

Akupunktur - gut zu wissen...

Die erste Sitzung

dauert im Allgemeinen etwas länger. Bitte planen Sie genügend Zeit ein.

- Anamnese: ausführliches Gespräch
- Chinesische Puls- und Zungendiagnose
- Japanische Bauchdiagnose, Abtasten des Bauches, Untersuchung von Akupunktur-Punkten
- Behandlung
- Dauer: ca. 1 – 1 ½ Stunden

Die folgende Sitzung

dauert normalerweise rund eine Stunde.

Der Therapieplan wird laufend besprochen und entsprechend angepasst.

Worauf sollte ich vor und nach einer AP-Sitzung achten?

- Bitte trinken Sie unmittelbar vor der Akupunktur keinen Kaffee oder Alkohol. Der Puls wird dadurch verändert.
- Bitte essen Sie unmittelbar vor der Akupunktur keine Bonbons oder andere stark abfärbende Esswaren. Die Zungenfarbe wird so verändert.
- Bitte schaben Sie vor der Akupunktur allfälligen Zungenbelag nicht von der Zunge. Die Zungendiagnose wird so erschwert.
- Bitte machen Sie unmittelbar nach der Akupunktur keinen Sport oder Saunabesuche. Die Selbstheilungskräfte des Körpers sind nun aktiviert und würden dadurch nur unnötig beeinflusst. Es ist normal, dass Sie nach einer Akupunktursitzung entspannt und möglicherweise etwas müde oder schläfrig sind. Gönnen Sie sich eine Ruhepause.
- Nebenwirkungen: Die Methoden der Akupunktur sind sehr nebenwirkungsarm. Es ist möglich, dass in bestimmten Situationen Symptomverstärkungen auftreten können. Meist geschieht dies zu Beginn einer Behandlung. Vereinzelt kann sich ein kleines Hämatom (Bluterguss) an der Akupunkturstelle bilden.

Die Dauer eines ganzen Behandlungszyklus ist individuell und hängt davon ab, wie lange die Beschwerden schon bestehen. Akute Situationen beanspruchen in der Regel weniger Zeit, bei chronischen Leiden wird normalerweise mit zehn oder mehr Sitzungen gerechnet.

Die Akupunkturbehandlungen werden je nach persönlichem Versicherungsschutz bis zu 80 % durch die Zusatzversicherung der Krankenkasse übernommen. Bitte erkundigen Sie sich vor Behandlungsbeginn bei Ihrer Krankenkasse.

Für weitere Auskünfte stehe ich Ihnen gerne persönlich zur Verfügung.