

SCHRÖPFEN – EIN TRADITIONELLES NATURHEILVERFAHREN

Durch die Schröpftherapie wird mittels eines Vakuums über die Haut, einerseits die Muskulatur entlastet und andererseits durch die Aktivierung der Reflexzonen auch die inneren Organe beeinflusst.

Schröpfen zählt zu den klassischen Ausleitverfahren der Naturheilkunde.

WIRKT GUT BEI

- Muskelverspannungen aller Art
- «Hexenschuss»
- Karpaltunnelsyndrom
- Reflektorische Wirkung auf innere Organe zum Beispiel
 - Asthma bronchiale
 - Bluthochdruck
 - Verdauungsbeschwerden
 - Wechseljahrbeschwerden
 - PMS
 - Liste nicht abschliessend...

- Während oder nach der Massage um «Hotspots» zu entschärfen und das Gewebe zu entspannen, damit die folgende Massage intensiver wirkt.

RELATIVE KONTRAINDIKATIONEN

Es gibt einige Einschränkungen, bei denen auf das Schröpfen verzichtet wird zum Beispiel bei

- akut entzündeten Hautarealen
- allergisch veränderten Hautarealen
- bei Gerinnungsstörungen oder Einnahme von Blutverdünnern, weil
 - erhöhte Blutergussneigung (Hämatome)
 - kein blutiges Schröpfen (Blutgerinnungsstörungen)
- in der Schwangerschaft
- bei schweren Herzerkrankungen
- generalisierte Ödeme

WIE SIEHT DAS AUS?



TROCKEN SCHRÖPFEN



BLUTIG SCHRÖPFEN

UND DIE...



...SCHRÖPFMASSAGE

DIE WIRKUNG DES SCHRÖPFENS

Ziel ist, schädliche oder krankmachende Stoffe aus dem Körper zu entfernen. Geschöpft wird meist mit mehreren Gefässen, in denen mittels Vakuumpumpe oder Feuer im Kunststoff- beziehungsweise Glasgefäss ein Unterdruck erzeugt wird.

Durch den Unterdruck hebt sich die Oberhaut von den tiefergelegenen Schichten ab. Dadurch wird die Durchblutung des Gewebes angeregt, der Lymphstrom aktiviert und tastbare Verhärtungen in der Unterhaut entsteht. Verspannungen und Blockaden sollen gelockert und gelöst werden.

An den behandelten Stellen können sich Blutergüsse bilden. Die blauen Flecken (Hämatome) bleiben einige Stunden oder auch Tage bestehen. Was auch vorkommen kann ist am Tag-Danach Muskelkater in den geschöpften Muskelarealen.

ES WIRD ZWISCHEN DEM TROCKENEN, BLUTIGEN UND DER SCHRÖPFKOPFMASSAGE UNTERSCHIEDEN

Die trockene und blutige Schröpftherapie kommt insbesondere bei sogenannten Gelosen zum Einsatz.

Gelosen sind tastbare Veränderungen, meist Verhärtungen in der Unterhaut. Kalte Gelosen weisen auf einen gestörten Blutfluss hin.

Sie sind oftmals klein, kalt, energiearm und eingesunken. Hier kommt trockenes Schröpfen zum Einsatz.

Es wirkt durchblutungsfördernd, aktivierend und kräftigend.

Heisse Gelosen hingegen lassen eher auf einen Füllezustand schliessen. Sie sind prall, überwärmt, druckschmerzhaft. Hier ist das blutige Schröpfen das Mittel der Wahl. Es hat eine Blutentziehende, ausleitende und entlastende Wirkung, auch auf die Muskulatur und die durch Reflexzonen zugeordneten Organe.

Alle Arten des Schröpfens haben eine schmerzlindernde Wirkung. Man vermutet ein Freisetzen von Endorphinen (körpereigene Hormone mit schmerzstillender Wirkung) und einen verstärkten Abbau von Prostaglandinen (körpereigene Hormone, die bei der Schmerzvermittlung eine Rolle spielen) in der Schröpfzone, was zu einer Schmerzlinderung führt.