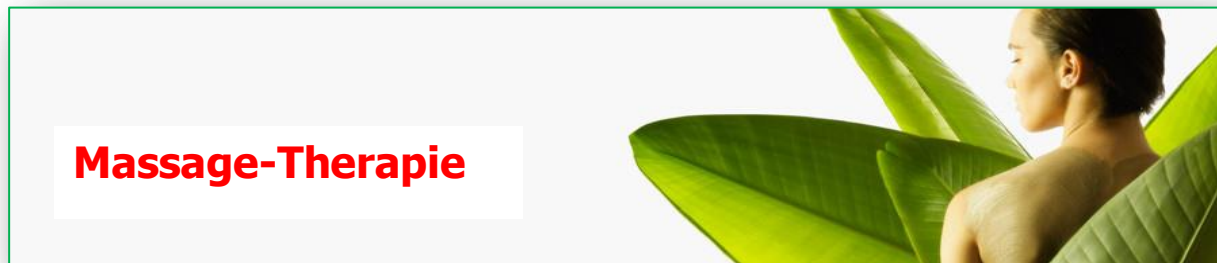


Patienteninformationsblatt

Shiatsu-, Dorn-Breuß-Therapie-, klassische Massage, Lymphdrainage-Therapie, Trigger-Punkt-Therapie, Spiralstabilisierung von Muskelketten

-bitte gründlich durchlesen-



Liebe Patientin, lieber Patient

Möglicherweise haben Sie sich zu einer der angebotenen Massage-Therapien (Breuß, klassisch oder Lymphdrainage) entschieden oder Sie befinden sich noch in der Findungsphase ihrer Entscheidung. Egal für welche Massage-Therapie Sie sich entschieden und angemeldet haben, findet stets zwischen uns ein sogenanntes Vorgespräch statt. Dies macht sich erforderlich, um Sie auf einzelne rechtliche Dinge (Rezepte, Anmeldungen/ Absagen, weitere Durchführungen usw.) sowie Durchführung und Wirkungsweisen der Behandlungen ausreichend zu informieren. Das Informationsblatt soll helfen, das Gespräch vorzubereiten und Vertrauen zwischen uns zu gewinnen. Es ersetzt jedoch nicht ein ausführliches Behandlungsgespräch.

Was geschieht bei der Shiatsu-, Dorn-Breuß-, klassischen Massage-Therapie bzw. bei der Lymphdrainage-Therapie?

1. Shiatsu

Shiatsu – japanischer Ausdruck von *(Shi)-Finger, (atsu)-Druck*

Die Shiatsu-Massage ist eine manuelle und Akupressur-Behandlung / -therapie mit den Daumen, aber auch mit anderen Fingern oder Körperteilen. Die traditionelle Shiatsu-Massage wird überwiegend auf dem Fußboden auf einem weichen Untergrund (Decke) durchgeführt. Durch Druck auf die Haut entlang der einzelnen Meridiane, beseitigt Shiatsu innere Störungen, fördert die Gesundheit und behandelt spezielle Beschwerden.

Behandlungsansatz der östlichen Medizin = Meridiane

Die Meridiane sind Ausdruck der fundamentalen Funktion des menschlichen Lebens. Sie reichen am menschlichen Körper von einem Ende zum Anderen und stehen stets im Zusammenhang mit den Organfunktionen. Sogar bei der Behandlung. Die Empfindlichkeit der Finger oder der Sinneseindruck unter den Fingern, wird zur Grundlage einer Shiatsu-Massage-Behandlung - / Therapie.

Auf diese Weise wurde die Iokai Meridian Shiatsu aus der Forschung alter weiser Lehrer geboren. Es drückt das Konzept von Ki (kosmische Energie, vitale Lebensenergie) aus, das auf den 12 Meridianen durch unseren Körper fließt.

Die 12 wichtigste Meridiane = Energiebahnen sind daher:

- Herzmeridian
- Dünndarmmeridian
- Blasenmeridian
- Nierenmeridian
- Kreislauf-Sexus-Meridian
- Dreifachwärmer-Meridian
- Gallenblasenmeridian
- Lebermeridian
- Lungenmeridian
- Dickdarmmeridian
- Magenmeridian
- Milz- und Pankreasmeridian

Weiterhin können noch zwei Hauptkomponenten zusammengefasst werden:

Yin und Yan (oben und unten, vorne und hinten, weiblich und männlich, innen und außen, Nacht und Tag, Mond und Sonne, Erde und Himmel, langsamer Krankheitsbeginn und schneller Krankheitsbeginn, chronische Krankheit und akute Krankheit usw.)

Beide Komponenten sollten im rechten Verhältnis zueinander stehen und ineinander übergehen.

Der Tag hat 24 Stunden und der Mensch sollte mindestens 8 Stunden am Stück seinen Schlaf haben.

Wie ist es aber in der Wirklichkeit?

Die Patientin, der Patient, trägt leichte bequeme Bekleidung. Notfalls warme Socken. Die Behandlung kann auf dem Boden oder auf einer Massageliege durchgeführt werden. Anfangs kann / wird Shiatsu standardisiert am ganzen Körper (Ganzkörperbehandlung) durchgeführt, je nach Indikation.

Bauchlage, Rückenlage, Seitenlage und auch sitzende Lage

Shiatsu ist eine lebenslange Bekleidung für ihren Körper, für ihre Gesundheit hauptsächlich und ohne medikamentösen Einfluss.

Was passiert bei der Shiatsu-Massage mit Ihnen?

siehe Zusammenfassung „Massagen“

2. Dorn-Breuß-Therapie

Die Dorn-Therapie ist eine sanfte manuelle Methode, mit welcher Wirbelsäulen- und Gelenkblockaden schnell und meist dauerhaft behoben werden können. Es kommt aber auch vor, dass sich verschobene Wirbel oder Gelenke bei verschiedenen Massagetechniken, Dehn- und Strecktechniken, wie z. Bsp. bei der Shiatsu-Massage oder bei der Breuß-Massage wieder von selbst richten oder einrenken. Es bleiben Ihnen dann so weitere Wege erspart. Bei der Dorn-Therapie richtet sich die Behandlung einerseits auf direkte Beschwerden des Bewegungsapparates, andererseits wirkt die Behandlung aber auch reflektorisch auf innere Organe, da bestimmte Hautzonen des Rückens beispielsweise über Nerven-Verbindungen mit den inneren Organen stehen. Eine Korrektur von Wirbelkörpern erfolgt immer unter Schwingbewegungen. Entweder der Arme oder der Beine. Der blockierte Wirbel wird lediglich fixiert. Durch eigene Schwingbewegungen von Arm oder Bein des darunter- oder darüber liegenden Wirbels, wird die Blockade passiv gelöst. Die Wirbelsäule ist aber nicht die Basis unseres Bewegungsapparates. Die Basis wird vielmehr von den Gelenken unterhalb der Wirbelsäule gebildet. Dauerhafte Blockaden in Hüft-, Iliosakralgelenk-, Knie- und Sprunggelenk führen ebenfalls zu Wirbelblockaden. Dabei ist es wichtig, die Gelenke von unten nach oben auf Blockaden zu prüfen und zu korrigieren um eine langfristige Beschwerdefreiheit zu gewährleisten.

Welche Beschwerden können mit der Dorn-Therapie behandelt werden?

Das Spektrum der zu behandelnden Beschwerden ist groß.

Hier eine Übersicht:

- Schmerzen des Bewegungsapparates/ Rückenschmerzen
- Skoliose, Morbus Scheuermann, Morbus Bechterew (zur Schmerzlinderung)
- Arthrose
- HWS-Syndrom, Schulter-Arm-Syndrom, KISS-Syndrom
- Knieschmerzen
- Herzrhythmusstörungen
- Morbus Menière und andere Schwindelformen, Kopfschmerzen
- Empfindungsstörung der Arme und Hände, Karbaltunnelsyndrom

Die Behandlung dauert in etwa eine Stunde. Zunächst wird am liegenden Patienten die Beinlängen-differenz geprüft. Weißen die Beine eine unterschiedliche Länge auf, kann man davon ausgehen, dass Blockaden im Hüft-, Iliosakralgelenk, Knie- und/oder Fuß-/ Sprunggelenk vorhanden sind. Meist nimmt der Patient bereits eine für sich annehmbare Schonhaltung ein, die die Schmerzen lindern sollen und bevor man zum Arzt oder zu einem der genannten Therapeuten gehen will. Denn das ist dann mit wirklichen Schmerzen verbunden. Die Behandlung der Gelenke (Hüft-, Arm-, Bein- und Fußgelenke) erfolgt immer unter langsamen Kreisbewegungen sowie unter leichtem Druck. Dabei arbeiten Sie selbst und unter Anweisung mit.

Anschließend erfolgt die Behandlung im Stehen. Hierzu ist es erforderlich, dass der Oberkörper frei ist, so dass der Brust- bis hin zum unteren Lendenwirbelbereich untersucht werden kann. Um die Untersuchung und um ein besseres Gleiten entlang der Wirbelsäule gewährleisten zu können, wird ein Massageöl verwendet.

die Breuß-Massage

Eine Breuß-Massage dauert in etwa 30 bis 45 Minuten oder länger und wird hauptsächlich mit Johanneskrautöl durchgeführt. Sie liegen dabei stets in Bauchlage. Auch hier muss der Oberkörper frei bleiben, so dass ein entlanggleiten der Finger / Daumen/ Handflächen an der Wirbelsäule entlang gewährleistet wird. Bei der Massage wird ebenfalls als leichter bis starker Druck vorgenommen. Sie werden jedoch dabei stets gefragt, ob Ihnen der Druck angenehm oder schmerzhaft erscheint. Da auch hier wieder entlang der Wirbelsäule nach unten bis zum Hüft- und ISG-Gelenk oder nach oben bis zur Halswirbelsäule gearbeitet wird. Diese Massageform richtet sich hauptsächlich auf ihre Wirbelsäule bzw. einzelner Wirbelkörper. Das verwendete Johanneskrautöl soll den Zweck erreichen, dass es unter die Haut auf ihre Wirbelsäule einzieht und einen Ersatz für ihre Bandscheiben bildet. Stellen Sie sich dabei einen ausgetrockneten Schwamm vor, den Sie wieder mit Wasser füllen und was dann mit dem Schwamm passiert. Unter Anwendung einer speziellen Massagetechnik wird ihre Wirbelsäule leicht auseinandergezogen. Das hat den Zweck, dass nicht nur das Johanneskrautöl besser zwischen die Wirbelkörper und der vielleicht etwas abgenutzten Bandscheiben einwirkt, sondern verhilft zusätzlich zu einer angenehmen Entlastung einzelner Wirbelkörper. Nach der Behandlung dürfen Sie noch eine Weile auf der Massageliege, eingehüllt in einer wärmenden Decke, verweilen und bei einer angenehmen harmonischen Musik relaxen. Wenn ich die Decke entferne, heißt es Sie können aufstehen, aber!

siehe Zusammenfassung „Massagen - Behandlung“

3. die klassische Massage

Bei der klassischen Massage (Teil- oder Ganzkörpermassage) wird wiederum mit Naturölen gearbeitet. Ergone Zonen werden mit einem Handtuch oder einer Decke abgedeckt. Bei der klassischen Massage werden ebenfalls verschiedene Massagetechniken angewandt. Durch die mechanische Beeinflussung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur sowie auf den Bewegungsapparat durch Druck-, Dehn-, Knet- oder Zugreiz erfolgt ebenso eine umfassende Beeinflussung und Stimulierung des Organismus. Wobei dann und genauso wie bei der Shiatsu-Therapie auf die Psyche bzw. auf ihre Wirbelsäule mit eingegangen wird. Bei der klassischen Massage können schon im Vorfeld verschiedene Problematiken der gesamten Körperfunktionen festgestellt werden, die zusätzliche Behandlungen zur Gesundung erforderlich machen. Die klassische Massage dient normal der Entspannung. Nicht nur für den Körper, sondern auch für die persönliche Seele und um die eigene Balance wieder zu finden. Da Sie sich in fremde Hände begeben, gehen Sie auch den Kompromiss ein, dass Ihnen etwas Gutes wiederfährt. Sie schenken wie bei jeder der therapeutischen Behandlungen Massage ihr Vertrauen.

4. Zusammenfassung

Welche Begleiterscheinungen können während und nach einer Behandlung auftreten?

Schmerzen, Muskelkater, Schwindel-, Kopfschmerzen oder Schwächegefühl

Schmerzen:

Die Behandlung jeder Massage ist zwar sanft bis stark, kann aber auch mit leichten oder starken Schmerzen verbunden sein, da an schon belastenden Stellen ihres Körpers (Haut, Bindegewebe, Muskulatur, Bewegungsapparat usw.) manipuliert/ massiert oder gedrückt wird. Um starke Schmerzen jedoch zu vermeiden, müssen genau diese Stellen mehrmals behandelt bzw. massiert werden. Starke Schmerzen stellen sich dann nach und nach ein, so dass Sie am Ende nur noch einen wohltuenden Schmerz verspüren.

Schwindel oder Kopfschmerzen:

Die Behandlung zum Beispiel im Halswirbelbereich/ der Halswirbelsäule kann bei verschiedener manueller Behandlung zu nachfolgenden Kopfschmerzen führen. Das muss aber nicht sein. Denn sie sollte zum Erfolg führen. Für den Bereich der Halswirbelsäule besteht stets äußerste Vorsicht. Sie können sich vorstellen, dass Sie aus leicht zerbrechlichem Glas in diesem Bereich bestehen. Und genauso wird die Behandlung durchgeführt, als wenn Sie zerbrechlich sind. Da ihre Kopfschmerzen nicht unbedingt vom Atlas- oder Axis-Wirbel oder sozusagen von C1 bis C7 herrühren müssen, was Sie vielleicht glauben, sollte eine intensivere Kontrolle der Wirbelsäule durchgeführt werden. In der „Shiatsu-Praxis“ gilt ebenso das Ziel zu erreichen, dass Kopf- und andere bestehende Schmerzen ohne medikamentöse oder operativer Beeinflussung gelindert, gehemmt und vielleicht gänzlich beseitigt werden.

Muskelkater oder Muskelschmerzen, Schwächegefühl

Da durch die Massagen (Shiatsu, Breuß oder klassische Massage) ihr Hüllsystem –Haut- verbunden mit dem darunterliegenden Bindegewebe, der Muskulatur und ihrer Knochenstruktur, mit den einzelnen Meridianbahnen i.V. mit den Organstrukturen und den gesamten nervlichen Verbindungen zu tun hat, können auch durch die Massagen ein sogenannter Muskelkater entstehen, den Sie am nächsten Tag verspüren. Anderenfalls werden Sie sich auch nach der Behandlung schlapp und ausgelaugt fühlen und sehnen sich nach Ruhe oder Schlaf. Erst am nächsten Tag werden Sie das Gefühl haben, dass Sie vielleicht etwas Muskelkater haben. Das hängt aber damit zusammen, dass ein sogenannter Heilungsprozess in ihrem Körper stattgefunden hat.

Wenn Sie sich vielleicht schon mal eine Massage anderswo gegönnt haben, wollten Sie sicherlich gleich danach aufstehen. Doch dann kam der „Aha-Effekt!“ Sie stehen auf und Ihnen ist schwindlig. Sie werden daher stets aufgefordert, nach der Behandlung noch etwas zu ruhen (ihrem Körper Ruhe die gewisse Ruhe zu gönnen). Eingehüllt in einer wärmenden Decke und Sie können noch etwas bei der nebenher abgespielten Musik vor sich hinträumen. Erst nach Aufforderung dürfen Sie dann langsam aufstehen.

Auf Grund meiner persönlich gemachten Erfahrungen habe ich mich zu Behandlungen für den Patienten in den späten Nachmittags- oder Abendstunden entschieden. Der, ihr Körper erhält so die Zeit, sich nach der Behandlung und für den nächsten Tag wieder zu regenerieren. Das hat den Hintergrund, dass der Mensch nicht nur geistig dem vergangenen, heutigen und zusätzlichen Stress ausgesetzt ist, sondern auch unser Körper und dessen innerliche Beschaffenheit.

Was sollten Sie weiter beachten?

- vermeiden Sie nach der Shiatsu-Therapie/ Dorn-Breuß-Therapie oder der klassischen Massage eine parallel durchgeführte Physiotherapie
- vermeiden Sie sportlich ruckartige Bewegungen (Fußball, Karate, allgem. Kampfsportarten, Tennis, Joggen, Tanzen usw.)
- verzichten Sie während der Behandlung auf Stretching oder Yoga, Übungen mit Geräten usw.

Was sollten Sie noch wissen!?

- beachten Sie das Anmeldeformular / Anamneseprotokoll bei Anmeldung auf shiatsu-erfurt.info.de
- Formulare wie Anamneseprotokoll oder das Patienteninformationsblatt können auch vor Ort ausgehändigt und ausgefüllt werden
- bei Interesse können diese Protokolle auch zugesendet werden
- ihr persönlicher Termin wird bei Anmeldung zeitlich geprüft und für Sie reserviert
- Abmeldungen sollten binnen zwei Tage im Voraus bekannt gegeben werden

herzlichst ihr Shiatsu-Praktiker Klaus

PS: bei weiteren Fragen senden Sie diese bitte an die E-Mail-Adresse: shiatsu-erfurt@web.de

Ergänzungen zur Lymphdrainagen-Therapie, Trigger-Punkt-Therapie sowie zur Spiralstabilisation der Wirbelsäule erfolgen in kürze.

erstellt bis 04.08.2015 durch shiatsu-erfurt.info

Inhaber:

Shiatsu-Praxis: Klaus-Peter Pieles, Feiningerstraße 71, 99085 Erfurt

Tel. mob. 0172-7053645, Fax: 49 0361 22796497