



## **Was sollten Sie vor einer Akupunktur wissen?**

Mit der **Nozignostik** bestimmen wir wirksame Akupunkturpunkte, über die Schmerzen und andere Beschwerden zuverlässig behandelt werden können. Diese empfindlichen Punkte vernetzen das Nervensystem mit komplexen Funktionen des Organismus. Darüber hinaus testen wir die Tiefenwahrnehmung (ProNG), die für die Koordination, die Körperstatik und Bewegungsabläufe wichtig ist. Während der Behandlung erhalten Sie Informationen über die bei Ihnen gefundenen, aktiven Steuerungspunkte des Nervensystems, die das Bewegungssystem, das Hormon- und Immunsystem, sowie die inneren Organe regulieren. Wir möchten Sie zu einem aktiven Teil Ihrer Behandlung werden lassen. Sie trainieren dadurch Ihre Körperempfindung und lernen die ersten Anzeichen einer Störung zuverlässig wahrzunehmen. Durch die ungestörte Selbstwahrnehmung gelingt es besser, auf die eigenen Bedürfnisse zu achten, sich frühzeitig wieder zu stabilisieren oder zu spüren, wann Sie Unterstützung zur Prophylaxe ernsthafter Erkrankungen benötigen.

**Dr. Franz Daling**

Privatpraxis für regulative Schmerztherapie und systemische Medizin

Akupunktur Manuelle Medizin Homöopathie

Die **dynamische Bewegungsanalyse (DyBA)** erfasst über 24 Funktionen des Bewegungssystems von Kopf bis Fuß im Seitenvergleich und anhand eines Laserlots. Die Computer-Auswertung ermöglicht die Messung von Bewegungseinschränkungen, Muskelverkürzungen und Gelenkfunktionsstörungen. Die Analyse und Dokumentation der Bewegungseinschränkung bildet die Grundlage für die manuelle Medizin und das individuell zusammengestellte Übungsprogramm zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Dehnung verkürzter Muskeln und Auflösung von Blockaden.

Diese Informationen bekommen Sie von uns:

- **Die Dokumentation Ihrer aktiven Steuerungspunkte und eine Anleitung zur unterstützenden Selbstbehandlung**
- **Eine Information und ggf. eine Analyse Ihrer Statik und der Beweglichkeit (DyBA)**
- **Übungen für die Körperwahrnehmung und Imaginationsübungen**
- **Eine Anleitung für Bewegungsübungen und Muskelenergietechniken**

Sowohl die Akupunktur als auch die Manuelle Medizin wirken stabilisierend und schmerzlindernd. Wir achten streng darauf, diagnostische und therapeutische Reize im Rahmen Ihrer Konstitution und Ihres Reaktionstyps anzuwenden. Da wir mit den empfindlichsten Körperregionen arbeiten, sind einige Besonderheiten zu beachten. Spüren Sie möglichst frühzeitig jede Veränderung Ihrer Empfindung während der Diagnostik und Therapie. Geben Sie unmittelbar jeder Veränderung Ihrer Wahrnehmung einen Ausdruck (z. B. ja, hier, jetzt, dort oder heben Sie eine Hand). Melden Sie sich stets sofort bei jedem Unwohlsein, Schmerz oder unbequemer Lage.

Einige Patienten berichten über eine nach der Behandlung auftretende Müdigkeit oder ein vermehrtes Ruhebedürfnis. Geben Sie unbesorgt diesen Bedürfnissen nach soweit es Ihnen möglich ist. Dieses Phänomen verliert sich im Verlaufe der Behandlung durch die Stabilisierung. Für Stunden bis zu einem Tag nach der Therapie kann es zu einer Symptomverstärkung kommen. Vorübergehend werden als Reaktion auf die Behandlung empfindliche Nervenbahnen „aufgerührt“, bevor die Aktivierung am darauffolgenden Tag zurückgeht und sich das Beschwerdebild bessert. Nehmen Sie sich direkt nach den Behandlungen keine schweren Belastungen oder körperliche Anstrengungen vor. Ziehen

Beethovenstr. 44 33604 Bielefeld Tel 0521 26766 Fax 0521 237974

E Mail [praxis@daling.de](mailto:praxis@daling.de) Internet [www.daling.de](http://www.daling.de)

## **Dr. Franz Daling**

Privatpraxis für regulative Schmerztherapie und systemische Medizin  
Akupunktur Manuelle Medizin Homöopathie

Sie sich nach der Behandlung in Ruhe wieder an und sammeln Sie sich. Ein leichter Schwindel oder eine Benommenheit kann kurzzeitig auftreten und hängt mit der Morphinausschüttung und anderer Hormone in Folge der Behandlung zusammen. Bevor Sie Ihre Heimreise antreten machen Sie gern eine Pause in unserer Praxis und trinken noch etwas Tee. Überprüfen Sie Ihre Fahrtüchtigkeit bevor Sie ins Auto steigen. Melden Sie sich bitte falls Sie sich unsicher fühlen.

Die Therapie ist äußerst sanft und doch tiefgehend. Denn die empfindlichen und aktiven Punkte sind in das somatische Erinnerungssystem des Menschen eingebunden. Diese Punkte stehen in einem unmittelbaren Kontakt mit unbewussten Inhalten. Daher tauchen nicht selten Bilder, Gefühle, Träume auf. Malen oder schreiben Sie dieses Erleben auf und bringen Sie das zum Ausdruck gebrachte zur nächsten Sitzung mit.

**Es ist angenehmer auf einem eigenen Handtuch zu liegen. Bringen Sie bitte zu jeder weiteren Therapie ein großes Badetuch mit.**

### **Körperwahrnehmung und Imagination**

Das Selbstgefühl muss bei Schmerzen und anderen Symptomen neu trainiert werden, da sich zu der betroffenen Körperregion eine Art Kontaktverlust oder besser eine Wahrnehmungsstörung eingestellt hat. Einerseits ist es zu Aktivierungen der steuernden Nervenfunktion und dadurch zu einer vermehrten Empfindsamkeit der Region gekommen und gleichzeitig zum Verlust der normalen Empfindungsqualität. Diese somatische Veränderung geht mit dem Verlust der in jeder Körperzelle verankerten inneren Bedeutung einher. Beides zusammen Aktivierung und „Seelenverlust“ ergibt den Schmerz als Indikator für etwas Fehlendes. Therapeutisch folgt aus diesem Zusammenhang, erstens den Kontakt wieder herzustellen und zweitens über Zugänge zum Unbewussten die verlorene Bedeutung erneut bewusst zu generieren, da sie sich nicht automatisch einstellt.

Die Übung ist lediglich ein Beispiel und kann beliebig nach eigenen Erfahrungen modifiziert werden. Ziehen Sie sich in einen geschützten Raum zurück in dem Sie sich ungestört von Menschen, Handy's etc. ausruhen können.

Legen Sie sich eine Kladde, Schreibzeug oder Malmaterial zurecht. Legen oder setzen Sie sich bequem hin und beginnen in den Bauch zu atmen.

**Dr. Franz Daling**

Privatpraxis für regulative Schmerztherapie und systemische Medizin

Akupunktur Manuelle Medizin Homöopathie

Atmen Sie bitte tief ein und legen die Hände locker auf den Bauch um zu überprüfen ob der Atem ganz nach unten geht. Halten Sie den Atem in der Einatmung etwas an und lassen den Atem langsam wieder ausfließen ohne ein Geräusch zu erzeugen und ohne zu drücken oder zu pressen. Behalten Sie diese Atemtechnik bei während sie Ihre aktiven Körperpunkte aufsuchen und jeden Punkt in kreisenden Bewegungen sanft massieren. In der Tiefe eines Punktes suchen Sie sich die empfindlichste Stelle auf und erspüren die oft darunter befindliche Lücke.

Nachdem Sie auf diese Weise alle Punkte durchgearbeitet haben entspannen Sie sich, atmen wie oben beschrieben weiter und beobachten Ihre Gedanken. Geben Sie Ihren Gedanken Formen (z.B. Wolken am Horizont) und vergleichen diese Formen mit dem Kommen und Gehen der Gedanken. Schreiben oder Malen Sie Ihre Gedanken auf das bereit gelegte Blatt. Betrachten Sie nun über die Körperübung Ihre Emotionen. Vergleichen Sie Ihre Gefühle mit bekannten Symbolen (Tiere, Pflanzen, Farben) und geben auch den Emotionen einen schriftlichen oder bildnerischen Ausdruck.

Legen Sie nun Ihre Aufzeichnungen beiseite, schließen die Augen und gehen auf eine innere Reise zu einem Ort an dem Sie sich besonders wohl fühlen oder wohl gefühlt haben. Betrachten Sie die Landschaft oder den Ort, den Sie aufsuchen möchten und erleben Sie diesen Platz mit allen Sinnen. Riechen, Hören, Schauen, Tasten Sie, vielleicht können Sie sogar einen bestimmten Geschmack erspüren. Nehmen Sie alle angenehmen Empfindungen genau wahr damit Sie sich jederzeit und sobald Sie es möchten daran erinnern können. Zum Schluss halten Sie auch diese Szene auf Ihrem Blatt fest.

Gestalten Sie Ihre Körperwahrnehmungen mit den auftauchenden Gedanken, Emotionen und inneren Bildern auf Ihre Weise weiter aus. Wenn Ihnen aktuell die Zeit fehlt, wählen Sie sich einen späteren Zeitpunkt. Bringen Sie Ihre Aufzeichnungen zur nächsten Therapiestunde mit, berichten Sie von Ihren Erfahrungen.

Weitergehende Informationen finden Sie in unseren Broschüren zur Episcopathie, DyBA, den Veröffentlichungen und Vorträgen.