

AKUPUNKTUR UND BEHANDLUNG BEI DEPRESSIONEN UND BURNOUT

17 Prozent der Schweizer Bevölkerung sind mindestens einmal im Leben von einer depressiven Störung betroffen. Der Begriff Depression wird in der Traditionellen Chinesischen Medizin damit erklärt, dass das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang gestört ist. «Burnout» (engl. «to burn out» = ausbrennen) ist ein Sammelbegriff und steht nur für einen emotionalen, geistigen und körperlichen Erschöpfungszustand, der durch eine Antriebs- und Leistungsschwäche gekennzeichnet ist und typischerweise am Ende eines lange andauernden «Teufelskreises» aus Überarbeitung und Überforderung steht. In der chinesischen Medizin wird das Burnout-Syndrom als Störung von Herz, Leber und letztlich als eine Erschöpfung der Nieren-Energie betrachtet. Akupunktur ist eine wirksame Methode zur Linderung psychischer Beeinträchtigungen.

Inhalt

- TCM Muster bei Depressionen und Burnout
 - Wichtigste Akupunkturpunkte
 - Einfach Alltags- und Ernährungstipps
 - Durchführung von Behandlungen
-

Praxisteil: Die Behandlung mit Akupunktur bei Depressionen und Burnout.

Ziele

- Sie erweitern theoretisch und praktisch Ihr Therapierepertoire zur Behandlung von Depressionen und Burnout und sind in der Lage diese umzusetzen.
-