

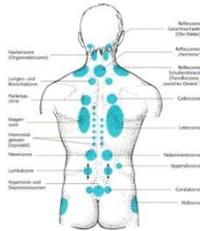


# Schröpfen/Segmente

*Niemand kann körperlich ganz gesund sein, wenn es ein Teil des Lebens nicht ist, sondern es müssen alle oder doch wenigstens die wichtigsten Organe in derselben Verfassung sein wie das Ganze.*

sogenannten kutiviszeralen oder viszerokutanen Reflexbahnen. Das kranke Organ sendet über die vegetativen Nerven Reize zu den entsprechenden Hautbezirken (Dermatome), die mit schwammigen Aufquellungen, Verspannungen, Druckschmerzpunkten, Bindegewebschwund (Täler) oder Dauerschmerz reagieren können. Diese überempfindlichen, schmerzenden oder veränderten Hautareale bezeichnet man als Head'sche Zonen.

Auf diese Weise werden durch das Schröpfen die Durchblutung und der Stoffwechsel verbessert. Muskelverspannungen und Gelosen (*tastbare Veränderungen in Hautarealen oder Muskeln*) werden beseitigt sowie Spasmen (Krämpfe) an inneren Organen gelöst. Durch die Freisetzung von Endorphinen (*vom Körper selbst produzierte Opioide, denen eine schmerzstillende Wirkung nachgesagt wird*) und einem verstärkten Abbau von Prostaglandinen (*Gewebshormone, die für Schmerz, Blutgerinnung, Entzündungen und vieles mehr verantwortlich sind*) wird der schmerzlindernde Effekt in den Reflexzonen erklärt.



## Allgemeine Wirkung

**Haut:** Bei der Schröpftherapie wird durch den Unterdruck die Blutzirkulation verbessert, die Hauttemperatur erhöht, der Metabolismus (Stoffwechsel) des Hautgewebes gesteigert sowie die Funktion der Talg- und Schweißdrüsen und die Zufuhr der Nährstoffe verbessert. Hierbei wird nicht nur stagniertes, altes Blut aus der Haut abgezogen, sondern auch giftige Substanzen, die auf der Hautoberfläche vorhanden sind, entfernt.

**Muskeln:** Die subkutanen Kapillargefäße und die Blutgefäße in der Muskulatur werden durch die Saugwirkung des Unterdrucks beim Schröpfen aktiviert. Dadurch werden der Blutfluss und der Lymphfluss erleichtert.

**Gelenke:** Bei chronischen Gelenkerkrankungen ist die Schröpftherapie besonders wirksam. Die Behandlung wird mit elastischen Schröpfköpfen direkt auf dem Bereich der jeweiligen Gelenke durchgeführt. Durch den Unterdruck wird der Gelenkspalt leicht gedehnt, durch die Pulsation findet Flüssigkeitsaustausch im Knorpel statt. Es kommt zur besseren Durchblutung des Gelenks und zur stärkeren Sekretion von Gelenkflüssigkeit (Synovialflüssigkeit). Bei leichteren Gelenksbeschwerden ist eine fast vollständige Heilung möglich.

**Verdauungsorgane:** Meist fühlen sich die Behandelten nach einer Schröpftherapie im Bauchbereich hungrig. Da nach Auffassung der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) Energie der natürlichen Selbstheilungskräfte des Körpers vor allem aus den Verdauungsorganen bezogen wird, werden Milz, Magen und Darm in die Behandlung schwerpunktmäßig mit einbezogen. Durch die Saugkraft des Unterdrucks beim Schröpfen auf der Bauchregion, werden die inneren Organe stimuliert, die Peristaltik und die Sekretion der Verdauungssäfte angeregt, wodurch sich die Verdauung und die Nährstoffaufnahme verbessern.

**Blutzirkulation:** Durch die Saugkraft mit leichtem Unterdruck wird der Blutfluss in den Arterien und Venen günstig beeinflusst. Es bilden sich lokale, schmerzfreie Hämatome, die sich wieder auflösen. Dadurch ist es möglich, Unterbrechungen des Blutflusses sowie Stauungen aufzulösen. Dr. Katase von der Osaka-Universität ist der Ansicht, dass sich die Blutzusammensetzung verändert. Die Zahl der roten und weißen Blutkörperchen wird erhöht, saures Blut wird alkalisch, zumindest neutralisiert. Man kann es auch als Reinigung des Blutes bezeichnen.

**Nervensystem:** Die sensorischen Nerven der Haut werden stimuliert. Die Behandlung des Rückens ist auf die Rückenmarksnerven, parasympathische Nerven sowie auf die unmittelbar daneben liegenden sympathischen Nerven ausgerichtet. Dies wirkt sich nicht nur auf das autonome Nervensystem aus, sondern auch auf die verschiedenen Organe, die dem autonomen Nervensystem unterstehen.

## Arten des Schröpfens

Ja nachdem, welches Therapieziel erreicht werden soll, wird zwischen trockenem Schröpfen, blutigem Schröpfen oder der Schröpfkopfmassage unterschieden.

## Trockenes Schröpfen

Beim trockenem Schröpfen wird das Schröpfglas auf die kalte Gelose (tastbare Veränderung im Hautareal oder Muskel) aufgesetzt und verbleibt dort für ca. 10 bis 20 Minuten. Durch das trockene Schröpfen werden vor allem die Blutzirkulation und der Lymphfluss angeregt. Dadurch kommt es außerdem zur Stärkung des zugehörigen inneren Organs. Das trockene Schröpfen kann nach ca. 3 Tagen wiederholt werden. Durch den erzeugten Saugreiz werden rote Blutkörperchen aus dem Gefäßsystem in das Perivascularium (*Umgebung kleiner Gefäße*) transportiert, ohne offensichtliche Verletzung

## Aristoteles

der Kapillarwände. Diese werden Extravasate (*einem Hämatom ähnliches Aussehen*) genannt und sind in der Regel nicht schmerzhaft.

## Blutiges Schröpfen

Beim blutigem Schröpfen wird das Schröpfglas für ca. 1 - 3 Minuten auf die heiße Gelose aufgesetzt und anschließend wieder entfernt. Danach wird dieser Hautbezirk desinfiziert und mit einer Lanzette angeritzt. Über diese angeritzte Stelle wird das Schröpfglas nochmals aufgesetzt und verbleibt dort für ca. 10 Minuten, bis sich das Schröpfglas maximal mit ca. 100 bis 150 ml Blut gefüllt hat. Das blutige Schröpfen kann nach ca. 7-14 Tagen wiederholt werden.

## Schröpfkopfmassage

Zum Gleiten des Schröpfkopfes werden die zu bearbeitenden Hautbezirke mit einem guten Öl eingerieben. Wie beim Trockenschröpfen werden nun ein bis zwei Schröpfköpfe auf die zu bearbeitenden Hautbezirke aufgesetzt und auf der Hautoberfläche verschoben, gezogen oder auch eventuelle kreisend bewegt. Die Schröpfkopfmassage wird beendet, wenn die zu bearbeitenden Hautbezirke rötlich (*Hyperämie*) oder bläulich (*Extravasate*) geworden sind. Allerdings kommt es auch zu einem Zerreißen kleinster Äderchen in der Unterhaut. Dieser Vorgang ist aber erwünscht. Diese Massage dauert ca. 3 - 5 Minuten.

## Schröpforte

Die meisten Schröpfzonen befinden sich im paravertebralen Bereich (*am Rücken beidseits der Wirbelsäule*). Als Indikation für das Schröpfen gilt das Auffinden einer kalten oder heißen Gelose in den jeweiligen Zonen.

## Wann wird geschröpft?

Bei Kopfschmerzen in der neuralgischen Zone (*zwischen den Schulterblättern*), Schwindelgefühl unbekannter Genese, niedriger Blutdruck, hoher Blutdruck (*wenn nicht renal bedingt*), schmerzhafte Muskelverspannung, Ischias-Beschwerden, Rückenschmerzen, Interkostalneuralgien, Magen-Darm-Spasmen, rheumatische Geschehen, Asthma, Sportverletzungen, periphere Durchblutungsstörungen, zur Bindegewebs- und Reflexzonenmassage, zur Lymphdrainage, Myalgien, Myogelosen, Schulter- Nackenbeschwerden

*Artikel zusammengestellt: Manuela Seidler, Heilpraktikerin, Tanz und Bewegungspädagogin, Quelle: Das praxisnahe 1x1 des Schröpfens, Esther Wurster-Ilg*