

[View this email in your browser](#)



## **....wie hat sich im vergangenen Jahr meine Praxis weiterentwickelt? Welche neuen Therapiemethoden biete ich an?**

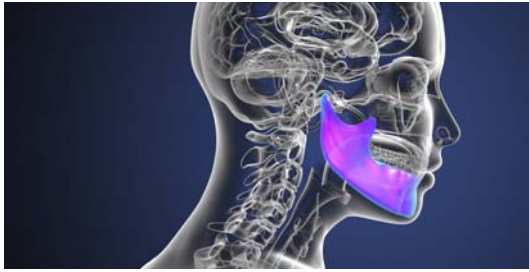
*Der erfolgreiche Tag der offenen Türe meiner Naturheilpraxis an der Florastrasse 42 liegt nun genau ein Jahr zurück. Gerne nehme ich diesen Jahrestag zum Anlass um meinen ersten Newsletter zu verschicken. Lesen sie nach, was sich in den vergangenen 12 Monaten in meiner Praxis verändert hat und entdecken Sie zwei neue Therapiemethoden und feine Kräutertees.*

Quasi als Weihnachtsgeschenk lagen im Dezember 2014 die Anerkennungen der Krankenkassen in meinem Briefkasten. Dies bedeutet, dass seither die Kosten meiner Dienstleistungen von den meisten Krankenkassen über die Zusatzversicherung komplett oder teilweise übernommen werden. Da die Leistungen der Kassen sehr unterschiedlich sind, muss jeder Klient die Kostenübernahme mit seiner Krankenkasse selber abklären.

Etwas später, nämlich Ende Februar 2015, habe ich die Ausbildung zur diplomierten Berufsmasseurin abgeschlossen. Die Massage wird erfolgreich bei Muskelverspannungen verschiedenster Ursachen aber auch zur Entspannung eingesetzt. Bei meiner Arbeit kombiniere ich je nach Situation und Bedürfnis die Massage häufig mit anderen Körpertherapien wie dem Schröpfen, der Dornbehandlung oder dem Triggern.

Ganz aktuell wurde meine Praxis in den letzten Tagen der Qualitätsprüfung der Stiftung SPAK unterzogen. Die von mir bestandene Prüfung ist Voraussetzung für das Qualitätslabel der Naturärzte Vereinigung der Schweiz, welche damit die Professionalität ihrer Mitglieder überprüft.

Im vergangenen Jahr habe ich verschiedene Weiterbildungen besucht und mein Fachwissen vertieft und erweitert. Auf zwei neue Therapieformen möchte ich an dieser Stelle genauer eingehen:



### R.E.S.E.T Methode

ist eine sanfte Behandlungsmethode, mit verschiedenen Griffen am Kiefer und den Schläfen, durch welche die Kiefermuskulatur entspannt und das Kiefergelenk ausgeglichen wird. Entwickelt wurde diese Methode vom australischen Kinesiologen Phillip Rafferty.

Stress und Belastungen aber auch Unfälle (Schlag auf den Kopf), Behandlungen beim Zahnarzt und das Tragen von Zahnspangen können zu Verspannungen der Kiefermuskulatur führen, was wiederum die Position des Kiefergelenks verändern kann. Da viele wichtige Nerven in der Umgebung des Kiefergelenks verlaufen, kann eine Veränderung in diesem Bereich Auswirkungen auf Kopf und Nacken, Schulterpartie, Rücken, Becken aber auch Verdauungstrakt haben.

Ein angespannter Kiefer kann Ursache sein für:

- Kopfschmerzen und Migräne
- Tinnitus
- Zähneknirschen und ständiges Zähne zusammenbeißen
- Schulter- und Nackenverspannungen
- Rückenschmerzen
- Verdauungsproblemen

Für eine Behandlung sind mindestens 2 Sitzungen im Abstand von 1 Woche notwendig. Meist verspürt der Behandelte



### Gittertapes

Die Methode der Gitterpflaster ist eine alte Technik aus dem fernen Osten, mit welcher sich verschiedene Beschwerden behandeln, Schmerzen lindern und die körpereigenen Heilungsprozesse positiv beeinflussen lassen.

Die Original-Gitterpflaster aus Korea, welche in meiner Naturheilpraxis verwendet werden, sind elektrostatisch aufgeladen, wodurch sie einen ähnlichen Effekt wie die Elektrotherapie aufweisen. Zusammen mit der Gitterstruktur des Pflasters kommt es zu einer Entlastung der Hautoberfläche und zur Erzeugung eines Wärmegefühls wodurch die Abheilung von darunter liegenden Entzündungen angeregt werden kann.

Diese Gittertapes klebe ich je nach Situation nach einer manuellen Behandlung (Massage, Triggern, Schröpfen) auf Trigger- resp. Schmerzpunkte oder Reflexzonen. Die Pflaster sollen auf der Haut gelassen werden, bis sie von selber abfallen. Durch die Hautfarbe der Gittertapes sind sie auch absolut nicht störend. Für interessierte Klienten verkaufe ich die Gittertapes auch in der Praxis, wodurch die Reflexzonen nach dem Abfallen selber wieder neu beklebt werden können.

Die Gittertapes wurden bei mir schon erfolgreich eingesetzt bei:

- Kopfschmerzen

bereits nach dem ersten Termin eine Entspannung oder Erleichterung. Haben sie Fragen oder sind sie an einer Behandlung interessiert so wenden sie sich an [Naturheilpraxis Carol Muchenberger](#).

- Nackenverspannungen
- Schulterschmerzen
- Schwindel
- Tennis- und Golferellbogen
- Rückenschmerzen

### **Biologischer Kräutertee**

An meiner Praxiseröffnung im vergangenen Jahr habe ich Säckchen mit Kräutertees verschenkt. Da viele Besucher diese Tees so gerühmt haben, weise ich hiermit gerne darauf hin, dass ich nach Rücksprache mit dem Hersteller, ab sofort verschiedene Sorten in meiner Praxis zum Verkauf anbiete:

- **Alpenglanz** (aus Rosenmelisse, verschiedene Minzen, Goldmelisse, Kornblumen - eignet sich auch als Eistee)
- **Taufrischer Kräutermorgen** (aus Apfelminze, Goldmelisse, Brennnessel, Lindenblüten, Apfelstücke, Sonnenblume, Kornblume blau)
- **Traumhafter Kräuterabend** (aus Goldmelisse, Zitronenmelisse, wohlriechendes Eisenkraut, Zitronenthymian, Kornblumen, Schafgarbe)
- **Alpenfrischer Kräutertee** (aus Zitronenmelisse, wohlriechendem Eisenkraut, Zitronenthymian, Sonnenblume, Kornblume)

Eine Teeschachtel aus Karton beinhaltet 14 Pyramiden-Teebeutel und kostet Fr. 6.50. Sind sie daran interessiert, so nehmen sie doch mit mir Kontakt auf!

Nun wünsche ich ihnen einen wunderschönen und farbigen Spätsommer!

Herzlichst - Ihre **Carol Muchenberger**

#### **Naturheilpraxis Carol Muchenberger**

Florastrasse 42  
8610 Uster

#### **E-Mail Adresse:**

[info@carol-muchenberger.ch](mailto:info@carol-muchenberger.ch)

Wollen Sie anpassen wie Sie diesen Newsletter erhalten?

[Newsletter abbestellen](#) [Einstellungen ändern](#)