

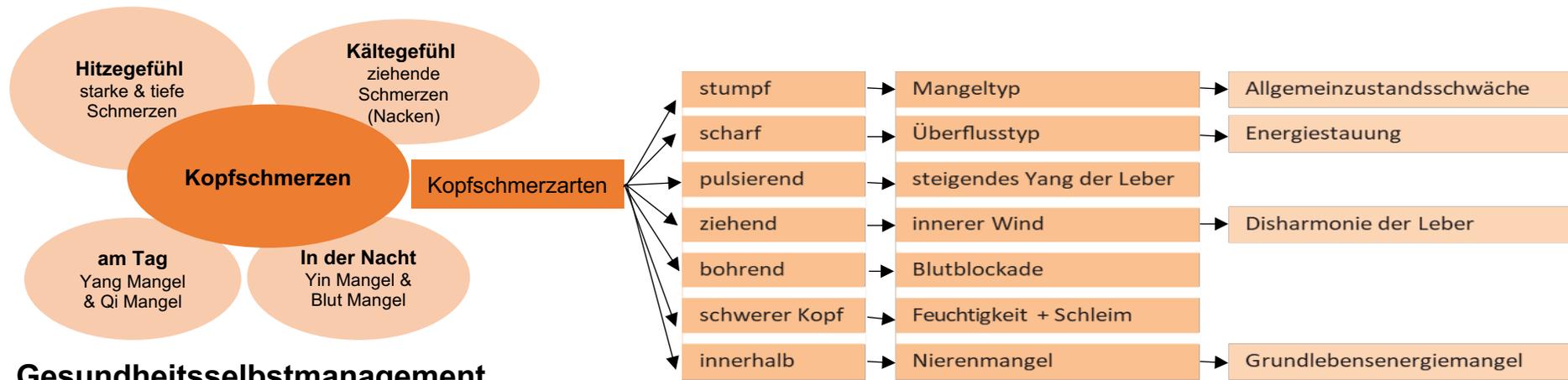
# KOPFSCHMERZEN IN DER SCHULMEDIZIN UND TCM

## Kopfschmerzen in der Schulmedizin

Als Kopfschmerzen werden Schmerzempfindungen im Bereich des Kopfes bezeichnet. Sie beruhen auf Reizungen von schmerzempfindlichen Kopforganen (Schädel, Hirnhäute, Blutgefäße im Gehirn, Hirnnerven, oberste Spinalnerven). Die eigentliche Gehirnsubstanz ist nicht schmerzempfindlich.

## Kopfschmerzen in der TCM

In der Traditionellen Chinesischen Medizin sind Kopfschmerzen ein Zeichen einer Disharmonie im Körper.



## Gesundheitsselbstmanagement

Was wir Ihnen empfehlen können:

- sich nie mit nassem Haar ins Bett legen oder nach draussen gehen
- immer bei geschlossenem Fenster schlafen, damit keine Kälte in den Körper eindringen kann
- Kopfklopfen: täglich mit beiden Händen den gesamten Kopf abklopfen
- Schädelakupunktur für eine andauernde Wirkung
- je nach Kopfschmerztyp erfolgt die Behandlung und die Ernährungsberatung individuell