



Die **Tuina**-Massage wird als Haupttherapie oder kombiniert mit Akupunktur ein- bis zweimal pro Woche angewandt.

Eine Behandlung dauert zwischen 30 und 60 Minuten.

Die Preise entsprechen denen der Akupunktur-Behandlung.

*Bei uns sind Sie in guten Händen.*

### Indikationen (kurze Übersicht)

- Erkrankungen des Bewegungs-Apparates: Bandscheibenbedingte Erkrankungen der Wirbelsäule mit und ohne Nervenwurzelschäden, Schulter Syndrome, Periarthritis der Schulter, Verschleißleiden der Hüft-, Knie- und Sprunggelenke, Überlastungsbeschwerden der Füße, Fersensporn etc.
- Nachbehandlungen bei Sportverletzungen und Wettkampfvorbereitung
- Innere Erkrankungen: Hypertonie, Asthma bronchiale, Gastritis, Obstipation etc.
- Gynäkologie/Geburtshilfe: Periodestörungen, unterstützende Maßnahmen zur Entbindung etc.
- Neurologische und vegetative Störungen: Kopfschmerz, Schlafstörungen, Erschöpfung etc.
- Säuglinge und Kinder: Fieber, Bronchitis, Diarrhöe, Hyperaktivität etc.



### TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

**Xiaomei Li**

Heilpraktikerin

Stuntzstraße 2

81 677 München

Tel.: 089 / 41 90 28 58

Fax: 089 / 41 90 28 53

# Tuina

## Chinesische manuelle Therapie

Eine zusätzliche unterstützende  
Spezial-Massagebehandlung



[Patienteninformation](#)

## Was versteht man unter Tuina?

Der Name setzt sich zusammen aus **TUI** für *schieben* und *drücken* und **NA** für *greifen* und *ziehen*.

Diese Therapie ist eine Mischung aus Chiropraktik, Energiemassage, Akupressur und verschiedenen manualtherapeutischen Anwendungen.

### Methoden:

Es gibt 18 Grundgriffe z.B. rollen, klopfen, drücken, zwicken, den Meridianen entlang streichen, reiben, kneten, kreisen und vieles mehr. Durch die Aktivierung der Meridiane und Akupunkturpunkte wird ein Ausgleich zwischen Yin und Yang hergestellt. Dadurch werden Beschwerden gelindert und der Patient fühlt sich danach gesünder und wohler.



**Tuina ist als ärztliche Massageform ein wichtiger Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin** und wird nicht nur zur Behandlung von orthopädischen Beschwerden sondern auch für verschiedene andere Erkrankungen angewandt.

**Auf Grund einer TCM-Diagnose wird bei der sehr individuellen Tuinabehandlung** entsprechend der Theorie von Akupunkturpunkten und Leitbahnen und den Körpertypen über eine Stimulation von ausgewählten Akupunkturpunkten und Meridianen eine regulierende und harmonisierende Wirkung ausgeübt. So wird die **Tuinamassage** auch für die Behandlung komplexer TCM-Syndrome, insbesondere bei Erkrankungen der Nerven, der inneren Organe und des Unterleibs angewandt. Die manipulativen Gelenktechniken und weichen muskulären Behandlungstechniken können aber auch sehr gut für Erkrankungen des Bewegungsapparates eingesetzt werden. Bei Kindern spielt **Tuina** eine besonders wichtige Rolle.

### Entwicklung der Tuina-Massage

Erste Erwähnungen dieser Massage-Techniken sind um 2700 v.Chr. aus der Volksmedizin für Stärkung der allgemeinen

Körperabwehr bekannt. Als Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin richtet sie sich nach deren theoretischen Grundlagen (Yin / Yang, Meridian-, Qi-, Organ- und Bluttheorie) und wird in China von besonders ausgebildeten TCM-Ärzten durchgeführt.

**Durch die Erfolge haben sich Erfahrungen und Techniken** der Tuinamassage schnell weltweit verbreitet und haben Massageformen wie das japanische ShiaTsu sowie die westliche Osteopathie und Chirotherapie beeinflusst. In Deutschland konnte sich eine fundierte **Tuina** wegen der notwendigen komplexen TCM-Kenntnisse und der langen Ausbildungsdauer bisher noch nicht durchsetzen. Unter Physiotherapeuten werden heute vor allem Teile als Akupressurmassage z.B. bei Migräne geschätzt.

Aus der Sicht der chinesischen Medizin:

Durch die verschiedenen (auch tiefgreifenden) manuellen Techniken wird Qi und Blut in den lokalen, wie auch in den Ganzkörper-Meridianen reguliert. Durch diese Stimulation und Regulation wird das Yin & Yang des Körpers und des Funktionskreises Organsystems gestärkt und wieder hergestellt.