

## Schröpftherapie (Cupping)

- Bei der Schröpftherapie wird ein Glaszylinder, in welchem ein Vakuum erzeugt wird, auf verschiedene Meridianpunkte des Körpers platziert.
- Durch das Vakuum werden die Muskeln und die Haut stimuliert und Giftstoffe aus dem Körper abgeleitet. Ebenso wird die Durchblutung bis in die tieferen Hautschichten merklich angeregt und Muskelverspannungen effizient gelöst.
- Nach der traditionellen chinesischen Medizin werden viele Krankheiten und chronische Beschwerden durch die Ansammlung von Giftstoffen im Körper herbeigeführt. Das Schröpfen führt diese Giftstoffe aus dem Körper ab und sorgt so für eine rundum bessere Gesundheit.
- Die Verfärbung der Haut von leichtem rot bis zu einem dunklen violett zeigt die abgeführten Giftstoffe an. Je dunkler die Flecken desto notwendiger war die Therapie an der entsprechenden Stelle.
- Nach 2-3 Therapiesitzungen wird die Verfärbung der Haut bereits klar erkennbar abnehmen. Dies zeigt an, dass der Patient an den entsprechenden Stellen eine deutliche Milderung seiner Beschwerden erfahren sollte.

### Behandlungsziele und Nutzen des Schröpfens

1. Fördert die Durchblutung
2. Regt das Lymphsystem an und stärkt so das körpereigene Immunsystem
3. Stimuliert das Nervensystem
4. Hilft bei der Linderung von Schmerzen, Verspannungen und Muskelbeschwerden
5. Bringt den Körper ins Gleichgewicht und macht ihn so stärker und leistungsfähiger
6. Reduziert vorhandene Entzündungen

### Nach der Schröpftherapie

1. Trinken Sie in den ersten 24 Stunden nach der Behandlung möglichst viel Wasser bei Raumtemperatur. Das warme Wasser hilft dem Körper zusätzlich, Abfallstoffe leichter abzuführen. Vermeiden Sie es, sehr kalte Getränke zu trinken.
2. Duschen Sie nach der Schröpftherapie nicht zu lange und reinigen Sie die geröteten Körperstellen nicht zu intensiv.
3. Halten Sie Ihren Körper angenehm warm. Vermeiden Sie kalte Duschen oder stark klimatisierte Räume.
4. Gönnen Sie sich wenn möglich ein paar Stunden Ruhe. Das Schröpfen kann in den ersten Stunden nach der Behandlung zu merklicher Müdigkeit führen.
5. Das Schröpfen kann Flecken auf der Haut verursachen, die erst nach 4-5 Tagen komplett verschwinden. Dies ist normal und kein Grund zur Sorge. Die unterschiedlichen Farben der Flecken (von leichtem rose bis zu einem dunklen violett) weisen auf unterschiedlich starke Ansammlung von Giftstoffen an der jeweiligen Körperstelle hin.
6. Manche Menschen haben am nächsten Tag leichte Schmerzen an den entsprechenden Körperstellen. Dies ist ebenfalls normal. In sehr seltenen Fällen kann leichtes Fieber auftreten. Nehmen Sie dann ein entsprechend fiebersenkendes Grippemedikament ein.

### Krankheiten und Zustände, die mit der Schröpftherapie behandelt werden können

- Muskelverspannungen
- Chronische Muskelschmerzen
- Nacken-, Schulter-, Rücken- und Hüftschmerzen
- Gelenkschmerzen (Arthralgie)
- Grippe-symptome und Erkältungen
- Schlaflosigkeit
- Angstzuständen und Depressionen
- Menopausen- und Menstruationsbeschwerden
- Bluthochdruck
- Kopfschmerzen und chronische Migräne
- Lähmungen
- Krampfadern
- Verstopfung und andere Magen-Darm-Probleme
- Steifen Schultern
- Eingesunkenen Schulterblättern
- Vergrösserte Prostata
- Sexuelle Dysfunktion

### Zustände, bei welchen eine Schröpftherapie nicht angewandt werden sollte

- Hohes Fieber
- Schwerwiegende Muskelkrämpfe
- Schwangerschaft bis zum 4. Monat
- An Stellen mit latenten Hautkrankheiten oder Hautinfektionen
- Bei Patienten mit Krebs oder Leukämie

### Vorbereitung vor dem Schröpfen

1. Essen Sie ca. 1-2 Stunden vor der Schröpftherapie
2. Liegt eine akute Erkrankung vor, können die Medikamente weiterhin wie gewohnt eingenommen werden. Informieren Sie uns aber vor der Behandlung darüber.
3. Sollten Sie während der Behandlung starke Schmerzen verspüren, informieren Sie uns umgehend darüber.

### Verfärbung und deren Bedeutung

-  Leichtes Rosarot  
Gute Gesundheit und Durchblutung
-  Rot-Lila (mässige Stagnation)  
Müdigkeit, leichte Muskelschmerzen
-  Dunkles Rot (deutliche Stagnation)  
Durchblutungsstörung, Muskelschmerzen
-  Blässe  
Qi- und Blutmangel, chronische Müdigkeit
-  Violett mit Blutflecken  
Anhäufung von Toxinen, Körper im Ungleichgewicht

