

So hilft Ihnen die TCM durch die Covid-Zeit

Nach wie vor sind die Folgen der Covid-19-Pandemie in unserem Alltag deutlich spürbar. Die physischen und psychischen Auswirkungen belasten viele Menschen sehr. Manche sorgen sich um ihre eigene Gesundheit, andere fürchten, dass Angehörige schwer erkranken könnten. Die Einschränkungen und Veränderungen, welche die Pandemie mit sich gebracht hat, führen zu Frust, Angst und/oder Wut. Eine Fachperson für Traditionelle Chinesische Medizin TCM ist hierfür eine ideale Anlaufstelle. Wir zeigen Ihnen auf, wie die TCM Sie in dieser schwierigen und anspruchsvollen Zeit unterstützen kann.

Stärkung des Immunsystems

Unser Immunsystem ist ein wahres Wunder der Natur. Wir sind einer möglichen Infektion mit Sars-CoV-2 nicht schutzlos ausgeliefert, denn unsere Abwehrkräfte haben im Laufe der Zeit unterschiedliche Strategien entwickelt, um Krankheitserreger wie Viren erfolgreich abzuwehren. Ob wir bei einer möglichen Infektion schwer erkranken, hängt entscheidend davon ab, wie stark unser Immunsystem ist. Die gute Nachricht ist: Wir können unser Immunsystem präventiv unterstützen. So lässt sich der Verlauf einer möglichen Erkrankung günstig beeinflussen. Gemäss der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM ist es wichtig, dass die Lebensenergie «Qi» im Körper, genau genommen in den sogenannten Meridianen (Energieleitbahnen), frei fließen kann. Blockaden dieses Energieflusses können unser Immunsystem schwächen. Diese können sowohl von innen heraus (emotional) entstehen, als auch von aussen kommen. Um Blockaden zu beseitigen und damit die Funktionalität des Immunsystems zu stärken, wendet die TCM folgende Methoden an:

- Akupunktur
- Kräutertherapie
- Schröpfen und Moxibustion (Wärmebehandlung)
- Gesunde Ernährung und Lebensführung

Begleitend zur Impfung

Wer sich für die Covid-Impfung entscheidet, erlebt möglicherweise unerwünschte Nebenwirkungen. Die TCM bietet Therapiemöglichkeiten an, um diese zu lindern oder gar zu verhindern. Dazu empfiehlt es sich, bereits vor der Impfung einen Termin zu vereinbaren. Sollten dennoch Nebenwirkungen auftreten, kann die TCM dabei helfen, dass diese schneller wie-



der abklingen. Mittels Akupunktur, Kräutertherapie und Ernährungstipps kann der Körper ideal unterstützt werden.

Unterstützung für die Psyche

Die Covid-Pandemie bringt nicht nur körperliche, sondern auch psychische Herausforderungen mit sich. Das zeigen auch die überfüllten Praxen von Psychiatern und Psychologen. Die Traditionelle Chinesische Medizin eignet sich hervorragend zur Behandlung von Ängsten, depressiven Verstimmungen, Unruhegefühlen, Gereiztheit und/oder Nervosität. Auch körperliche Begleitscheinungen psychischer Beschwerden werden sehr erfolgreich behandelt. Dazu gehören zum Beispiel Schlafstörungen, Herzklappen, Atembeschwerden, Verdauungsstörungen, mangelnder/übermässiger Appetit sowie Müdigkeit oder Erschöpfung. Mittels Akupunktur und Kräutertherapie werden die Energieströme im Körper reguliert und damit das emotionale Gleichgewicht wieder hergestellt und stabilisiert. Dies hilft Betroffenen, sich wieder ausgeglichen, zufrieden und entspannt zu fühlen. Bei schwerwiegenden psychischen Erkrankungen



wird die TCM-Behandlung mit einer psychologischen/psychiatrischen Begleitung kombiniert.

Gut ausgebildete Therapeutinnen und Therapeuten

Wer eine/n TCM-TherapeutIn sucht, wählt vorzugsweise ein Mitglied eines Fachverbandes wie des TCM Fachverband Schweiz. Dieser gewährleistet, dass seine Mitglieder über eine anerkannte Ausbildung verfügen, unabhängige Prüfungen absolvieren und regelmässig Weiterbildungen nachweisen.

Detaillierte Informationen finden Sie auf der Website www.tcm-therapeuten.ch

Beteiligt sich die Krankenkasse an den Kosten?

Über eine Zusatzversicherung im Bereich Komplementärmedizin werden Behandlungen von den Krankenkassen in der Regel vergütet. Es empfiehlt sich auf jeden Fall, vorgängig bei der Versicherung abzuklären, in welchem Umfang die Behandlungskosten übernommen werden.



TCM Ming Dao die erste Schweizer TCM-Institution mit ISO 9001-Zertifizierung.

TCM Ming Dao Zug
c/o Ambulantes Zentrum Zug
2. Etage RailCity
Bahnhofsplatz
6300 Zug

Informieren Sie sich unter www.tcmmingdao.ch über unser Therapieangebot.
Kontaktaufnahme und Beratung: kostenlos unter Telefon +41 (0)800 120 120.

Akupunktur & TCM Praxis in Zug – TCM Zug GmbH

Entdecken Sie bei uns das ganzheitliche TCM Behandlungs- und Präventionskonzept. Akupunktur, TCM TuiNa-Massage, Schröpfen, TCM-Ernährungsberatung und QiGong.

Adresse: Gubelstrasse 15, 6300 Zug
Tel: 079 745 11 17 | info@tcmzug.ch
www.tcmzug.ch



Wir sprechen DE/EN/CN, Zusatzversicherung anerkannt



Die Gesundheit und das Wohlbefinden deines Hundes ist Herzenssache. Das gegenseitige Vertrauen die Grundlage zum Erfolg.

Kinesiologie AP® für Tiere
Ganzheitliche Ernährungsberatung

FREUDE AM HUND • Claudia Cazemier
www.freudeamhund.ch