

Moxa, eine Wärmetherapie

Bei der Moxibustion werden getrocknete chinesische Beifussblätter, geformt als kleine Kegel, gedreht wie eine Zigarre oder als lose Blätter, verbrannt. Die dadurch entstehende Wärme wird über Akupunkturpunkte in den Körper geleitet und stärkt somit die Energie, wandelt Kälte um und löst Energieblockaden.

Durch diesen Prozess wird ausserdem die Gewebedurchblutung angeregt und das Immunsystem unterstützt.

In der Spätschwangerschaft eignet sich Moxa ausgezeichnet, um dem Baby zu helfen, sich in die richtige Geburtslage zu drehen. Sehr gerne zeige ich die richtige Anwendung und gebe einen Moxastab zur Selbstbehandlung mit.