



SCHRÖPFEN

in Theorie & Praxis

Das Schröpfen ist eines der ältesten humoral-therapeutischen Verfahren. Erste Aufzeichnungen gab es bereits 3300 v. Chr. in Verbindung mit dem mesopotamischen Arztsiegel. In der chinesischen Medizin wird die Schröpfbehandlung bereits seit 5000 Jahren angewendet. Furunkel wurden z. B. mit einem scharfen Gegenstand eingeritzt und die Wunde wurde mit dem Mund oder anderen Geräten ausgesaugt, um die schlechten Säfte zu entfernen. Die Grundlage der Humoraltherapie ist das Gleichgewicht der Körpersäfte (Blut, Galle und Schleim), denn man ging davon aus, dass Krankheit entsteht, wenn diese nicht in Harmonie sind.

Beim Schröpfen wird zwischen dem trockenen und dem blutigen Schröpfen sowie der Schröpfkopfmassage (zählt zum unblutigen Schröpfen) unterschieden.

Das blutige Schröpfen wurde zwischen dem 11. und 15. Jahrhundert hauptsächlich von Badern und Laientherapeuten durchgeführt und bekam dadurch einen schlechten Ruf. Erst der Arzt Dr. Bernhard Aschner (1883-1960) verhalf den ab- und ausleitenden Verfahren wieder zur Anerkennung.

Nach einer gründlichen Anamnese ist das Schröpfen für fast alle Patienten geeignet. Die Anzahl der Behandlungen hängt vom

Beschwerdebild ab, aber häufig kann sich schon nach den ersten Anwendungen eine Besserung einstellen. Vor dem Beginn einer Schröpfbehandlung sollte das zu behandelnde Areal palpirt werden. Ein geübter Therapeut kann dabei eingesunkenes, sogenanntes sulziges oder erhabenes gelotisches Gewebe ertasten. Sulzige Stellen sollten in der Regel unblutig geschröpft werden, weil hier eine Unterversorgung vermutet wird. Erhabene gelotische Stellen zeigen eine Fülle an und sind möglicherweise eine Indikation für das blutige Schröpfen, um zu entstauen und zu entlasten.

Bei den gelotischen Veränderungen wird zwischen kalten, blassen und roten, heißen Gelosen unterschieden. Erstere stellen eine blutarme Verhärtung im Bindegewebe dar, sie sollten unblutig geschröpft werden. Die roten oder heißen Gelosen sind Zonen mit angestaumtem Blut und sollten blutig geschröpft werden, um zu entlasten.

In der Praxis

Trockenes Schröpfen

- Schröpfglas mit etwas Spiritus ausschwenken.
- Schröpfglas mit der Öffnung nach unten drehen, damit der Spiritus ablaufen kann.
- Dann den Rand gründlich mit Haushaltsrolle abwischen, damit es beim Anzünden nicht zu Verbrennungen kommt.
- Eine Flamme ins Glas halten, parallel zum angezeigten Hautareal. Wenn der Spiritus brennt, wird das Glas aufgesetzt. Es entsteht ein Unterdruck und der Schröpfkopf saugt sich fest.
- Wenn das Glas sich nicht nach 10-15 Minuten von alleine löst, kann der Therapeut sanft mit dem Finger das Vakuum lösen.

Schröpfkopfmassage Der zu bearbeitende Bereich wird mit körperwarmem Öl eingerieben. Dann wird das Schröpfglas auf die Haut aufgesetzt und ein Vakuum erzeugt (am besten sind dafür die Schröpfgläser mit Ball geeignet). Das Glas wird langsam über das Areal geführt, um die Durchblutung anzuregen und damit die Verspannungen zu lösen.

Blutiges Schröpfen

- Haut lege artis desinfizieren.
- Das betroffene Areal mit einer Blutlanzette 8-10 Mal leicht einstechen.
- Den Schröpfkopf wie oben beschrieben aufsetzen und ca. 10-15 Minuten auf der Haut lassen.
- Im Schröpfglas wird sich durch das Anritzen etwas Blut ansammeln.

- Wunde versorgen und verbinden.
- Schröpfköpfe desinfizieren und sterilisieren.

Wirkung Das angesetzte Schröpfglas erzeugt einen Unterdruck, wodurch ein Sog auf die Haut und die Unterhaut entsteht. Der physikalische Effekt bewirkt eine Mehrdurchblutung und somit eine verbesserte Sauerstoffversorgung. Durch die Mehrdurchblutung können Myogelosen und Verspannungen gelöst werden und vor allem im Bereich der Nieren werden die Ausscheidungsfunktion angeregt. Das blutige Schröpfen wirkt ausleitend und hat einen antiphlogistischen Effekt.

Beim Aufsetzen der Gläser auf die sogenannten Head'sche Zonen (Hautreflexzonen) können Organe über den cutiviszeralen Reflexbogen angeregt werden. Der englische Neurologe Sir Henry Head fand heraus, dass bestimmte Segmente inneren Organen zugeordnet werden können, dafür kann der Schmerz im linken Arm beim Herzinfarkt ein Beispiel sein.

Indikationen

- Myogelosen
- Gelenkerkrankungen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Neuralgien
- Rheuma
- Ischias
- Lebererkrankungen
- Bronchitis
- Lungenentzündung
- Hypertonie
- Klimakterische Beschwerden

Viele weitere Erkrankungen können nach Rücksprache mit dem Therapeuten unterstützend mit Schröpfen behandelt werden.

Kontraindikationen

- nicht auf Varizen und Venenentzündungen
- Bluter und medikamentöser Bluter
- offene Verletzungen
- Neurodermitisgebiete

- Muttermale und Warzen
- Schleimhäute
- akute Entzündung des entsprechenden Hautareals
- Sonnenbrand
- Schwangerschaft

Der Patient sollte sich jedoch nur von einem Arzt oder Heilpraktiker behandeln lassen. Bei sehr starken Muskelverspannungen z. B. kann die Behandlung schmerzhaft sein und es kann ein Bluterguss entstehen, der sich aber nach ein paar Tagen wieder auflöst.

Schröpfen ist eine einfach erlernbare Methode, deren Wirkung nicht wissenschaftlich erwiesen ist, aber die Erfolge sprechen für sich.

Christina Rais
Heilpraktikerin