



Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Gezeiten Haus Kliniken

Psychosomatische Behandlung mit TCM Diagnose- und Therapieformen

Im Rahmen unseres ganzheitlichen Konzepts bieten wir auch bewährte Heilmethoden aus der Traditionellen Chinesischen Medizin an. Hintergrund dafür ist die jahrtausendalte Annahme der wechselseitigen Beeinflussung von Körper, Geist und Seele. Sind der ungehinderte Fluss von Lebensenergie (Qi) gestört und somit die Balance der Lebenspole Yin und Yang aus dem Gleichgewicht geraten, entwickeln sich gerne auch körperliche Symptome, die sich besonders effektiv mithilfe der TCM-Heilmethoden behandeln lassen.

Qi Gong

Die Konzentrations- und Bewegungsform Qi Gong kombiniert bewusste Atmung mit sanft fließenden Bewegungen. Die langsam ausgeführten Übungen verfeinern die Selbstwahrnehmung und lassen das Qi wieder fließen. Sie regulieren das vegetative Nervensystem und regen unsere Selbstheilungskräfte an. Qi Gong wird daher im Gezeiten Haus täglich praktiziert.

TuiNáÀnMó (Tuina)

Die manuelle Therapie besteht aus vier elementaren Grifftechniken wie Schieben (Tui), Kneten (Ná), Drücken (Àn) und Streichen (Mó). Bei dieser Heilmassage entlang der Meridianstruktur des Körpers werden Qi-Fluss und Blutkreislauf stimuliert. Auch die allgemeine Körper- und Emotionswahrnehmung wird gestärkt und Spannungen abgebaut. Besonders zu Beginn Ihres Aufenthaltes bei uns kommt diese Heilmethode zum Einsatz.



Akupunktur

Diese Heilmethode verwendet feine Nadeln, die in spezifische Punkte des Körpers gesetzt, die Heilungskräfte aktiviert oder Blockaden löst und die Lebensenergie, das Qi, wieder fließen lässt. Der Körper schüttet hierbei unter anderem Endorphine und entzündungshemmende Substanzen aus, die dem Organismus helfen, sein Gleichgewicht wiederherzustellen. Wir bieten Ihnen verschiedene Formen der Akupunktur durch professionelle TCM-Therapeuten an.

Diätetik

Der chinesischen Ernährungslehre zufolge hat jedes Nahrungsmittel eine spezifische Wirkung auf den menschlichen Organismus. Die Auswahl der Lebensmittel, die Art der Zubereitung und der Rhythmus der Mahlzeiten haben somit Einfluss auf das körperliche Befinden. Eine individuelle Ernährungsberatung findet je nach Bedarf und Symptomen bei Ihrem TCM-Therapeuten statt.

Unsere Anwendungsfelder

- Chronische Schmerzen, Migräne, PMS
- Rücken- und Gelenksbeschwerden
- Funktionelle Verdauungsstörungen
- Reizbarkeit, Nervosität und Schlafstörungen
- Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen

Unsere Beratung informiert Sie gerne ausführlich

T 0228 74 88-101

E beratung@gezeitenhaus.de

www.gezeitenhaus.de