

Shiatsu

Shiatsu bedeutet wörtlich übersetzt soviel wie Fingerdruck (Shi- Finger, Atsu=Druck) und wird deshalb auch als japanische Form der Akupressur bezeichnet.

Die Wurzeln dieser Methode liegen in der traditionellen chinesischen Heilkunst, nach deren Lehre es Leitbahnen, die Meridiane gibt, welche die Lebensenergie, das CHI im Körper des Menschen fließen lassen. Gesundheit und Krankheit sind Ausdruck fließender oder stagnierender Energie. Beim Shiatsu wird mit sanftem, tiefgehendem Druck entlang der Energiebahnen der Energiefluss angeregt und so eine körperlich-seelische Ausgeglichenheit gefördert. Durch die Behandlung werden die Selbstheilungskräfte angeregt und gestärkt.

Erfahrungsgemäß sprechen folgende Krankheitsbilder gut auf Shiatsu an:

- Funktionsstörungen des Bewegungsapparates
- Spannungskopfschmerz und Migräne
- Psychosomatische und funktionelle Erkrankungen
- Erschöpfung, Schlaflosigkeit, Nervosität
- Neigung zu chronischen Infekten

Leider muss man sagen, dass es sich bei dieser Therapieform um eine reine Privatleistung handelt.