

**KRAFTVOLL** Mit ihren Handkanten verteilt Monika Krautwurst den Energiefluss entlang der Meridiane

**LOCKERUNG** ▶ Durch Verschiebung ganzer Hautpartien werden Blockaden gelöst



**SANFTER DRUCK** ▶ Über Fernpunkte an den Füßen wird der Energiestau beeinflusst



▲ **GEFÜHLVOLL** Mit den Fingerkuppen ertastet die Heilpraktikerin die Qualität des Pulsschlags

## DAS NEUE BLATT-Leserin Britta Steinprinz (51)

# „Tuina-Massagen befreiten mich von meinen Schulterschmerzen“

**Zwei Jahre lang konnte sie ihre Schulter kaum bewegen. Dann lernte sie eine Heilpraktikerin kennen, die ihr half ≠**

Es war nichts mehr wie früher. „Ich musste mir schon morgens beim Anziehen Tricks einfallen lassen, denn meine Schultern waren steif, meinen Kopf konnte ich kaum noch drehen. Die Schmerzen zogen bis in die Arme“, erinnert sich Britta Steinprinz (51).

Zwei Mal war die Innenarchitektin aus Köln beim Orthopäden. Jedes Mal bekam sie schmerzlindernde Spritzen. **Doch wenn die Wirkung nachließ, waren die Beschwerden wieder da.**

Dann kam ihr der Zufall zur Hilfe. Sie erhielt den Auftrag, eine Praxis für Chinesische Medizin in Köln einzurichten und lernte dabei die Heilpraktikerin Monika Krautwurst (40) kennen.

**„Ich sah sofort, was mit ihr los war und bot ihr an, mich um ihre Schultern zu kümmern.“**

Nach der Zungen- und Pulsdiagnose schlug Monika Krautwurst Britta die Tuina-Massage vor. Das ist eine sehr effektive Behandlungsform der chinesischen Medizin. Das Wort Tuina setzt sich zusammen aus Tui = Schieben, Stoßen und Na = Greifen, Anheben. Das sind auch die beiden Haupttechniken dieser Methode. Ergänzt werden sie durch Druck, Zug, kleine kreisende Bewegungen, kraftvolles Drücken oder sanftes Streichen bis hin zu Schütteln der Haut.

Britta musste auf einer Liege Platz nehmen. Dann bearbeitete die Therapeutin ihren Nacken und die



◀ **SCHMERZFREI** Nach nur zehn Tuina-Massagen ist Britta Steinprinz jetzt ohne Beschwerden und hat wieder Freude am Leben

Schultern mit ausgewählten Griffen. Dabei schob sie ganze Hautpartien mit kraftvollen Bewegungen immer wieder hoch, bis sich die Haut rötete. Andere Stellen wurden mit der Handkante geklopft oder mit den Fingern leicht gestreichelt.

Die Dozentin für Tuina, Monika Krautwurst: **„Wir arbeiten entlang der Meridiane, auf denen die 360 Akupunkturpunkte liegen. Sie durchziehen den Körper wie ein Netzwerk und verbinden alle Organe.“**

Auf diesen Leitbahnen zirkuliert die Lebensenergie „Qi“. Je nach Technik kann so die Energie im Körper verteilt werden. Denn bei einer Stauung wird eine andere Region unterversorgt und kann nicht richtig arbeiten.

„Durch die Behandlung werden zudem Muskeln, Sehnen und Bänder gelockert, Blockaden aufgelöst, Giftstoffe entsorgt, die Durchblutung gefördert. **Der Körper kann sich regenerieren, denn die Körperbalance stimmt wieder.“**

Obwohl manche Aktionen sehr kraftvoll wirkten, empfand Britta sie als angenehm. Darum vereinbarte sie sofort weitere Termine mit der Heilpraktikerin. „Heute weiß ich, dass mich die Tuina-Massage von meinen schlimmen Schulterschmerzen befreit hat.“

**N. HACKENBROICH**

### INFOS

**Kosten:** Eine Behandlung dauert zwischen 30 und 60 Minuten und kostet etwa 60 Euro.

**Infos:** Monika Krautwurst Neumarkt 47, 50667 Köln Telefon 02 21/9 83 34 59

