

Kopfschmerz – und Migräne – Therapie

Es hämmert und pocht, und sie haben das Gefühl, Ihr Schädel würde jeden Moment platzen. Die Haut an Stirn und Schläfe scheint zu schrumpfen, die Augen ziehen sich zu Sehschlitze zusammen und die Tränen kullern – kurz gesagt, Sie haben höllische Kopfschmerzen – wieder einmal.

Sie sind unfähig, irgendetwas Sinnvolles zu tun, geschweige denn in der Lage zu arbeiten. Sie wollen sich nur noch still in eine dunkle Ecke oder ins Bett verkriechen.

Ihr einziger Gedanke und innigster Wunsch: **Hoffentlich hören diese Schmerzen endlich auf!**

Diese manuelle – Therapie beruht auf den Grundlagen der Akupunkturlehre und wirkt durch die Reizung von Akupunkturpunkten und die Energieverteilung über die Meridiane, also Energiebahnen, im Nacken-, Kopf- und Brustbereich. Damit wollen wir den „eigenen inneren Arzt“ anregen.

Mit dieser Methode wollen wir erreichen, dass Blut und Energien zum Fließen bringen um die Blutzirkulation im Kopf zu normalisieren. Angestautes und verbrauchtes Blut muss zum Herzen und zur Lunge transportiert werden, frisches und unverbrauchtes Blut muss ins Gehirn gelangen.

Gespräche vor der Behandlung sind das **wichtigste**, um die **Ursache zu ergründen**.

Die Behandlung wird kein Erfolg haben, wenn Sie weiterhin so leben wie bisher.

Gedankenmuster ändern!

Zusammen werden wir den Auslöser herausfinden, wann und weshalb die Kopfschmerzen oder die Migräne auftritt.

Was sind die Migräne- Auslöser: z.B.

Stress, Ärger, Sorgen, Angst

Bestimmte Nahrungsmittel: Käse, Eiscreme, Nüsse, Konservierungsmittel, Milchprodukte, Schokolade, Wurstwaren, Alkohol, Eier, Zitrusfrüchte

Psychische Faktoren: Beruf, Familie,

Emotionale Belastung

Hormonelle Faktoren

Medikamentöse bedingte Kopfschmerzen

Dauerspann von Skelettmuskulatur

Körperliche Belastung

Hartspann (harte Muskulatur) durch Haltungsfehler, u.s.w.

Die Behandlung soll nicht nur im akuten Schmerzstadium durchgeführt werden. Eine Serie dieser Therapie soll prophylaktisch (vorbeugend) zur Schmerzfreiheit führen. Sie lässt sich auch wunderbar mit anderen Massagearten kombinieren, so zum Beispiel die Klassische Rücken- Nacken- Massage. Durch die Fachgerechte Massage fördern wir die Blutzirkulation zum Kopf, lösen Blockaden im Nacken und Halsbereich. Diese Entspannung bewirkt oft eine Schmerzlinderung.

Positive Gedanken und Entspannungsübungen können Berge versetzen

Andrea Künzle
Dipl. Masseurin

**Mitglied seit 01.07.2006 beim
SVBM Schweizerischer Verband der Berufs-Masseure**