

TUINA masáž



TUINA masáž je neodmyslitelnou součástí tradiční čínské medicíny. U nás zatím patří k méně známým léčebným metodám. V Číně se tato zvláštní lékařská disciplína studuje 5-6 let. Na rozdíl od západní medicíny tato metoda člověka léčí komplexně, tj. jako jedinou fyzickou entitu.

TUINA léčebné masáže vycházejí z učení o jin a jangu a jim příslušných orgánech, drahách (meridiánech) a jejich spojnicích, z učení o pěti prvcích a také o systému výživy a ochrany qi (čchi) a krve.

Prostřednictvím různých technik a práce s energií jsou při masáži harmonizovány nerovnovážné stavy pacienta. Velmi důležitá pružnost svalů se například ovlivňuje působením na nervová vlákna na začátku svalu, především pak na místech citlivých na bolest. Bolest však v tomto případě není naším nepřítelem! Naopak - pomáhá nám při diagnostice daného problému.

Ztuhlé a nepružné svaly jsou většinou příčinou špatného proudění v lymfatickém systému, poruch krevního oběhu a špatné funkce orgánů a kloubů. Následkem je pak vznik mnoha akutních i chronických zdravotních problémů. Pomocí léčebné masáže TUINA, tj. působením na nervosvalové přechody, můžeme zdravotní stav klienta výrazně zlepšit nebo i jeho problémy úplně odstranit.

TUINA masáže jsou vhodné nejen pro dospělé, ale i pro děti, u nichž během růstu často dochází k různým deformacím a abnormalitám páteře. Velmi účinná je masáž také pro těhotné ženy - uvolňuje pánevní oblast a tím i přirozené porodní cesty. To může podstatně snížit počet dnes již velmi častých porodů císařským řezem.

Nezanedbatelný je přínos této metody také při léčbě lymfatických problémů (zánětů apod.). Prokazatelně totiž snižuje počet mnohdy zbytečných - a hlavně nevratných - chirurgických zákroků a podstatnou měrou omezuje také nadměrné užívání antibiotik.

Nedílnou součástí této léčebné praxe je však i aktivní přístup pacienta k sobě samému! Je velmi důležité si uvědomit, že naše zdraví závisí především na nás samotných! A prostřednictvím kvalitních léčebných metod, cvičení, vyvážené stravy - a samozřejmě s odpovědným přístupem k životu - můžeme dosáhnout fyzické i psychické rovnováhy, tj. **HARMONIE!**