



## GuaSha-Methode und Schröpftherapie

### Was versteht man unter der GuaSha-Methode?

Es handelt sich dabei um eine Schabe- und Hautreiztechnik, die mehr noch als das Schröpfen zur chinesischen Volksmedizin gehört. Die Methode wird vorwiegend bei Schmerzen und Verspannungen am Bewegungsapparat oder bei diversen akuten und chronischen Beschwerden (z.B. Bronchitis, Verdauungsprobleme) eingesetzt, um belastende Faktoren zu eliminieren und Körperflüssigkeiten zu bewegen. Mit gewöhnlichen Alltagsgegenständen (Suppenlöffel, Kamm, Münze. etc.) wird nach vorheriger Diagnostik flächig über ausgewählte Hautareale vorwiegend am Rücken und an den Extremitäten geschabt.

### Was versteht man unter Schröpftherapie?

Die Schröpftherapie stellt ein seit der Antike benutztes Verfahren einer hautreizenden Therapie mit lokalen, segmentalen und reflektorischen Wirkungen dar.

### Geschichte der Schröpftherapie

Das Schröpfen zählt wohl zu den ältesten Heilverfahren der Menschheit (ca. 5000 Jahre) und wurde und wird in vielen Kulturen mit unterschiedlichsten Instrumentarien (z.B. Bambusstabsegmente, Tierhörner, etc.) angewendet. Darstellungen von "Schröpfgläsern" sind aus dem alten Ägypten überliefert. Im klassischen Griechenland war das Schröpfen so geschätzt, dass die Schröpfglocke zum Emblem des Arztes wurde. Schröpfen wurde von ASCHNER für die moderne Medizin wiederentdeckt.

### Es gibt heute folgende Arten von Schröpftherapien

- Schröpfkopfmassage/Saugglockenmassage
- Trockenes Schröpfen
- Blutiges Schröpfen

### Bei welchen Erkrankungen hilft Schröpfen?



Durch die Schröpftherapie kann ein lokaler Schmerz- und Verspannungszustand gebessert werden, z.B. bei Rücken- oder Kopfschmerzen. Nach naturheilkundlichen Vorstellungen ist darüber hinaus über Reflexbögen eine reflektorische Behandlung von erkrankten inneren Organen möglich.

### **Wann darf nicht geschröpft werden?**

Für trockenes Schröpfen und die Schröpfkopfmassage sind bei richtiger Indikationsstellung außer Hautentzündungen keine Kontraindikationen bekannt. Blutiges Schröpfen ist bei akuten Entzündungen des betreffenden Hautareals, allergischen Hautveränderungen und bei im Vorfeld bestrahlten Hautarealen (z.B. nach Strahlentherapie) kontraindiziert.

### **Ist Schröpfen gefährlich, gibt es Nebenwirkungen?**

Bei Neigung zu überschießender Narbenbildung (Kelloidbildung) ist beim blutigen Schröpfen besondere Vorsicht geboten. Beim blutigen Schröpfen kann es je nach der Menge des geschröpften Blutes und der Konstitution des Patienten zu Kreislaufregulationsstörungen (z.B. Kollaps, Blutdruckabfall) kommen.