

Dr. med. Wolf Gerhard Frenkel
Dr. med. U. Pecs Zoltan Molnar
Georg Bamberger

Gesund durch Schröpfen

Grundlagen und Anwendung

Mit einem Geleitwort von Prof. Prof. h.c. Matthias Kunth



**Blick ins Buch
mit zusätzlichen
Informationen**

Dr. med. Wolf Gerhard Frenkel

Schnurrenbühl 15-23
72514 Inzigkofen-Engelswies
dr.frenkel@dr.frenkel.de

Dr. med. U. Pecs Zoltan Molnar

Schmiechastraße 50
72458 Albstatt
drzmolnar@aol.com

Georg Bamberger

Ostrand 3
89423 Gundelfingen
gbamberger@bamberger-gummi.com

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besonderer Hinweis

Die Medizin unterliegt einem fortwährenden Entwicklungsprozess, sodass alle Angaben, insbesondere zu diagnostischen und therapeutischen Verfahren, immer nur dem Wissensstand zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches entsprechen können. Hinsichtlich der angegebenen Empfehlungen zur Therapie und der Auswahl sowie Dosierung von Medikamenten wurde die größtmögliche Sorgfalt beachtet. Gleichwohl werden die Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel und Fachinformationen der Hersteller zur Kontrolle heranzuziehen und im Zweifelsfall einen Spezialisten zu konsultieren. Fragliche Unstimmigkeiten sollten bitte im allgemeinen Interesse dem Verlag mitgeteilt werden. Der Benutzer selbst bleibt verantwortlich für jede diagnostische oder therapeutische Applikation, Medikation und Dosierung.

In diesem Buch sind eingetragene Warenzeichen (geschützte Warennamen) nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Das Werk mit allen seinen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

© 2010 by Schattauer GmbH, Hölderlinstraße 3, 70174 Stuttgart, Germany

E-Mail: info@schattauer.de

Internet: <http://www.schattauer.de>

Printed in Germany

Redaktion: Bamberger Wellness GmbH

Umschlaggestaltung: Marika Jaeger, Gundelfingen

Umschlagabbildungen: links: Fotolia XIII © www.fotolia.de; rechts: Andrejs Pidjass © www.fotolia.de

Layout und Satz: jawamedia . jaeger & wagner GbR, Gundelfingen

Druck und Einband: AZ Druck und Datentechnik GmbH, 87437 Kempten/Allgäu

ISBN 978-3-7945-2759-5

Geleitwort

Seit über 25 Jahren beschäftige ich mich mit der Schröpftherapie – einer traditionellen Heilmethode, die nicht nur in unserem Kulturkreis, sondern auch in der orientalischen und asiatischen Medizin eine bedeutende Rolle gespielt hat bzw. spielt.

Traditionell wird diese physikalische Vakuumtherapie per Flammenschröpfung mittels Glas-, Blech- oder Bambusgefäßen durchgeführt.

Auch in unserer Praxis haben wir seit jeher die traditionelle Schröpftherapie mit Glasschröpfköpfen angewendet. Allerdings haben alle diese herkömmlichen Schröpfmethoden einige technisch bedingte Schwächen: So lässt sich beispielsweise die Reizstärke nur ungenau dosieren und die Therapie kann an anatomisch schwierigen Stellen nicht angewendet werden.

Mittlerweile wurde die Methode zum Glück weiterentwickelt und ermöglicht heute ein selbsttätiges Schröpfen, bei dem Arzt und Patient die Hände frei haben, eine Behandlung bisher unzugänglicher Körperregionen sowie eine aktive Saugwellenmassage, mit der sich ganz neue Behandlungsoptionen eröffnen. Gemäß dem ganzheitlichen Gedanken „Hilfe zur Selbsthilfe“ sind Patienten dank der neuerdings sehr einfachen Anwendung in der Lage, die Schröpfmethode auch selbstständig zu Hause durchzuführen.

Wer diese Methode nicht kennt, wird erstaunt sein, bei wie vielen größeren und kleineren Gesundheitsstörungen (sogar im Bereich Psychosomatik/Psychotherapie), kosmetischen Problemen und sportlichen Aufgabenstellungen sie oftmals entscheidend zur Gesundheit beitragen kann – und das praktisch ohne Nebenwirkungen.

Unsere Erfahrungen zeigen, dass auch im Bereich des Leistungssports enorme energetische Verbesserungen mithilfe des Schröpfens erzielt werden können. Neben der exakt dosierbaren Reizstärke bei der Behandlung einzelner Muskelgruppen spielt auch eine gezielte Eigenblutfreisetzung an reflektorisch wirksamen Schröpfzonen eine wichtige Rolle. Dabei werden regulatorische Prozesse ausgelöst, welche nicht nur das körpereigene Immunsystem stärken, sondern auch zu einer allgemeinen Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit führen. Auf natürliche Weise können so mit dem Schröpfverfahren das körpereigene Energieniveau angehoben und Leistungsreserven mobilisiert werden.

Der vorliegende Leitfaden richtet sich an Ärzte, Therapeuten und interessierte Patienten. Den Autoren gelang der schwierige Spagat, das Thema sowohl unter professionellen Gesichtspunkten als auch für Laien verständlich darzustellen. Wissenschaftlich fundiert, präzise und praxisrelevant wird der Leser in die theoretischen Grundlagen und die Anwendungsmöglichkeiten des Schröpfens eingeführt. Alleine schon wegen der sorgfältigen Darstellung physiologischer Grundlagen der Schröpftherapie kann dieser Leitfaden als Standardwerk der Schröpftherapie bezeichnet werden. Ich kann dieses sorgfältig erstellte Werk allen an der Schröpftherapie Interessierten empfehlen und wünsche ihm eine weite und erfolgreiche Verbreitung.

Prof. Prof. h. c. Matthias Kunth

Fudan Univ. Shanghai



Vorwort

Die Schröpftherapie gehört zu den Naturheilmethoden wie z. B. auch die Hydrotherapie (man denke an die Wasserkur des Pfarrer Kneipp!) oder die Behandlung mit Heilpflanzen.

Den naturnahen Therapiemethoden gemeinsam ist die Wirkweise auf den Körper: Sie zielen auf eine Umstimmung, ein Wecken der körpereigenen Regenerations- und Selbstheilungskräfte.

All diese Methoden nutzen mehr oder weniger starke Reize – Berührung, Hautverformung, Kälte, Wärme, auch leichte Schmerzreize –, um den Organismus gewissermaßen wachzurütteln und an seine Aufgaben zu erinnern: eine schlechte Durchblutung steigern, Schlackenstoffe aus dem Gewebe ausspülen, Verspannungen lösen, seelische „Knoten“ entwirren, Fehlreaktionen z. B. im Stoffwechsel einregulieren usw.

Jeder, der sich einmal hat schröpfen lassen, gleichgültig mit welcher Methode, wird sich an dieses Gefühl erinnern! Da saugt sich etwas an seiner Haut fest, es schmerzt leicht, wird dann kühl und später gefühllos, dann bildet sich nach einigen Minuten ein Bluterguss.

Das, was Sie bewusst gespürt haben, ist aber nur ein kleiner Teil der körperlichen Wahrnehmung, denn der empfundene Reiz wird auch zu anderen, unbewussten Bereichen des Nervensystems umgeschaltet und führt dort zu der oben beschriebenen Umstimmungsreaktion. Außerdem verändert sich der lokale Stoffwechsel im behandelten Gebiet. Aber davon später mehr!

Wer sich ernsthaft mit der Methode des Schröpfens auseinandersetzen möchte, sollte beherzigen: Der Therapieerfolg kommt stets mit der Beharrlichkeit in der Anwendung. Selten gelingt es irgendeinem medizinischen Verfahren, den krankhaften Zustand mit einer Behandlung gewis-

FÜR DEN MEDIZINER:

Gerade zum Stichwort „Reiztherapie“ finden Sie im Literaturverzeichnis unter anderem Lehrbücher und grundlegende wissenschaftliche Aufsätze, die sich mit diesem Thema im größeren Rahmen oder aber mit speziellem Fokus auf die Schröpftherapie befassen.

sermaßen schlagartig zu beenden. Das sind glückliche Momente für den Therapeuten und den Patienten, aber eben leider rar gesät.

Vielmehr lehrt die Erfahrung, dass geduldiges Weitertherapieren in einer gut verträglichen Dosis durch einen lang dauernden Therapieerfolg belohnt wird.

Geben Sie also nicht zu früh auf, dosieren Sie vorsichtig und brechen Sie die Behandlung vor allem dann nicht ab, wenn sich die Beschwerden zunächst verschlimmern sollten. Diese Erstverschlimmerung ist oftmals ein Hinweis dafür, dass die Therapie anschlägt.

Dieses Buch richtet sich sowohl an den Arzt, an den Therapeuten als auch an den interessierten Laien, der etwas über die Heilmethode des Schröpfens erfahren möchte.

Keinesfalls kann es die exakte Diagnose und Therapieplanung des medizinischen Fachmanns ersetzen. Stets muss eine Eigenbehandlung des Laien an sich selbst oder z. B. seinen Familienmitgliedern mit dem behandelnden Therapeuten abgestimmt werden.

Richtig eingesetzt, ist die Schröpftherapie eine ebenso wirkungsvolle wie sichere Methode. Wie bei allen anderen Heilmethoden gibt es aber auch hier Vorsichtsmaßnahmen, klare Regeln zu Dosierung und Ort der Anwendung sowie eindeutige Gegenanzeigen.

Die Schröpfmethode ist auch eine wertvolle Ergänzung anderer medizinischer Heilverfahren wie Operationen, Arzneitherapie, Diätetik oder auch physiotherapeutische Maßnahmen. In vielen Fällen mag das Schröpfen als alleinige Methode zur Heilung ausreichen, meist ist aber eine Kombination mehrerer therapeutischer Ansätze angezeigt.

Es ist also nicht sinnvoll, in jedem Fall nur auf die Schröpftherapie zu setzen, auch wenn es sich dabei um eine der natürlichsten Heilweisen überhaupt handelt.

Deshalb unsere Bitte:

Informieren Sie sich gründlich über die Möglichkeiten und Grenzen des Schröpfens, lassen Sie sich durch den Therapeuten Ihres Vertrauens dazu beraten und gehen Sie vor allem behutsam zu Werke, denn die Devise „Viel hilft viel“ ist gerade bei der Schröpftherapie absolut fehl am Platz.

Die in diesem Buch vorgeschlagenen Dosierungen der Schröpftherapie hinsichtlich Anwendungsort, Zeitdauer und Intensität sind lediglich als therapeutische Hinweise gedacht – sie stellen Mittelwerte aus dem Erfahrungsschatz vieler Jahrzehnte dar.

Was beim einen Patienten schon heftige Reaktionen auslöst, mag beim anderen Patienten unterdosiert und damit wirkungslos sein.

Bitte testen Sie selbst an sich bzw. Ihrem Patienten vorsichtig aus, welche Dosierung die richtige ist. Dafür können die Angaben dieses Buches als grobe Richtschnur dienen; die Dosierung ist aber für jeden Menschen individuell zu ermitteln. Auch dabei sollten Sie sich von Ihrem Arzt/Therapeuten beraten, begleiten und unterstützen lassen.

Und nun viel Spaß bei der Lektüre und vor allem viel Erfolg!

Ihr Autorenteam

Dr. med. Wolf Gerhard Frenkel

Dr. med. U. Pecs Zoltan Molnar

Georg Bamberger



Abb. 1

Inhalt

1. Einleitung

1

2. Techniken des Schröpfens/Tipps vorab

5

1. Blutiges/unblutiges Schröpfen 5
2. Schröpfgläser 7
3. Blutegel 8
4. Aderlass 8
5. Saugwellenmassage 9
6. Flache Saugmatten 12
7. Allgemeine Tipps für das Schröpfen 13

3. Funktionsweise und Wirkung des Schröpfens

21

1. Hautverformung und -scherung 22
2. Ausschüttung von Gewebshormonen 23
3. Gewebeunterdruck durch das Vakuum – passive Hyperämie 23
4. Reaktive Hyperämie 25
5. Reflektorische Schmerzhemmung 25
6. Austritt von Lymphe/Blut ins Gewebe 27
7. Anziehende Wirkung auf Abwehrzellen 28
8. Stoffwechselsteigerung 30
9. Reflektorische Beeinflussung innerer Organe
über die Head'schen Zonen 30
10. Fernwirkungen durch gezielte Behandlung der Triggerpunkte 33

11. Störfelddiagnose und -therapie	34
12. Allgemeine Wirkungen des Schröpfens auf den Organismus	35
13. Schröpfen und andere Therapieformen	36

4. Einsatz und Wirkungsweise des Schröpfens

37

1. Bewegungsapparat	37
2. Sportmedizinische Aspekte/Verletzungsfolgen	50
3. Herz-Kreislauf-System	55
4. Atmung	62
5. Hals-Nasen-Ohren-Erkrankungen	66
6. Verdauungssystem	69
7. Stoffwechsel/Hormonsystem (Endokriniem)	75
8. Ausscheidungs- und Geschlechtsorgane	80
9. Nervensystem/Psyche	85
10. Haut	97
11. Kosmetik	100
12. Wellness	105

5. Gegenanzeigen/Kontraindikationen

108

6. Anwendungstabellen für das Schröpfen

110



Abb. 9: Sog. Kreuzmatte für die Therapie am Nacken



Abb. 10: Kreuzmatte im Einsatz am Nacken

6. Flache Saugmatten

Eine Bereicherung des therapeutischen Arsenalts bieten seit Neuestem flache Matten mit geometrisch bzw. anatomisch angeordneten Saugnäpfen (s. Abb. 9–12). Diese stehen über feine Kanälchen mit dem Binnenraum der Saugmatte in Verbindung. Wird von dort die Luft, z. B. über eine elektrische Pumpe, abgesaugt, bildet sich unter den Saugnäpfen Vakuum, wenn sie alle gleichzeitig an der Haut anliegen.

Die Saugmatten sind aus hochflexiblem, hoch strapazierfähigem und hautsympathischem Silikon gefertigte Präzisionsteile, die sich jeder Körperkontur und -rundung anpassen. Es gibt sie, wie die Schröpfgläser, in verschiedenen Größen und Formen, je nach zu behandelnder Körperregion und angestrebtem Behandlungsergebnis.

Ein Vorteil der Saugmatten ist ihre selbsttätige Arbeitsweise. Haben sie sich am gewünschten Ort festgesaugt, kann der Patient während der Behandlungszeit etwas anderes tun, z. B. lesen, bügeln oder schreiben. Das ist ein Vorteil gegenüber den Schröpfgläsern, die man nicht unter der Kleidung tragen kann und die leider sehr oft abfallen und dabei zu Bruch gehen. Das empfiehlt die flexiblen Saugmatten für die Selbstanwendung, natürlich unter Beachtung aller in diesem Buch genannten Vorsichtsmaßnahmen und Einsatzregeln.

Ein wesentlicher Pluspunkt für die flexiblen Saugmatten sehen wir in ihrer sehr schonenden Wirkung auf das Gewebe. Die einzelnen Saugnäpfe sind deutlich kleiner als herkömmliche Schröpfgläser und saugen die Haut dementsprechend weniger tief ein (s. Abb. 13): Dafür können mehrere Dutzend dieser kleinen Schröpfköpfe gleichzeitig in Aktion

treten und so eine sehr großflächige Wirkung entfalten. Der Reiz des einzelnen Saugnapfes ist oberflächlicher als bei einem großen Schröpfglas, damit auch weit weniger schmerzhaft. Die geringere Tiefenwirkung des einzelnen Napfes wird jedoch durch ihre große Zahl und die dadurch behandelte Fläche mehr als wettgemacht.

Eine besondere Spezialität sind die im Doppelpack wirkenden Klein-Saugmatten. Abwechselnd oder gleichzeitig werden sie über zwei Schläuche im raschen Wechsel mit Vakuum angesteuert und wirken wie ein TENS-Gerät (TENS = Transkutane Elektrische Nervenstimulation) mit seinen beiden Elektroden, aber völlig ohne Strom. Die Ansatzorte der beiden kleinen Matten sind dabei völlig identisch mit denen des TENS-Gerätes. Von diesen kleinen, aber hoch effizienten Muntermachern für Muskulatur und Bindegewebe profitieren vor allem Sportler (s. a. Kap. 4, 2.), aber auch Menschen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht mit Strom behandelt werden dürfen. Denken Sie nur an Schrittmacherpatienten oder solche mit Metallimplantaten. Manche Mitmenschen haben begreiflicherweise auch eine Aversion gegen die „Stromschläge“ des TENS-Prinzips und sind deshalb für eine Nerven schonendere Alternative durchaus dankbar.

7. Allgemeine Tipps für das Schröpfen

Generelle Hinweise für den Schröpfvorgang:

1. Vermeiden Sie es bitte, direkt an Knochenvorsprüngen oder über der Wirbelsäule zu schröpfen, da dies zu Knochenhautreizungen führen kann.



Abb. 11: Mittlere Saugmatte am Oberarm



Abb. 12: Große Saugmatte am Oberschenkel

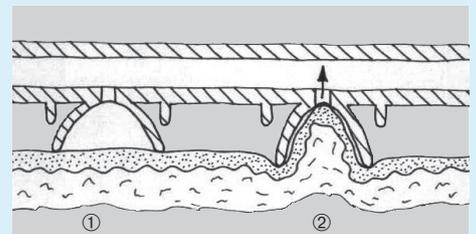


Abb. 13: Wirkung der Schröpfmatte auf die Haut
– schematisches Schnittbild –
① nicht angesaugt, ② angesaugt

FÜR DEN MEDIZINER:

Bei entsprechender Indikation können Sie unter genauer Beobachtung des Patienten mit geeigneten Schröpfinstrumenten kleineren Durchmessers auch direkt über dem Knochen behandeln. Die therapeutische Breite der Methode ist hier naturgemäß geringer, da die ansonsten vorhandene Verschiebeschicht zwischen Haut und Knochen fehlt.

2. Die Erfahrung lehrt, dass es bei zierlichen Patienten an den behandelten Stellen zu vermehrten Schmerzen kommen kann. In diesem Fall vorsichtiger dosieren (s. Tab. 1)!
 3. Leichte Schmerzen während der Schröpfbehandlung sind allerdings normal. Eine Schmerzreaktion beim Schröpfen kann ein wertvoller diagnostischer Hinweis auf versteckte Krankheitsherde sein.
 4. An der Schröpfstelle können sich kleine Bläschen bilden. Stechen Sie diese bitte nicht auf, sondern decken Sie sie lediglich mit einem Schnellverband für ein paar Tage ab. Die Bläschen trocknen ein und lösen sich dann folgenlos von der Hautoberfläche.
 5. Je nach Dosierung (s. Tab. 1) bildet sich beim Schröpfen ein Bluterguss. Dieser ist in ungestörten Hautbereichen („Segmenten“) deutlich geringer als in Segmenten, deren Beschaffenheit durch eine Störzone verändert ist – auch dies ein wichtiger diagnostischer Hinweis!
 6. Schon nach wenigen Minuten bilden sich beim Schröpfen rote Flecken. Wenn der Schröpfvorgang nicht zu lange gedauert hat, bilden sich diese Flecken schon nach einigen Stunden völlig zurück. Bei stärkerer Dosierung (längere Behandlungszeit, stärkeres Vakuum) kann es auch einige Tage dauern, bis die Flecken nicht mehr zu sehen sind.
- Bei echten „blauen Flecken“, gleichbedeutend mit Blutergüssen/Hämatomen, sollten Sie erst dann wieder mit dem Schröpfen fortfahren, wenn sie sich vollständig zurückgebildet haben.

Übrigens sind diese Blutergüsse keineswegs gefährlich, sondern Teil der Therapie. Der Blutaustritt erfolgt ja nicht durch die Zerreißung der kleinen Gefäße, sondern, sehr schonend, durch den stetigen Sog des Schröpfens.

Tab. 1:
Reaktionen der Hauttypen auf das Schröpfen

	Druckstelle	Rötung	Bluterguss	Blutaustritt
Empfindliche Haut	nach ca. 1-2 Min.	nach ca. 2-3 Min.	nach ca. 5 Min.	nach ca. 10 Min.
Normale Haut	nach ca. 2 Min.	nach ca. 4 Min.	nach ca. 7 Min.	nach ca. 14 Min.
Rückenschmerzen	nach ca. 3 Min.	nach ca. 6 Min.	nach ca. 9 Min.	nach ca. 20 Min.

- Noch ein wichtiger Tipp: Wenn das Schrpfinstrument immer wieder abfällt, sollten Sie den zu behandelnden Hautbereich zunächst mittels Saugwellenmassage, d. h. seitwärts bewegten Schröpfköpfen, behandeln, um das verhärtete Gewebe zu lockern.
- Allgemeine Nebenwirkungen des Schröpfens: Die Schrpfmassage bedeutet einen starken Reiz für das Nervensystem, der aber eher den „Ruhenerv“ Vagus (Parasympathikus) tangiert als das „Alarmsystem“ Sympathikus.

Durch das überwiegen des sog. „Vagotonus“ kann es zu Übelkeit, Schwindelgefühl, Harndrang und Schläfrigkeit kommen. Dies vor allem dann, wenn der Körper durch eine Krankheit geschwächt ist.

Reaktionen der in Tabelle 1 beschriebenen Art sollten deshalb Anlass sein, nach einem Krankheitsherd zu fahnden, sofern die Ursache dafür nicht offen vor Augen liegt.



Abb. 14: Kleine Saugmatte



Abb. 15: Kleiner Schrpfapplikator



Abb. 16: Utensilien für das Schröpfen

FÜR DEN MEDIZINER:

Nehmen Sie sich bitte die Zeit und zeigen Sie Ihrem Patienten genau, wie er sich zuhause mit der Schröpfmethode weiter behandeln soll. Überzeugen Sie sich, dass er die richtigen Schröpforte wählt und Schröpfzeiten einhält. Warnen Sie ihn bitte vor Übertreibungen, die den Therapieerfolg infrage stellen und die Methode unverdient in Misskredit bringen können. Dosieren Sie auch diese Maßnahme einschleichend und zeichnen Sie Ihrem Patienten am besten eine kleine Tabelle mit ansteigender Dosierung, an welchem Tag er wo und wie lange schröpfen soll.

Man begegnet den Nebenwirkungen durch einschleichende Dosierung zu Beginn der Schröpfmassage sowie Reduzierung der Dosis während des Schröpfens, evtl. auch durch eine längere Schröpfpause bis zur nächsten Behandlung.

Vor dem Schröpfvorgang:

1. Bewährt hat sich eine durchblutungsfördernde Maßnahme, z. B. in Form von Saugwellenmassage oder feuchter Wärme, um die Haut für die nachfolgende Schröpftherapie weich und schmiegsam zu machen.
2. Bei starker Behaarung ist es am einfachsten, die zu therapierenden Stellen zu rasieren. Wo dies nicht gewünscht wird, mag vermehrtes Auftragen von Gleitmittel zur besseren Haftung der Schröpfinstrumente beitragen. Auch die Verwendung eines stärkeren Vakuums, z. B. einer kräftigen Saugpumpe, kann zum Erfolg führen.
3. Vor allem vor der Saugwellenmassage sollten Sie stets ein Gleitmittel auftragen, z. B. ein Massageöl. Das gilt in besonderem Maße für empfindliche Haut und die Haut älterer Menschen. Das Gleitmittel vermindert die Belastung der Haut durch seitliche Scherung und reduziert auch die Kraftanstrengung des Therapeuten!

Dosierung:

1. Jede Vakuummassage und jeder Schröpfvorgang sollte einschleichend dosiert werden, d. h., man beginnt immer mit dem schwächeren Vakuum, der kürzeren Behandlungsdauer und an weniger empfindlichen Körperstellen.

2. Vor jeder Schröpftherapie testen wir den Hauttyp des Patienten, indem wir das Schröpfinstrument für ganz kurze Zeit anlegen, um dann dessen Auswirkung auf die Haut abzulesen (s. a. Tab. 1).

Danach richten wir die individuelle Dosierungsempfehlung für den jeweiligen Patienten. Tritt nach weniger als einer Minute bereits eine deutliche Rötung auf, verwenden wir von vorneweg eine geringere Dosierung als für den durchschnittlichen Patienten empfohlen (s. Tab. 2).

Allgemein gilt: Bei sehr zierlichen Patienten und bei blonden/blauäugigen Menschen ist es ratsam, niedriger zu dosieren als bei Patienten des dunklen Typs und mit athletischem Körperbau.

3. Beim älteren und geschwächten Patienten sollten Sie gleichfalls niedriger einsteigen und den Abstand zwischen den einzelnen Schröpfbehandlungen vergrößern, damit der Körper den Reiz in der Zwischenzeit besser verarbeiten kann.

Als Faustregel haben sich drei Behandlungen pro Woche als günstig herausgestellt.

4. Beim Normalpatienten ist tägliches Schröpfen möglich, dann aber bitte immer wieder an anderen Hautbezirken und nie dort, wo noch Rötungen oder ein Bluterguss sichtbar sind.

	Druckstelle	Rötung	Bluterguss	Blutaustritt	Bemerkungen
Kopfschmerzen	•	●	•	n. s.	An Nacken und Schläfen behandeln!
Nackenschmerzen	•	●	●	n. s.	
Schulter-Arm-Schmerzen	•	●	●	n. s.	
Rückenschmerzen	○	•	●	•	
Gelenkprobleme	○	•	●	•	
Muskelverspannungen	•	●	●	•	
Durchblutungsstörungen	•	●	●	n. s.	
Wundheilungsstörungen	○	•	●	●	Direkt über der Wunde mit großer Glocke!
Narben	○	•	●	●	Wie bei Wundheilungsstörungen!
Allgemeine Reiztherapie	○	•	●	●	
Bronchialerkrankungen	•	●	●	●	Am Rücken über den Lungen!
Verdauungsprobleme	•	●	●	●	An der Bauchdecke!
Hoher Blutdruck	○	•	●	●	
Cellulite	●	●	n. s.	n. s.	Zum Herzen hin ziehen!
Akne	●	●	n. s.	n. s.	Über den Komedonen kleine Glocke ansetzen!

Tab. 2: Dosierung der Schröpfbehandlung bei häufigen Gesundheitsproblemen

Erklärung:

- = keine Wirkung
- = mäßige Wirkung
- = gute Wirkung
- = ausgeprägte Wirkung
- n. s. = nicht sinnvoll

5. Bevor man die Verträglichkeit der Schröpftherapie beim einzelnen Patienten kennt, gilt eine maximale Behandlungszeit von 10 Minuten (empfindliche Menschen) bis 15 Minuten (kräftigere Menschen), drei- bis viermal pro Woche.

Bei Kindern sollten Sie sich mit 5-10 Minuten, ebenfalls drei- bis viermal pro Woche, begnügen.

Die in Kapitel 2 beschriebenen flachen, weichen Saugmatten können im Einzelfall länger am Körper verbleiben, aber auch das muss vorher behutsam ausgetestet werden!

6. An empfindlichen Hautpartien wie Gesicht, Hals, weibliche Brust, Leiste bitte sehr vorsichtig behandeln. Machen Sie auch hier den oben empfohlenen Vortest! Wenn Sie sich nicht sicher sind, fragen Sie Ihren Arzt oder Therapeuten.

Beim Schröpfen im Gesicht ist darauf zu achten, dass sich möglichst keine Blasen bilden sollen. Gerade hier ist die Verwendung eines Gleitöles o. Ä. wichtig.

7. Sollte die Haut sich bläulich verfärben, brechen Sie den Schröpfvorgang umgehend ab. Das ist nämlich ein Hinweis auf eine schlechte Durchblutung dieses Hautbezirkes, der dann nicht durch zusätzliche Reize belastet werden darf!
8. Für das blutige Schröpfen, das ja deutlich eingreifender ist als das trockene Schröpfen, gelten Behandlungsabstände von 4–8 Wochen, je nach von Ihnen beobachteter Verträglichkeit.



Abb. 17: Massageöl

9. Eine Besserung von Beschwerden tritt in der Regel nach der vierten Behandlung (Schwankungsbreite von der zweiten bis zur achten Behandlung) ein. Es lohnt sich also, Geduld zu haben und die Therapie nicht zu früh wegen vermeintlicher Wirkungslosigkeit zu beenden.

Nach dem Schröpfen:

1. Das Ablösen des Schröpfinstrumentes gelingt durch Niederdrücken der Haut und gleichzeitiges Verkappen des Instrumentes mit der anderen Hand. Dann kann Luft unter das Schröpfglas strömen. Bei den weichen Saugmatten genügt es, wenn Sie diese an einer Ecke vorsichtig hochziehen. Wenn einer der Saugnäpfe sein Vakuum verliert, ist es auch bei allen anderen gelöscht.
2. Wenn Sie nach dem Schröpfen die behandelten Hautbezirke kurz durchmassieren, können Sie den Eintritt der Heilwirkung beschleunigen.
3. Vor allem nach höher dosierten Schröpfanwendungen sollte sich der Patient für einige Minuten hinlegen und ruhen.
4. Wenn Sie ernstere Krankheiten mit Schröpftherapie behandeln, müssen Sie auf den Energiehaushalt des Körpers achten. Diesen gleichen Sie am besten dadurch aus, dass Sie den Patienten nach der Behandlung ein bis zwei Tage ins Bett schicken. Auch diese Maßnahme dient dazu, dem Körper Gelegenheit zu geben, den heilenden mechanischen Reiz optimal zu verarbeiten.

6. Anwendungstabellen für das Schröpfen

Die Tabellen auf den folgenden Seiten dienen der raschen Orientierung, wie, wo und wie lange Sie die Schröpfbehandlung bei den häufigsten darauf ansprechenden Beschwerden anwenden können. Die angegebenen Dosierungen sind lediglich Richtwerte, die aus langjähriger Erfahrung ermittelt wurden. Verwenden Sie diese Angaben über Saugstärke, Behandlungszeit, Behandlungsfrequenz usw. als Anhaltspunkte für Ihre eigene, individuell verträgliche Dosierung, die Sie selbst durch geduldiges Ausprobieren herausfinden müssen.

Bewegungsapparat

	Genaue Beschreibung S.	Zeit/ Min.	Wie oft/ Woche 1	Wie oft/ Woche 2	Wie oft/ Woche 3	Dauer/ Wochen	Schröpforte
Schultergelenk-Arthrose	40	10	2	1	0.5	4	Schulter außen
Ellenbogengelenk-Arthrose	40	10	2	1	0.5	4	Ellenbogen außen
Arthrose an Hand-/Fingergelenken	40–41	8	2	1	0.5	4	Handrücken/Unterarm
Hüftgelenk-Arthrose	41	15	2	2	1	8	Gesäß seitlich
Kniegelenk-Arthrose	42	15	2	2	1	8	Knie seitlich, Kniekehle
Arthrose an Fuß-/Zehengelenken	43	10	2	1	0.5	4	vor und hinter Fußknöchelchen, Fußrücken
Arthrose der Wirbelsäule	43–44	15	2	2	2	8	links und rechts der Wirbelsäule, je nach Schmerz
Sehnenscheidenentzündung am Unterarm	45–46	8	2	2	1	6	über der schmerzhaften Sehne
Muskelverspannungen	46–47	10	2	1	0.5	4	um die Schmerzpunkte
Rheumatischer Formenkreis	47–48	8	2	1	0.5	6	um die Schmerzpunkte
Osteoporose	49	12	2	2	2	8	links und rechts der Wirbelsäule



Stärke 1–5	Schröpf- instrumente	Anzahl Gläser	Anzahl Matten	Pulsation	Saugwellen- massage	Blutiges Schröpfen?	Blutegel?	Bemerkungen/ Besonderheiten
4	mittelgroß	≤ 10	2	ja	ja	ja	(ja)	-
3	klein	≤ 6	2	ja	ja	ja	(ja)	-
2	klein, Saugmatte	≤ 5	1–2	nein	nein	nein	nein	-
5	groß	≤ 8	2	ja	ja	ja	(ja)	-
4	mittelgroß	≤ 8	1–2	ja	ja	ja	ja	blutiges Schröpfen/ Blutegel in der Kniekehle
3	klein/mittelgroß	≤ 6	1	nein	nein	nein	nein	-
5	groß, Saugmatte	≤ 18	2	ja	ja	ja	ja	-
2	klein, Saugmatte	≤ 4	1	nein	ja	nein	nein	-
4	mittelgroß	≤ 6	2	ja	ja	nein	nein	zunächst um den schmerzhaften Muskel herum schröpfen
4	mittelgroß	≤ 10	2	ja	ja	ja	ja	Nicht im akuten Schub!
3	mittelgroß	≤ 20	2	ja	ja	nein	nein	-

Ihre nächsten Schritte...

Das patentierte und medizinisch zertifizierte Bamico-Massage-System basiert auf medizinischen Erkenntnissen und überträgt diese auf eine Ebene, die universell einsetzbar, komfortabel und anwendungsfreundlich ist. Sie kann von Laien ebenso angewandt werden, wie von Ärzten und Therapeuten. Wünschen Sie weitere Informationen oder eine Präsentation der Vakuum-Massage-Therapie in Ihrer Nähe, dann kontaktieren Sie uns unter Telefon 09073-1234 oder per Mail info@bamico.de

Buchbestellung

Sie möchten sich weiter mit dem Thema "Gesund durch Schröpfen" befassen und das Buch bestellen, dann können Sie dies gerne in unserem Online-Shop unter www.bamico.de

Geräteauswahl und Zubehör

In unserem Online-Shop finden Sie eine interessante Auswahl an verschiedenen Geräten wie CELLUVITAL, VACUVITAL, THERAWAVE und verschiedene Ausführungen an Schröpfköpfen und Schröpfmatten. Sowohl als Therapeut oder als gesundheits- und wellnessbewusster Heimanwender werden Sie mit den BAMICO Massage-Systemen garantiert zufrieden sein

www.bamico.de



Kontakt zu BAMICO:

Bamberger Wellness GmbH
Industriestr. 25
89423 Gundelfingen
Telefon 09073-1234
info@bamico.de
www.bamico.de