

Was ist Schröpfen?

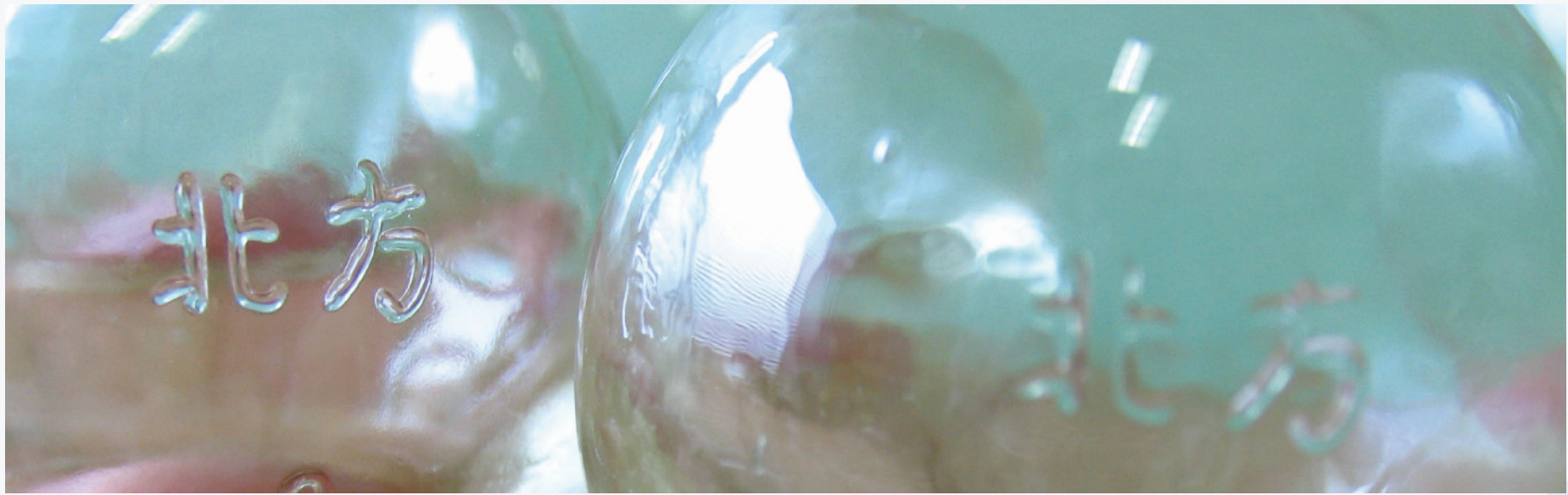
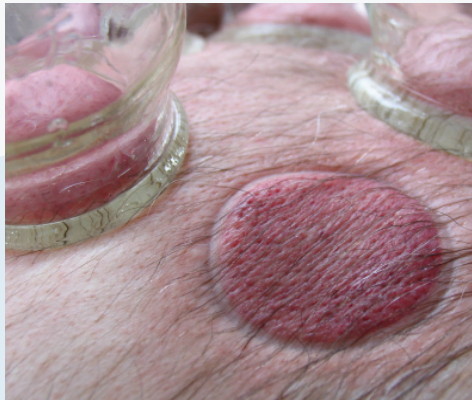
Schröpfen zählt wie die Blutegeltherapie zu den sogenannten **Ausleitenden Verfahren**. Durch schnelles Eintauchen einer brennenden Schröpf-Fackel wird in kugeligen Schröpfgläsern ein Unterdruck erzeugt. Die Gläser werden nacheinander rasch auf die Haut aufgesetzt und saugen sich dort fest.

Nach wenigen Sekunden bis Minuten kommt es zur Ausbildung der typischen **Schröpfzone** (s. u.), eines kreisrunden, geröteten Hautareals, welches über mehrere Tage sichtbar bleiben kann. Schröpfen selbst wird meist als ein angenehm entlastendes Druckgefühl im Bindegewebe oder in der Muskulatur wahrgenommen.

Was geschieht an der Schröpfzone?

Die Schröpfzone entsteht durch Austritt roter Blutkörperchen aus den Blutgefäßen in das Bindegewebe der Haut. Interessanterweise kommt es hierbei nicht zu einer Schädigung der Blutgefäße; die Blutkörperchen werden vielmehr schonend und schmerzfrei durch die intakte Gefäßwand hindurch gesogen (sog. Erythrozytendiapedese). Dieser Effekt ist ungefähr vergleichbar mit der Entstehung des bekannten „Knutschflecks“ (siehe Abb.)

Diese Ansammlung roter Blutkörperchen wird vom Organismus innerhalb mehrerer Tage durch eine spezifische Immunreaktion „bearbeitet“. Hierdurch setzt eine vermehrte



Durchblutung und Durchwärmung im Bereich der Schröpfzone und ihrer Umgebung ein.

Schmerz- und Schlackenstoffe können abtransportiert werden, das Gewebe erfährt eine reinigende Ausleitung, Muskelverspannungen lösen und Gelenksbeschwerden bessern sich. Darüber hinaus bewirkt die Aktivierung der Immunzellen eine Anregung der Abwehrkräfte und damit einen verbesserten Schutz vor Erkältungskrankheiten und anderen Infekten.

Über bestimmte Nervenfasern sind innere Organe mit Reflexzonen der Haut verbunden (sog. Head-Zonen). Durch eine Behandlung über diesen Hautarealen kann gezielt auf die Funktion der zugehörigen Organe Einfluß genommen werden.

So kann z. B. eine Schröpftherapie über den Head-Zonen der Lunge im Bereich des unteren Rückens bei Asthma bronchiale oder bei chronischer Bronchitis eine Verbesserung der Atemfunktion bewirken.



Verschiedene Arten des Schröpfens

Beim **trockenen Schröpfen** werden die Schröpfgläser auf die intakte Haut aufgesetzt und dort solange belassen, bis sich die Schröpfzone in der gewünschten Ausprägung ausgebildet hat. Diese Form wird in unserer Praxis am häufigsten angewendet.

Je nach Beschaffenheit des Bindegewebes und je nach Ausmaß einer möglichen lymphatischen Stauung kann auch ein **blutiges Schröpfen** sinnvoll sein: hierbei wird mit einer feinen Lanzette die Haut der Schröpfzone vor dem Schröpfen wiederholt in schneller Folge oberflächlich eingestochen und dann erst das Schröpfglas aufgesetzt. In das Schröpfglas kann dann Blut austreten, womit eine sehr deutliche Reaktion mit ausgeprägtem Entstauungseffekt erreicht werden kann.

Darüber hinaus stellt die **Schröpfkopfmassage** eine weitere, besondere Form des Schröpfens dar: auf der zuvor eingeölte Haut wird das Schröpfglas mit Vakuum derart hin und her bewegt, daß eine breite und flächige Schröpfzone, eher im Sinne einer „Schröpfstraße“, entsteht. Schröpfkopfmassage bewirkt eine kräftige, tiefe und wärmende Durchblutungsvermehrung der Muskulatur.

Wie oft sollte geschrópft werden?

Wie bei vielen naturheilkundlichen Anwendungen handelt es sich auch beim Schröpfen um eine Serienbehandlung: eine bestimmte Anzahl von Wiederholungen ist erforderlich, um die erwünschte Wirkung zu erreichen und zu festigen.

Bei chronischen Beschwerden hat es sich bewährt, etwa 6 bis 10 Anwendungen in Folge durchzuführen, wobei die Behandlungen im Abstand von 1 bis 2 Wochen erfolgen können.

Bei akuten Erkrankungen (z. B. akuter Rückenschmerz) können auch sehr gezielte oder auch nur eine einzelne Behandlung eine deutliche Beschwerdelinderung bewirken.

Anwendungsgebiete

Bei folgenden Beschwerden können Schröpfen oder Schröpfkopfmassage wirksam angewendet werden:

- **Erkrankungen und schmerzhaftes Störungen des Bewegungsapparates; wie z. B.**
 - chronische Rückenschmerzen
 - akute Rückenschmerzen
 - Schulter-Nacken-Verspannungen
 - Schultergelenksschmerzen
 - Hüftgelenksschmerzen
 - Kniegelenksschmerzen
 - Muskelverspannungen
- **Atemwegserkrankungen, wie z. B.**
 - chronische Bronchitis
 - Asthma bronchiale
 - Sarkoidose oder Fibrose der Lunge
- **Spannungskopfschmerzen**
- **Migräne**
- **Reizdarmsyndrom**
- **Menstruationsbeschwerden**
- **zur Immunstärkung bei Infektanfälligkeit**
- **zur Entlastung bei gestautem Bindegewebe**
- **zur Unterstützung beim Heilfasten**
- **zur Ausleitungstherapie**

Schröpfen



Praxis für Integrative Medizin
Dr. med. Ivo Görlach - Heike Lohmeier

Friedrich-Ebert-Str. 90 - 42103 Wuppertal
Tel 0202 30 39 84 - Fax 0202 370 24 40

www.praxis-goerlach.de