

BLEIB BERG

HEALTH RETREAT

Was kleine Nadeln bewirken können Die Kraft von Akupunktur

Kleine Nadeln, die von der Stirn bis zu den Zehen über den ganzen Körper verteilt gesetzt werden. Die Rede ist natürlich von Akupunktur. Aber wofür kann Akupunktur eingesetzt werden? Und was ist Akupunktur überhaupt genau? Dr. Violeta Lorenz, Ärztin für Allgemeinmedizin und Akupunktur im BLEIB BERG Health Retreat, gibt Antworten auf Fragen rund um die weitverbreitete Nadel-Behandlung.

„Akupunktur ist eine Regulationstherapie - man strebt nach Harmonie und Balance im Körper“, beschreibt Dr. Lorenz die Behandlung mit den kleinen Nadeln. Wofür kann also nun Akupunktur eingesetzt werden? Die Frage sollte eher lauten, wofür nicht. Denn die Liste, bei welchen Beschwerden Akupunktur geeignet ist, ist lange: von Atemwegserkrankungen und psychovegetativen Erkrankungen, wie Schlafstörungen, Depression oder Nikotinsucht, über Magen-Darmerkrankungen und neurologische und orthopädische Erkrankungen bis hin zu Erkrankungen der Sinnesorgane, Hauterkrankungen und urologischen Erkrankungen.

Das Ziel von Akupunktur ist es, den Organismus in einem dynamischen Gleichgewicht zu halten. Dabei werden die Funktionen der Organe und sich gegenseitig beeinflussende Faktoren berücksichtigt. Es geht um die Gegenregulation und die Ausregulierung von Störeinflüssen. Mit Akupunkturpunkten, die auf den Meridianen liegen, können körpereigene Regulationsmechanismen beeinflusst werden.

Meridiane teilen unseren Körper in Längsstreifen und verlaufen an dessen Oberfläche. Sie sind nicht sichtbar, versorgen den Körper aber mit Qi und Blut und verbinden Akupunkturpunkte. Man kann sich ihre Funktion ähnlich wie Wasserkanäle vorstellen. „Das Aktivieren eines Akupunkturpunktes gleich dem Einschalten eines Lichtschalters in der Wohnung: über ein Netzwerk an Lichtleitern und Regelkreisen bewirkt er die gewünschte Beleuchtung“, beschreibt Dr. Lorenz den Vorgang der Akupunktur. Zur Aktivierung werden Nadeln verwendet. Mit diesen feinen Nadeln wird ein Reiz am Akupunkturpunkt gesetzt und damit eine Regulation des Körpers eingeleitet.

Akupunktur im BLEIB BERG

Bevor eine Akupunkturbehandlung im BLEIB BERG Health Retreat im Rahmen eines Aufenthalts gemäß der BLEIB BERG Methode[®] durchgeführt wird, gibt es eine Anamneseerhebung. Bei einem Gespräch mit dem Gast werden bestehende Beschwerden besprochen. Auf Basis dieser Informationen wird die Auswahl der Punkte getroffen. Dann folgt die Behandlung, die zwischen 30 und 45 Minuten dauern kann. Wie schnell die Akupunktur wirkt, kann nicht allgemein gesagt werden. Je nach Regulationssystem des Gastes können schon nach einer ersten Behandlung Veränderungen gespürt werden. Genauso kann es aber auch sein, dass es mehr als 10 Sitzungen braucht, bis eine Wirkung bemerkt wird. Je nach Beschwerden sollte eine Akupunktur-Behandlung einmal pro Woche stattfinden. Bei Schmerztherapie oder Raucherentwöhnung sind mehrere Sitzungen pro Woche sinnvoll.

Weitere Informationen unter www.bleib-berg.com oder auf [Instagram](#) und [Facebook](#).

RÜCKFRAGEHINWEIS

massgeschneidert Kommunikationsbüro GmbH

Mag. Petra Schneider

schneider@massgeschneidert.at

Mobil: +43/676/9253485