

Informationen zu Pneumatischen Pulsations-Massage-Therapie

Bitte vor und nach jeder Behandlung ein großes Glas Wasser trinken. Es wird hier die Entgiftung angeregt, und der Körper braucht Flüssigkeit für die Ausscheidung.

Es kann sein, dass die Beschwerden nach der Therapie kurzzeitig etwas stärker werden. Das können Sie einfach abwarten. Es zeigt an, dass eine Wirkung da ist. Wenn es zu intensiv für Sie war, lassen Sie es uns bitte wissen.

Eine vorübergehende Rötung der Haut ist normal und gewünscht, da die Durchblutung stark angeregt wird.

Einige Empfehlungen für sinnvolle begleitende Maßnahmen:

1. Unterstützung der Ausleitung

- ausreichend trinken, direkt vor und nach der Behandlung ein großes Glas am besten stilles Wasser,
- dem Trinkwasser Salze wie z.B. Anolin M (Naturkristall-Sole mit Mineralien) und Bitterstoffe wie z.B. Heidelbergers 7 Kräuter Stern zusetzen
- Algenpräparate (am besten in Bio-Qualität)
- ausgewogene gesunde Ernährung und viel maßvolle Bewegung
- besonders intensiv wirken unsere Ionenbäder

2. Optimierung des Säure-Basen-Haushalts

- Verzicht auf säurelastige Lebensmittel wie Kaffee, Zucker, Milch, Fleisch, tierische Fette
- „basenfördernde“ Präparate wie grüne Tonerde, Wurzelkraft, Birkenasche-Extrakt oder Birkensaft
- Bitterstoffe und Algen wie oben angegeben wirken ebenfalls basisch

3. Aufbau der Darmflora und Zufuhr von Nährstoffen

- Produkte aus fermentierter Braunhirse enthalten Ballaststoffe und probiotische Substanzen
- andere Probiotika (möglichst nur hypoallergene und hochwertige Präparate) - aber bitte kein Joghurt

Am besten erfolgt die Behandlung 1-2mal pro Woche in einer Serie von auf jeden Fall 10 Sitzungen. Sie können aber auch selber entscheiden, wie es Ihnen guttut. Danach kann man individuell schauen, was das beste Vorgehen ist.

Bei Fragen oder Unklarheiten gerne anrufen.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 08072|2825
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie

