

Bowen und das Meridiansystem

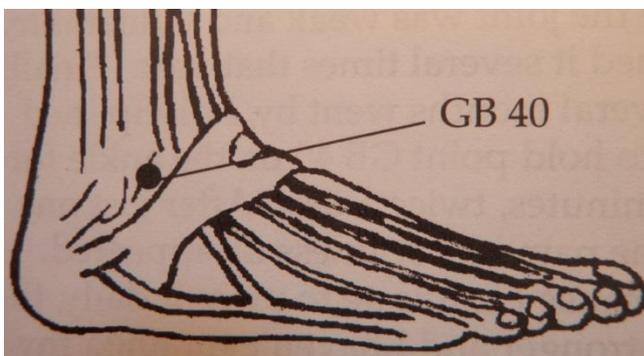
Wenn die Bowen-Griffe Akupunkturpunkte treffen

Von Amichay Saller-Fischbach

Am Anfang der Sommerzeit beginnen viele unsere Praxisbesucher, in die Natur zu gehen, Sport zu machen und sich nach einer langen Winterpause zu bewegen. Sie suchen uns häufig wegen Gelenksverletzungen auf, die durch die - im Vergleich zum Winter- intensive, vermehrte Belastung der Gelenke auftreten. Eines der am meisten betroffenen Gelenke ist das Fußgelenk. Verletzungen im Fußgelenksbereich treten sehr häufig während dem Laufen, Wandern oder Klettern durch eine Distorsion (Verstauchung) der Sehnen auf. Das führt häufig zu Gelenksschwellung, starken Schmerzen, Funktionseinschränkung und Gehbehinderung, die sich über eine sehr lange Zeit strecken können. Auch wenn sich die Schwellung zurückbildet, persistieren die Schmerzen über lange Zeit bei jeder Bewegung des Gelenks.

Eine andere häufige Gelenkskrankheit, die das Gelenk chronisch befällt, ist die Fußgelenksarthrose. Arthrose tritt meistens bei älteren Menschen auf, kann aber in jedem Alter vorkommen. Die Abnutzung und der Abbau des Knorpelgewebes im Gelenk stehen dabei im Vordergrund. Das Gelenk versteift sich langsam und die Bewegungen schmerzen bzw. werden eingeschränkt.

Bei der Bowen- Behandlung des Fußgelenks liegt auf den Griffen 2(a) und 2(b) ein Akupunkturpunkt - Gallenblase 40 – „Qiuxu“ – übersetzt „Hügelruinen“. Dieser Punkt wird in erster Linie für Schmerzen, Schwellungen und Bewegungseinschränkung im Bereich des Malleolus lateralis angewendet. Außerdem wird dieser Punkt häufig bei LWS-Schmerzen, Ischialgie und einseitigen Kopfschmerzen - bzw. Migräne, die im Verlauf der Gallenblasenleitbahn auftreten (Kopfseite: Schläfenbein, Keilbein, Jochbein) - verwendet. Dadurch, dass die Gallenblasenleitbahn den seitlichen Aspekt des Körpers durchströmt, wird dieser Punkt auch bei Schmerzen in der seitlichen Rippenregion und bei seitlichen Hüftschmerzen stimuliert.



Gallenblase 40 – Qiuxu –
Hügelruinen

Punktlokalisierung: Am lateralen Sprunggelenk, in einer Vertiefung anterior und inferior des Malleolus lateralis.

Ich möchte euch alle inspirieren, GB40 bei den oben genannten Beschwerden bewusst und gezielt einzusetzen und eventuell mit dem Massagenölröller am Ende der Behandlung zu stimulieren.

Wir informieren euch mit großer Freude, dass auf Wunsch vieler Kursbesucher ein neuer Kurs über Ernährung ab 2015 angeboten wird:

„Ernährung: Die Achse zwischen Gesundheit und Genuss“

Ein Kurs voller Geschmack über Ernährung mit Schwerpunkt auf die „Ernährung nach den fünf Elementen“. Gesunde, ausgewogene Ernährung ist zu einem sehr wichtigen und großen Thema in unserer heutigen Zeit geworden. Noch mehr als früher ist es wichtig geworden, unseren Praxisbesuchern Ernährungsleitlinien zu geben und die Genesung dadurch zu unterstützen.

Genussvoll wird gelernt, wie Kochen und Ernährung therapeutisch verwendet werden können. Zutaten wie Gemüse, Obst, Kräuter, Getreide und pflanzliche und tierische Eiweißlieferanten werden nach ihrem Geschmack, ihrer gesundheitlichen Wirkung und möglichen Kombinationen erkundet.