

TuiNa - chinesische Heilmassage

„Tui“ (Schieben), „Na“ (Greifen), „An“ (Drücken) und „Mo“ (Streichen) sind vier von vielen verschiedenen Grifftechniken der chinesischen TUI-NA-ANMO-Therapie. Sie ist eine der ältesten überlieferten manuellen Therapien und kann eine eigene Behandlung sein oder in eine andere Therapieform der Chinesischen Medizin eingebettet sein.

Bei Massage denken wir hier im Westen immer an Wohlfühlbehandlungen oder das große Feld der Erkrankungen des Bewegungsapparates. Die TuiNa-Techniken werden aber noch für viel mehr Bereiche angewendet. Bei beginnender Erkältung oder Grippe z.B. gibt es spezielle Ausleittechniken, die die notwendige Abwehr-energie mobilisieren und dorthin bringen, wo sie Keime aus dem Körper befördert. Das bringt eine sofortige Besserung und am nächsten Tag ist oft schon nichts mehr von der Grippe spürbar. Dies ist möglich, da die TuiNa die philosophischen Grundlagen der Chinesischen Medizin als Diagnose- und Therapievoraussetzung verwendet. Ein TuiNa-Therapeut muss den ganzen Menschen in seinem individuellen Gleich- oder eben Ungleichgewicht wahrnehmen können. Er achtet z.B. auf Hautzeichen, Organsymptome, Atmung, Verdauung, aber auch auf Lebensrhythmus und Gewohnheiten



hinsichtlich Essen, Schlafen, Tagesenergie und Lebensthemen. Das Wissen um die Wirkung der Akupunkturpunkte ist Voraussetzung für eine gute TuiNa-Therapie und kann oftmals eine Akupunktur ersetzen.

Bei den meisten Kopfschmerzen z.B. wird fast nie direkt am Kopf behandelt, wo sowieso schon schmerzhaft Fülle ist, sondern in Richtung Füße gearbeitet, die ja auch dann oft kalt und energieleer sind. Dazu löst man Nacken-Schulter und Rücken und die frei werdende Energie leitet man in das Kreuzbein und in die Beine und Füße. Das bringt einen Ausgleich, der auch sofort als Besserung spürbar ist. Sehr wichtige Gebiete sind auch die Heilungsbeschleunigung nach allen Arten Operationen, Narbenbehandlung und bei Rheumatischen Erkrankungen, Verdauungsproblemen oder Asthma. Vorbeugend eingesetzt, hilft die TuiNa-Therapie, durch regelmäßigen Ausgleich des aufkommenden Ungleichgewichtes Gesundheit und Lebenskraft zu bewahren und die Abwehrkräfte des Körpers zu stärken.

Michaela Mossard

Die Wirkung der TuiNa beruht auf einer „Öffnung“ der Leitbahnen und der Anregung von Blut-, Lymph- und Energiezirkulation. So hilft die TuiNa-Massage Blutergüsse aufzulösen, Stauungen und die Lymphe zu bewegen. Das Gewebe schwillt schneller ab, Blockaden lösen sich, dadurch verringert sich die Entzündung und der Körper kann durch die gesunde Zirkulation schneller wieder schmerzfrei und beweglich werden, Narben verheilen besser.

TuiNa kann auf dem ganzen Körper angewendet werden. Patienten berichten oft nach der Massage, sie fühlen sich „durchflutet“, „leicht“, „aktiviert“ oder „angenehm ruhig und ausgeglichen“.



Michaela Mossard
Heilpraktikerin

Praxis für Chinesische Medizin und Aufstellungsarbeit in Lörrach. Tel. 07621/1696001
Akupunktur, TuiNa Massage, Moxibustion,
Familien- und Organisationsaufstellungen

www.mossard.com