

Thema des Monats:

Unhaltbare Zustände – wenn der Reizdarm die Lebensqualität einschränkt



Unterstützung über die Reflexzonen der Füße

von Monika Göb

Beim Reizdarmsyndrom stößt die Schulmedizin sehr oft an ihre Grenzen. Über die Behandlung der Reflexzonen der Füße kann das Wohlbefinden deutlich verbessert werden. Der sogenannte Reizdarm gehört zu den häufigsten Funktionsstörungen des Verdauungstraktes. Zu den Symptomen zählen Bauchschmerzen, Blähungen, Völlegefühl, Verstopfung oder Durchfall. Für diese Beschwerden lässt sich keine andere Erkrankung als Ursache finden. Funktionelle Verdauungsstörungen betreffen, je nach Statistik, jeden 5. bis 10. Menschen. Die Dunkelziffer ist wahrscheinlich noch höher. Beinahe alle Menschen beobachten diese Symptome mindestens ein paar Mal im Laufe ihres Lebens. Das Reizdarmsyndrom schränkt die Lebensqualität stark ein und wirkt sich auch auf die Psyche aus.

Fußreflex als Ordnungs- und Regulationstherapie

Vor Behandlungsbeginn ist die ärztliche Abklärung der Beschwerden unbedingt erforderlich. Mögliche Erkrankungen im Verdauungstrakt müssen unbedingt ausgeschlossen werden.

Als Ordnungstherapie richtet die Reflexzonentherapie am Fuß den Blick nicht nur auf das Symptom. Auch die ursächlichen Funktionsstörungen im Körper, durch die das Symptom entstanden ist, werden berücksichtigt. Das macht die Arbeit tiefgreifend und ganzheitlich. Deshalb werden zu Beginn in einem Tastbefund alle Zonen an beiden Füßen überprüft. Ein gesundes Organ ist auch in seinen Fußzonen gesund – das heißt, die zugeordneten Zonen sind nicht schmerzhaft. So zeigt der Tastbefund auf, in welchen Bereichen des Körpers sich neben der Symptomatik noch ein Ungleichgewicht befindet. All diese Zonen werden dann im Verlauf einer Behandlungsserie von 6-12 Sitzungen gut durchgearbeitet. Die verabreichten Impulse ermöglichen es dem inneren Arzt, wieder Ordnung im Körper zu schaffen. Die Reflexzonentherapie stärkt die in jedem Menschen vorhandene Selbstheilungskraft und Vitalität. Viele Menschen berichten nicht nur über eine Verbesserung der Verdauungsfunktionen, auch die emotionale Seite der Menschen reagiert mit Harmonisierung und Stabilisierung. Das steigert die Lebensqualität.

Eine Änderung im Lebensstil unterstützt die Behandlung

Das Ergebnis einer Behandlungsserie wirkt umso nachhaltiger, je größer die Bereitschaft zur Mitarbeit ist. Es braucht auch den Willen, manches am bisherigen Lebensstil anders zu gestalten. Eine Änderung der Ess- und Trinkgewohnheiten unter professioneller Anleitung ist förderlich. Weniger Stress und mehr Bewegung sind weitere unterstützende Faktoren. Außerdem sollten wir wieder lernen, gründlich zu kauen und uns beim Essen Zeit zu lassen. Jeder kennt doch den Spruch: Gut gekaut ist halb verdaut.