

Gesund in die kältere Jahreszeit mit Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM)

Während den Herbst- und Wintermonaten nehmen die typischen Erkrankungen der kälteren Jahreszeiten wie Grippe und Erkältungen sowie Beschwerden an Gelenken und Rücken stark zu. Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) kann sanft und nachhaltig helfen.

Ein Wechsel der Jahreszeiten bedeutet für den menschlichen Körper immer wieder aufs Neue «Anpassen und Umstellung». Nicht immer ein einfacher Prozess. Gerade jetzt im Herbst treten wieder vermehrt Erkältungen auf. Sie können Husten, chronische Bronchitis, Asthma, Beschwerden an den Gelenken und Rückenschmerzen noch verschlimmern. Oft sind diese Leiden auch chronischer Natur. Sie verstärken sich meist in der kälteren Jahreszeit, da der menschliche Organismus vermehrt Mühe hat, sich an die veränderten Temperatur-Verhältnisse anzupassen. Kälte und Feuchtigkeit sind auch zwei wichtige krankmachende Faktoren der TCM, die vor allem im Herbst die Meridiane befallen können.

Mit Hilfe der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) können viele dieser Leiden wirksam behandelt werden. Erkrankungen der Atemwege etwa können mit einer Kombination von Akupunktur und chinesischer Kräutermedizin gelindert werden. Bei Gelenk- und Rückenbeschwerden hilft zusätzlich die Tui-Na Massage.

DURCH DIE GEKONNTE STIMULATION mit Akupunktur-Nadeln oder der Tui-Na Massage werden gestörte



MIT AKUPUNKTUR-NADELN werden gestörte Funktionen im Körper reguliert.

FOTO: ZVG

Funktionen im Körper reguliert. Dadurch kann er sich viel besser an veränderte klimatische Verhältnisse anpassen. Geschieht diese Funktionsregulation zum Zeitpunkt der Beschwerdeverschlimmerung, ist der Organismus in späteren Jahren viel besser fähig, sich anzupassen.

Welche konkreten Möglichkeiten im Einzelfall bestehen, klärt der chinesische Facharzt für TCM im Gespräch und mittels einer Puls- und Zungendiagnose genau ab. Falls eine Behandlung nach den Prinzipien der TCM sinnvoll erscheint, erstellt der TCM-Experte einen individuellen Therapieplan.

IN DER KÄLTEREN JAHRESZEIT ist es auch wichtig, seinem Körper etwas mehr Ruhe zu gönnen. Das beste Vorbild ist die Natur: Tiere ziehen sich zum Winterschlaf zurück, Pflanzen verlangsamen ihr Wachstum. So braucht auch der Mensch Zeiten des Rückzugs, in denen er sich vermehrt

TAG DER RÜCKENSCHMERZEN BEI MEDIQI BADEN

MediQi bietet bei Rückenschmerzen eine wirkungsvolle und nachhaltige Behandlungsmethode.

MediQi führt am 19. November im MediQi Zentrum Baden einen «Tag der Rücken-Schmerzen» durch. Von 16 bis 21 Uhr beraten Sie die Fachärzte für TCM von MediQi rund um das Thema Rückenschmerzen und wie Traditionelle Chinesische Medizin Ihnen helfen kann. Am «Tag der Rückenschmerzen» liegen für die Besucher auch Alltags- und Ernährungstipps bereit. Es finden auch fortlaufend medizinische Vorführungen statt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Fragen? Rufen Sie uns an, Tel. 056 222 30 60 oder www.mediqi.ch

MediQi Baden
«Zum Schiff»
Bäderstrasse 18
056 222 30 60
www.mediqi.ch

auf seinen Körper besinnt, um zu spüren, was ihm wirklich gut tut. Gerade solchen Aspekten wird auch in der Traditionellen Chinesischen Medizin grösste Bedeutung beigemessen.

Autor: Dr. med. René Ochsenbein, schulmedizinischer Leiter MediQi

DIE AKTUELLE TEILNEHMERLISTE DER 28 KREATIVEN GASTBETRIEBE IM KANTON AARGAU

Brun's urchige Freihof	5612 Villmergen	Restaurant Metropol	5400 Baden
Café Aareblick	5116 Schinznach Bad	Restaurant Nova	5001 Aarau
Gasthaus Bruggerhof	5400 Baden	Restaurant Pizzeria La Bussola	5210 Windisch
Gasthof Horner	5604 Hendschiken	Restaurant Seeblick	5706 Boniswil
Gasthof zum Schützen	5000 Aarau	Restaurant zum Sternen	5303 Würenlingen
Hotel Aarehof	5103 Wildegg	Restaurant zur Post	5453 Remetschwil
Hotel Argovia	5001 Aarau	Restaurant zur Trotte	5018 Erlinsbach
Hotel Bären «Restaurant Atelier»	5242 Birr	Wirtschaft Täfern	5405 Baden-Dättwil
Hotel Krone	4663 Aarburg	Wirtshaus Rütihof	5722 Gränichen
Hotel Ochsen	5600 Lenzburg	Wirtshaus zum alten Landgericht	5600 Lenzburg
Hotel Storchen	5012 Schönenwerd		
Landgasthof Krone	4313 Möhlin		
Landgasthof Ochsen	5063 Wölflinswil		
Restaurant + Bar Burehus	5105 Auenstein		
Restaurant Buurestube	5708 Birrwil		
Restaurant Eintracht	5503 Schafisheim		
Restaurant Hertenstein	5408 Ennetbaden		
Restaurant Linde	5620 Bremgarten		



Athleticum Suhr - die grösste Sportauswahl der Region



Athleticum Suhr, Bernstrasse Ost 49, 5034 Suhr,
Telefon 062 855 50 40 www.athleticum.ch