgefühle

### **Kursinhalte:**

- Grundlagen der Chinesischen Medizin (Qi, Yin/Yang)
- Ernährung nach den 5 Elementen (Wandlungsphasen)
- Am Körper die Meridianverläufe er-tasten (Anatomie/Physiologie)
- Erlernen der Akupressur-Technik (wichtigste Fern-Nah, bzw. Notfall-Punkte)
- Schröpf-Techniken z.B. am Rücken (Reflexzonen)
- Ausprobieren der Gua Sha-Methode - eine alte, einfache Schabe-Technik (auf der Haut) - schnell und effektiv!
- Fallbeispiele (Theorie und Praxis)

### **Zielgruppe:**

Ergotherapeuten, Physiotherapeuten, Logopäden, Erzieher, Pflegefachkräfte, Ärzte

### **Referentin:**

Simone Bouillet

Physiotherapeutin, Kinder-Therapeutin, Manualtherapeutin, Heilpraktiker



Schulungen

**Simone Bouillet**