

Information zum Schröpfen & GuaSha



Beim Schröpfen wird Luft in den sogenannten „Schröpfgläsern“ kurz erhitzt und die Gläser sofort auf die Haut gesetzt. Durch das Erhitzen entsteht ein Vakuum und die Gläser saugen sich fest. Die behandelten Stellen werden durch das Schröpfen stark stimuliert und es werden „Wind“ und „Kälte“ aus dem Körper ausgeleitet.

Das Schröpfen ist in der Regel schmerzlos, hinterlässt jedoch oft an den behandelten Stellen deutliche „blaue Flecken“. Diese verschwinden nach einigen Tagen wieder von alleine.

GuaSha hat die gleiche Wirkung, nur wird mit einem «Schaber» mit Druck über die entsprechende Körperstelle gestrichen.

Wichtige Hinweise nach dem Schröpfen / GuaSha

Gibt es Stagnationen im Körper, so wird die behandelte Stelle eine Reaktion zeigen. Von leichten Petechien (rote Punkte) bis starke rote bis violetten Flecken.

Die «Tür» der Hautoberfläche wurde geöffnet, d.h Stagnationen aus der Tiefe wurden bewegt und können über die Oberfläche ausgeleitet werden. Da die Poren offen sind und der umgekehrte Weg stattfinden kann, dass pathogenen Faktoren von aussen ins Körperinnere gelangen können, sollten Sie in den nächsten 24 Stunden folgendes beachten:

Halten Sie sich warm, nicht im Durchzug stehen, frieren oder schwitzen. Idealerweise nicht duschen oder ins Bad. Tragen Sie keine Wärmende Creme oder Lotionen auf.

Vermeiden Sie heute Anstrengungen wie z.B Sport, Sauna....

Die «blauen Flecken» können sich anfangs etwas wund anfühlen, erholt sich aber von selbst innerhalb von 1-3 Tagen.

In dieser Zeit sollten Sie die «blauen Flecken» vor Sonne schützen, bitte auch nicht ins Solarium gehen.

Einsatzgebiete für Schröpfen / GuaSha

Durchblutungsstörungen

Erkältung

Schmerzhaften Verhärtungen des Gewebes, Muskelverspannungen

Asthma bronchiale

Menstruationsbeschwerden

Rheumatischen Beschwerden

Erkrankungen der Verdauungsorgane

Erschöpfungszustände

Entgiftungskur / Rauchstopp