

## WARUM BEDANKT SICH DIE THERAPEUTIN AM ENDE DER BEHANDLUNG?

Im Dank will die Therapeutin den Respekt gegenüber dem Patienten ausdrücken. Dahinter verbirgt sich die Einstellung, dass nicht nur der Patient durch die Behandlung profitiert, sondern auch die Therapeutin Ihre Persönlichkeit durch die Begegnung erweitern konnte.

## WAS KANN ICH SELBST TUN, UM DIE BEHANDLUNG POSITIV ZU UNTERSTÜTZEN?

Shiatsu möchte die körpereigenen Heilungskräfte anregen und dabei die Eigenwahrnehmung verbessern. Gut ist es, wenn sie nach der Behandlung dem Körper das geben können, wonach er verlangt: Ruhe oder Aktivität, Nahrung oder Fasten.

Am wichtigsten ist es, die neu gewonnene Wahrnehmung in den Alltag mit zu nehmen, um dort Ihre Bedürfnisse besser zu spüren. Oft müssen Veränderungen im Arbeitsrhythmus, sozialen Umfeld, Bewegungs- oder Ernährungsverhalten gewagt werden, um wieder zu persönlicher Gesundheit und Ausgeglichenheit zurück zu finden. Auf diesem Weg kann Shiatsu unterstützen, wenn Sie es wollen.



PRIVATPRAXIS FÜR  
THERAPIE & PRÄVENTION

## DICKINSON PHYSIOTHERAPIE

An der Raumfabrik 32  
76227 Karlsruhe-Durlach

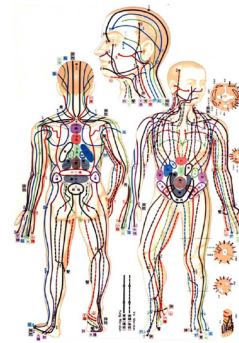
Telefon 0721 4009398  
Mobil 0173 3077548

kontakt@claudiadickinson.de  
www.claudiadickinson.de

# DICKINSON PHYSIOTHERAPIE

## GANZHEITLICHE SHIATSU THERAPIE

Shi-atsu bedeutet „Finger-Druck“ und ist eine spezielle Form der Akupressur, die auf den Grundlagen der **Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)** in Japan entwickelt wurde und dort als Therapie vom Gesundheitsministerium offiziell anerkannt ist.



Grundlage der **TCM** ist der Gedanke von „Ki“, zu verstehen als universelle „Lebensenergie“. Man geht davon aus, dass bestimmte Qualitäten dieser Energie beim Menschen in Bahnen, den **MERIDIANEN**, in einem Kreislauf fließen.

Kommt es zu Störungen im Energiefluss, die der Körper aus eigener Kraft nicht ausgleichen kann, so resultiert daraus Unwohlsein und schließlich Krankheit, was immer sowohl auf körperlicher, wie auch geistiger und psychischer Ebene gesehen wird.

Da eine energetische Störung schon sehr frühzeitig erkannt werden kann, lange bevor sie sich als Krankheit auswirkt, dienen alle Methoden der **TCM** vorrangig der Gesunderhaltung. Sie sind aber auch wirksam, wenn schon eine



Erkrankung besteht.

Der Druck in die **MERIDIANE** erfolgt ausschließlich mittels Fingern, Handflächen oder sogar der Ellenbogen, Knie oder Füße, aber ohne Einsatz von sonstigen Hilfsmitteln. Er geht sanft in die Tiefe und wird in seiner Intensität und Dauer immer dem aktuellen Zustand angepasst. Im Gegensatz zur Akupunktur oder zu anderen Akupressurtechniken, werden in der Shiatsu-Behandlung aber nicht nur einzelne Punkte behandelt, sondern es wird der gesamte Meridianverlauf berücksichtigt. Zusätzlich werden auch gezielt Techniken wie Dehnungen, Gelenkrotationen oder Atemübungen in die Behandlung integriert.

### WIRKUNGSWEISE

- Schmerzlindernd
- Entspannend u. beruhigend
- Belebend u. aktivierend
- Über das Vegetativum auf die Funktion der inneren Organe, das Immunsystem
- Hat Einfluss auf Botenstoffe des Körpers und das Hormonsystem
- Regt Blut- und Lymphzirkulation an
- Unterstützt Atmung
- Reguliert Muskeltonus und verbessert dadurch Beweglichkeit, Gleichgewicht, Koordination und Körperwahrnehmung

### INFORMATIONEN ZUR BEHANDLUNG

- Shiatsu-Behandlungen finden in der Regel auf der Matte am Boden statt. Ist eine Behandlung am Boden nicht möglich, kann sie auch im Sitz auf dem Hocker oder auf der Behandlungsbank durchgeführt werden.
- Eine Shiatsu-Behandlung dauert 50-60 Minuten. Zusätzlich erfolgen Vor- und Nachgespräche und eine erforderliche kurze Nachruhe.
- Die Klienten bleiben bei der Behandlung bekleidet. Empfohlen wird dabei warme und bequeme Kleidung (ohne Metallteile und möglichst aus Baumwolle oder anderen Naturfasern).
- Mindestens eine Stunde vor der Behandlung sollte nichts mehr gegessen werden und kein Alkohol, Kaffee, Schwarztee oder gekühlte Getränke getrunken werden.

### WARUM FINDET SHIATSU AM BEKLEIDETEN KÖRPER STATT?

Da Shiatsu eine Behandlungstechnik aus dem Asiatischen Kulturkreis ist, muss man wissen, dass es dort nicht so üblich ist sich für einen Arzt oder Therapeuten zu entkleiden. Selbst Akupunkturnadeln werden dort zum Teil durch die Kleidung gestochen. Auch deswegen wurden Diagnosetechniken wie Zungen- oder Pulsdiagnostik so stark verfeinert, weil dies ohne Entkleiden möglich ist.

Bei der Shiatsumassage bietet die eigene Kleidung dem Patienten Schutz und Privatsphäre. Er fühlt sich nicht entblößt (was bei Geschlechtsunterschieden zwischen Patient und Therapeutin besonders wichtig ist) und kann sich so noch besser der Berührung öffnen.

### WARUM FINDET DIE BEHANDLUNG AUF DEM BODEN STATT?

In Japan findet das Leben generell traditionell auf dem Boden statt, z.B. auch die Teezeremonie. Die Gärten werden so konzipiert, dass sie nicht „von oben“ ansprechend aussehen, sondern am Boden kniend (Bonsai Bäume).

Bei der Shiatsu-Behandlung bietet die Ausgangstellung auf dem Boden maximale Sicherheit. Der Liegende kann gedreht werden, ohne Angst haben zu müssen, von einer Bank zu fallen. Außerdem wird dadurch auch der Kontakt zur Erdenergie (Yin) hergestellt. Dadurch wird Ruhe, Entspannung und Konzentration auf das Wesentliche unterstützt.

