

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. Saugglocken aus Silikon | 14 |
| 8. Allgemeine Tipps für das Schröpfen | 15 |

3. Funktionsweise und Wirkung des Schröpfens

23

- | | |
|---|----|
| 1. Hautverformung und -scherung | 24 |
| 2. Ausschüttung von Gewebshormonen | 25 |
| 3. Gewebeunterdruck durch das Vakuum – passive Hyperämie | 25 |
| 4. Reaktive Hyperämie | 27 |
| 5. Reflektorische Schmerzhemmung | 27 |
| 6. Austritt von Lymphe/Blut ins Gewebe | 29 |
| 7. Anziehende Wirkung auf Abwehrzellen | 30 |
| 8. Stoffwechselsteigerung | 32 |
| 9. Reflektorische Beeinflussung innerer Organe
über die Head'schen Zonen | 32 |
| 10. Fernwirkungen durch gezielte Behandlung der Triggerpunkte | 35 |

11. Störfelddiagnose und -therapie	36
12. Allgemeine Wirkungen des Schröpfens auf den Organismus	37
13. Schröpfen und andere Therapieformen	38

4. Einsatz und Wirkungsweise des Schröpfens

39

1. Bewegungsapparat	39
2. Sportmedizinische Aspekte/Verletzungsfolgen	52
3. Herz-Kreislauf-System	57
4. Atmung	64
5. Hals-Nasen-Ohren-Erkrankungen	68
6. Verdauungssystem	71
7. Stoffwechsel/Hormonsystem (Endokrinium)	77
8. Ausscheidungs- und Geschlechtsorgane	82
9. Nervensystem/Psyche	87
10. Haut	99
11. Kosmetik	102
12. Wellness	107

5. Gegenanzeigen/Kontraindikationen

110

6. Anwendungstabellen für das Schröpfen

112

Literatur

125

Sachverzeichnis

131

Kontaktadressen

134