

Cupping Terapi.

Med René Guldberg.

Dagens Program:

Jeg starter dagen med en teoretisk beskrivelse af cuppings Historie og virkemåder.

- Derefter vil vi i mindre grupper arbejde med teknikkerne, så alle får prøvet både at være patient og behandler.

HISTORIEN OM CUPPING

Cupping har eksisteret i tusinde af år. Man har brugt alt fra udhulede horn fra dyr, til bambus-, glas- og plastikkoppe. Det er svært at sige præcist, hvor lang vi skal tilbage i tiden eller hvor i verden Cupping startede. Nogle mener, at har sin oprindelse i det gamle (antikke) kina. Andre mener at cupping har sin rod i det gamle Egypten.

i "Ebers Papyrus" fra ca. 1550 f.kr.f. der er det ældste kendte medicinske dokument, findes der detaljerede beskrivelser af Cupping i behandlingen mod feber, smerter, svimmelhed, menstruationsubalancer m.m.

Det var egypterne, der introducerede Cupping for grækerne, hvor Hippocrates (græsk læge)så terapien som værende "et middel for enhver sygdom" Cupping forblev praktiseret i lægeverden i hele Europa frem til midten af 1800 tallet. Den tidligste registrerede brug af Cupping er tilbage til 281-341 e.kr. fra den berømte alkymist og herbalist Ge Hong, som er kendt for at have udtalt " cupping og akupunktur, en kur til mere en halvdelen af alle sygdomme"

Cupping har også været, og er stadigvæk, *en udbredt praksis, både i asien og i de østeuropæiske lande* meget udbredt blandt muslimer. Profeten Muhammed udtalte, ”Cupping er en kur mod enhver sygdom”

Han fik selv udført cupping flere gange i sit liv, bl.a. for migræne og giver flere detaljerede udtalelser om fordelene ved cupping. Det er bla. registreret, at han fik cupping på 9 forskellige punkter på kroppen.

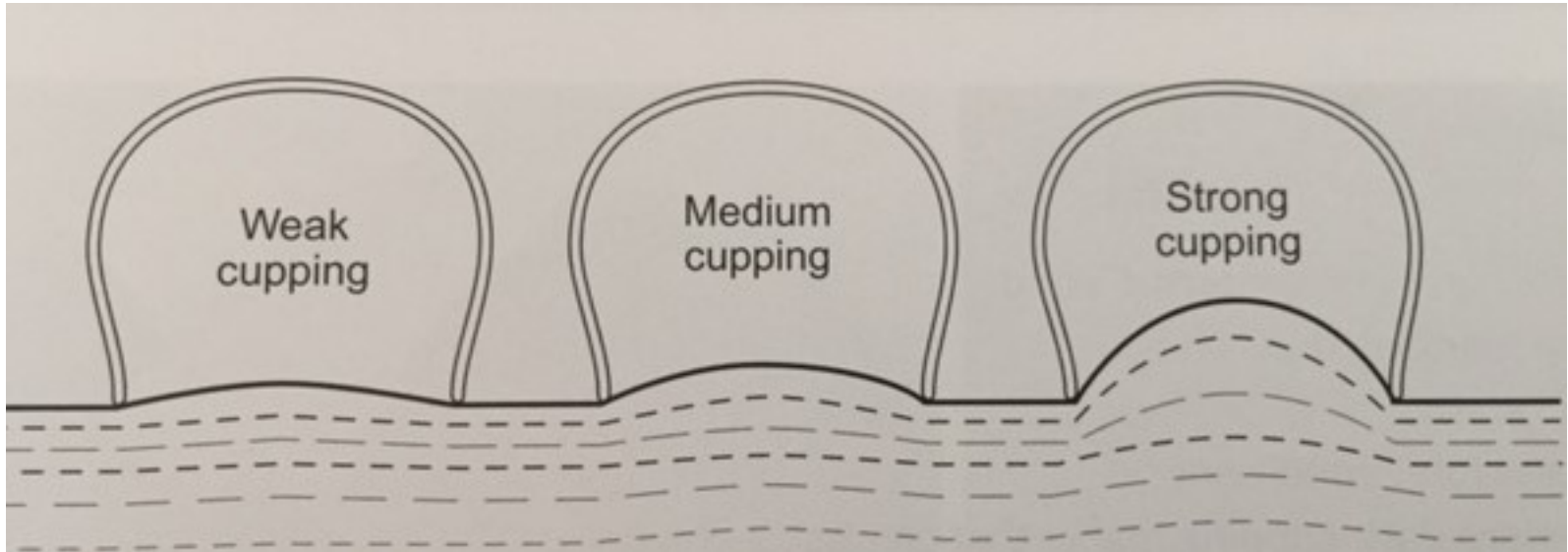
I den Vestlige verden retter den medicinske behandling sig mere mod videnskaben. I midten af 1800-tallet er den vestlige videnskabelige medicin så udbredt i samfundet, at cupping og andre holistiske behandlingsmetoder bliver set som en overfladiskbehandling. Den kommer derfor i konflikt med det nye biomedicinske forbillede, der bevæger sig væk for en holistisk tankegang. Terapien går altså langt tilbage i historien og man kan se den har været udbredt i store dele af verden.

Cupping teknikker

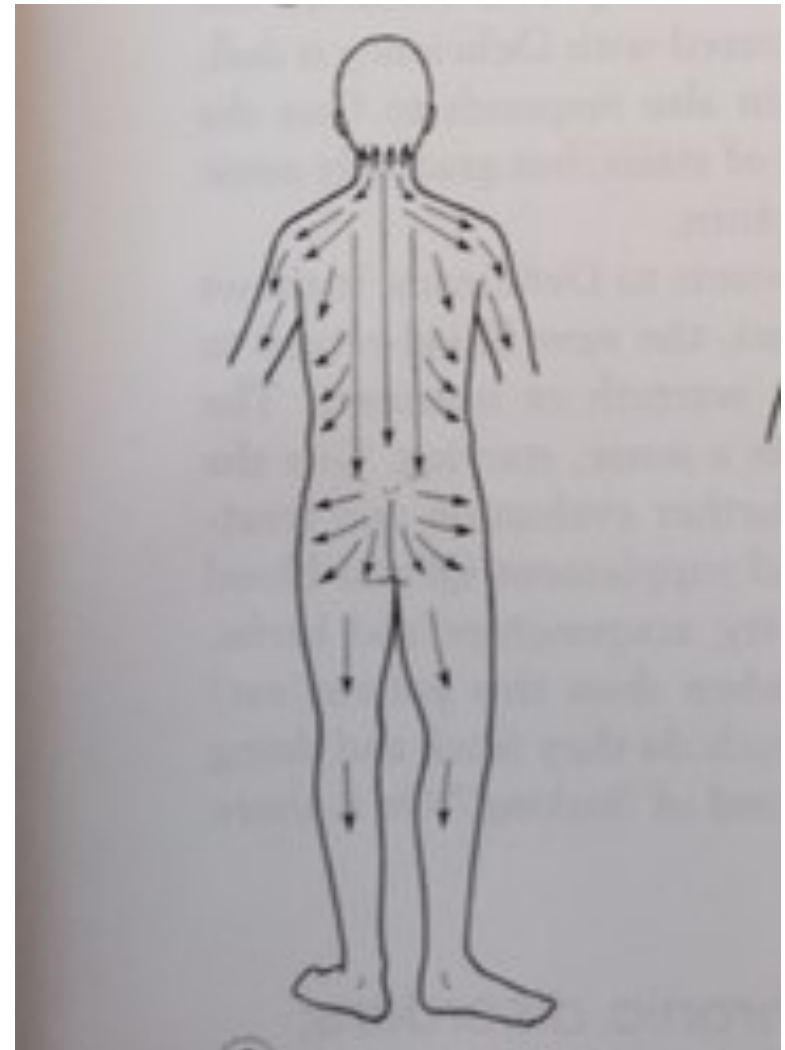
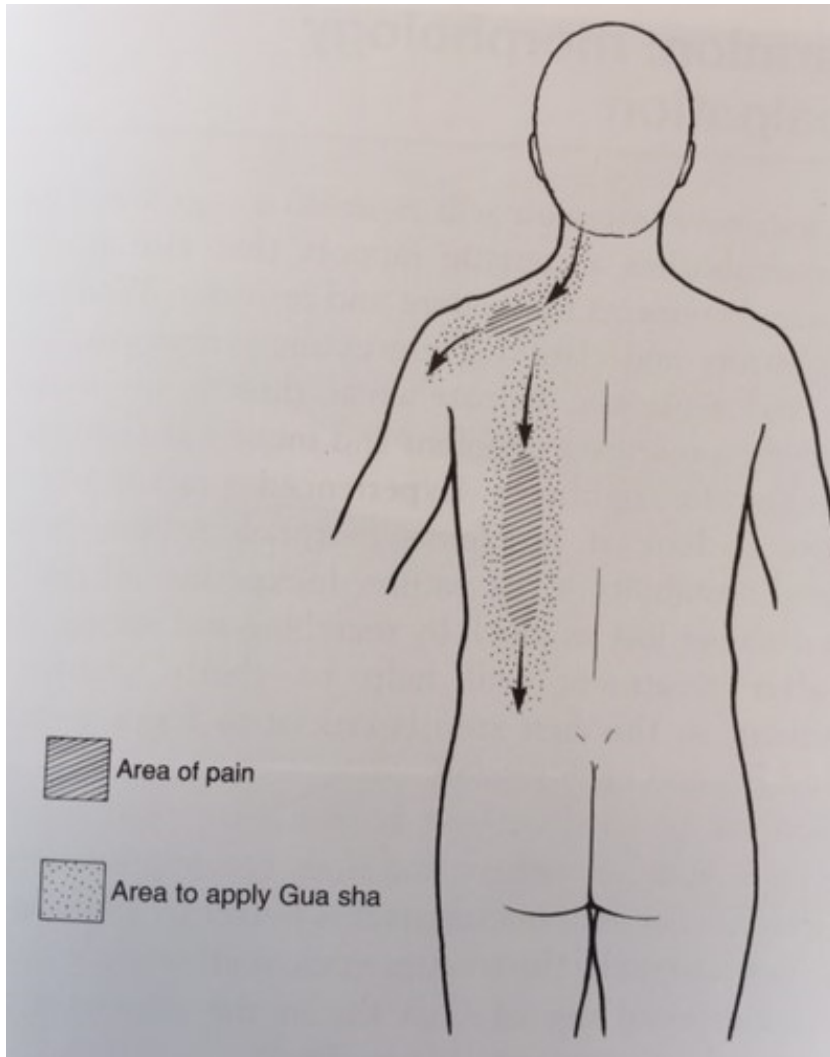
- Light-Cupping. Virker Toniserende/stimulerende Bruges ved Xu-tilstande og til børn, ældre, gravide samt mennesker med sart hud.
- Medium-Cupping. Bruges på de fleste sunde børn og voksne, næsten hvor som helst på kroppen. F.eks. Ved Bi-syndromer og stagnationer.
- Strong-Cupping. Virker kraftigt drænende. Bruges ved Shi-tilstande, Varme-bi og blod-stagnationer og uddrive eksterne patogener.

Cupping teknikker

- Moving - Cupping. Virker mindre drænende og mere stimulerende. (der skal bruges olie)
- Flash-Cupping. Virker toniserende og stimulerer qi og bevæger blod. Kan bruges til og uddrive patogener fra børn og personer med xu-tilstande.
- Bleeding-Cupping. Bruges kun til personer med shi-tilstande (***må kun anvendes af Personer med en sundhedsfaglig uddannelse***)
- Water-Cupping. Bruges ved tilstande med tør hoste. (Bl-13)
- Brug evt. trigger punkter, hvis du har kendskab til dette.



Behandlings strategi.



Cupping Terapi

- Sugemærkerne som opstår under behandlingen er ikke farlig.
- Det viser blot, at der kan være blokeringer i området/Muskler/meridian.
- Desuden er de tegn på toksiner (affaldsstoffer)
- Jo mørkere sugemærket er, jo større er problemet på området.
- Sugemærkerne er der i ca. i 3-4 dage. Hvis de er der i længere tid. Viser det at der er dårligt blodcirkulation i området.

Cupping er effektiv til:

- Smerter generelt (prøv evt. også med Cross Channel)
- Uddrive et patogen.
- Uddrive varme fra kroppen.
- Ødemer
- Immunstyrkelse
- Psykiske spændinger
- Træthed –Tunghed
- Barnløshed (effektiv som supplement til akupunktur)
- Arthritis (Gigt)skyldes vind- kulde - fugt,
- Akutte forstuvninger
- Fordøjelsesbesvær
- Slangebids, Bi og hvepsestik.
- O.S.V.

Forholdsregler ved særlige patienter

- Gravide må der kun bruges medium/let cupping. Men der bruges ikke cupper på taljen, lænd, sacrum og mave område.
- Meget ældre og børn: der skal kun dannes en smule vakuum.
- Personer, der indtager blodfortyndende medicin må ikke få cupping

Almene Forholdsregler

- Cupping bør anvendes på sener eller områder med muskler snarere end knogler .
- Vælg de rigtige størrelse kopper afhængigt af områder, der skal behandles
- Behandling med Flash-Cupping skal gøres med stor omhu for at undgå at brænde huden.
- Det er uklog at anvende cupping på områder, hvor store blodåre distribueres, til patienter med spasmer.
- Cupping bør ikke anvendes hvor der er sår og rifter i huden eller på områder der er sol brændt
- Alle steder hvor huden er tynd og sensitiv
- Ekstrem tynde skal have det i meget kort tid.

Strategi for smertebehandling

- Sæt ikke dit fokus alene på området, hvor patienten har ondt. (Der kan bruges Cross Channel)
- Se smerte området for dig og behandle hele den linje, hvor muskelgruppen strækker sig også selvom patienten ikke har ondt dér.
- Behandle også samme område på modsatte side. Især hvis smerten er på ryg-lændeområdet.
- Patienten skulle gerne mærke en virkning fra første behandling.

Behandlingstid.

- Toniserende: på akupunktur punkter 10-15 min.
- Sederende med faste kopper: Normalt i 15-20 min.
MEN.... Det er meget vigtigt og holde øje med om der kommer blærer eller hvis det bliver meget hurtigt rød.
- Sederende moving kopper: bevæges 10-15 gange frem og tilbage. Men hvis der kommer hurtigt Sha (reaktion) skal man stoppe men ellers går videre til et andet område.
- Hvis man bruger kopper sammen med nålebehandling. Er det er fordel og sætte kopper på først og derefter nåle. Se billedet neden for.

KROPPENS REAKTIONER VED CUPPING

Skin Reaction after Cupping



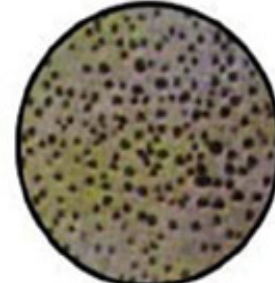
Healthy Blood
Circulation



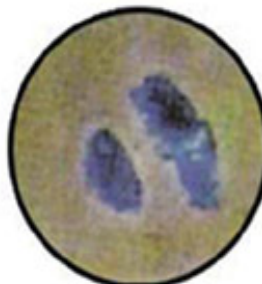
Moderate
Stagnation



Severe
Stagnation



Congestion
and Toxins



Purpura



Blisters



Black
Patches



Blood and
Qi Deficiency

Indikationer fra billedet oven over

- En normal reaktion på huden: vær opmærksom på Xue Xu personer som ofte ikke har kraftig reaktion netop pga. deres Xue Xu.
- Moderat stagnation: Rødlig reaktion men dog en anelse mørkere.
- Kraftig stagnation: Stagnationen ligger ofte lidt dybere i kroppen. Supplere gerne med nåle/zoneterapi. Personen er ofte træt, morgenstiv, deprimeret. Brug evt. moving cupping
- Mørke grøn/grå prikker: svær belastning/kraftig toksiner. Driker for lidt vand eller kraftig medicineret. Skal drikke mere vand for at komme af med affaldsstoffer Eks. Smerte patienter med masser af smertestillende tabletter.

- Grønlig/gullig men lilla ”prikker” (kulde tilstede) Tungen hvidlig.
- Blister (fugt i kroppen) skal ej punkteres, de forsvinder af sig selv brug også akupunktur til at dræne væsken.
- Grøn/gullig farve med sorte prikker: Men kan også være at ringen kan være helt sort (ingen Ny Qi)
- Meget lyserød/bleg: ift. Det omkring liggende område. Mangler Qi og Xue. Træthedssymptomer. Sover dårligt. Suppler med styrkende nåle behandling eller Moxa. Jern mangel / lav blodprocent i vestlig medicin.

Hvad er Gua Sha.

Gua Sha er en effektiv manual behandling, der er blevet brugt over alt i Asien siden Tang-dynastiet (618-907 e.Kr.)

Gua betyder at gnide, skrabe eller skubbe/ presse. *Sha* er en term der beskriver blodtilstrømningen i overfladen af vævet der bevæger blodceller ud af de små blodåre (man skaber en mikro blødning og kroppen reabsorberer blodet igen), i området hvor patienten har oplevet stivhed og smerter. Sha er også en term for de små røde prikker, der opstår ved behandlingen.(reaktion i huden)

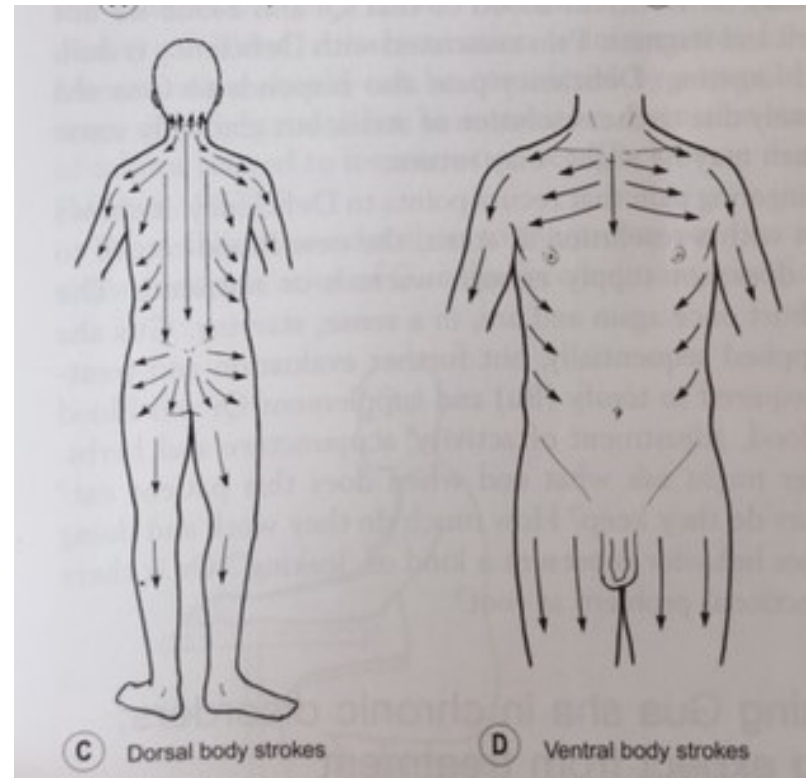
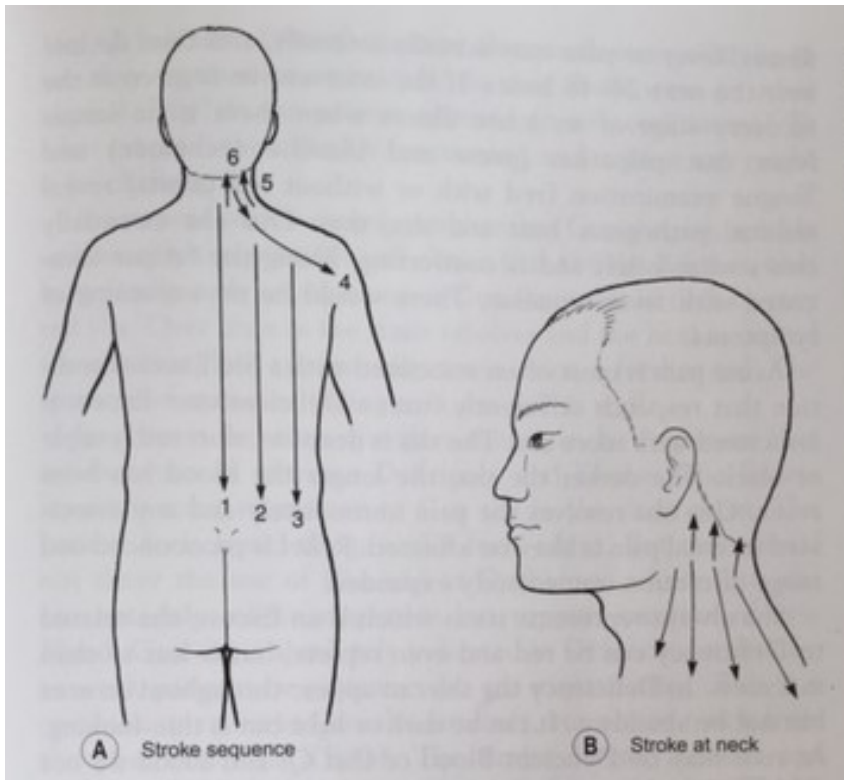
Behandleren skraber/gnider med et redskab (metallåg, horn eller jade) i ensrettede gentagne strøg på huden til der opstår små røde prikker også kaldet petecchiae. Disse blegner dog hurtigt og bliver til en let rødmen eller et svagt blåt mærke der forsvinder helt efter 2-4 dage. Selv om det kan lyde voldsomt er behandlingen blid og skader på ingen måde huden.

Gua Sha bruges enten alene eller i kombination med anden behandlinger såsom akupunktur, Cupping og massage.

Redskaber.



Behandlings retninger.



GuaSha er effektiv til

- Bevæger Qi g Xue i det ydre.
- Stagnationer af Qi og Xue.
- Skaber cirkulation.
- Smerter og stivhed i muskler og led.
- Nedsat bevægelighed.
- Forkølelse, hoste og anden svækkelse af immunforsvaret.
- Åndedrætsproblemer.
- Fordøjelsesproblemer.
- Inflammationer.
- Appelsin hud.
- O.S.V.

Opmærksom ved bruge af GuaSha

- Der gives ikke behandling på tatoveringer, modermærker, eksem, urenheder, solskoldninger eller på andre særligt udsatte hud områder.
- I forbindelse med kemoterapi skal Gua Sha undlades 48 timer før og 24 timer efter hver behandling.
- Det er uklog at anvende GuaSha på områder, hvor store blodåre distribueres.
- Undgå at udsætte det/de behandlede område for direkte sol, vind eller kulde indtil *Sha* er forsvundet.

Teknikker.

- Det er vigtigt kun og ”stryge” på huden 10-12 gange til der kommer en reaktion i huden og så gå videre.
- Hvis der kommer reaktion i huden inden de 10-12 strøg går man videre.
- Man stryger kun 10-15 cm. længde mæssigt ad gangen
- Husk ikke og shoppe rundt i området eller på kroppen.

Efter behandling.

- Bemærk ændringer i tungen: farve, form, fugtighed.
- Det er vigtigt at informere patienten om behandlingen at der kan blive store reaktioner i huden. Vis evt. det behandlede område i et spejl. Oftest bliver de overrasket, da det er værre end de troede. (Gælder også Cupping behandlinger)
- Giv ekstra opmærksomhed når man behandler børn og giv evt. en seddel med hjem. (Gælder også Cupping behandlinger)
- Det er vigtigt og drikke rigeligt med vand efter Cupping og GuaSha.