

Liebe Patientin, lieber Patient,

bei Ihnen wurde heute folgende sanfte körpertherapeutische Behandlung durchgeführt:

Diese Art der Körpertherapie kann lange existierende Fehlstellungen im Bewegungsapparat korrigieren, was tief greifende Auswirkungen auf das gesamte Körpersystem haben kann. Daher sind leichte, dem Muskelkater ähnliche Schmerzen möglich; es können aber auch Entgiftungsprozesse angeregt werden, was VORÜBERGEHEND z. B. zu Kopfweg oder erhöhtem Harndrang/Stuhlgang führen kann.

Sollten diese Prozesse Sie beunruhigen oder auch länger andauern, rufen Sie mich bitte an (Tel. 0621.76089916 oder mobil 0175.1498456).

Durch folgende Maßnahmen können Sie die Wirkung der Therapie unterstützen:

- Gehen Sie direkt nach der Behandlung noch ca. 30 min gemächlich spazieren; beobachten Sie Ihren Gang, Aufrichtung oder Atmung – hat sich etwas verändert?
- Trinken Sie viel; am besten nach der Behandlung 1 Liter Wasser oder ungesüßten Kräutertee im Verlauf von 2 bis 3 Stunden
- Ein warmes Vollbad am Abend hilft, die Muskulatur weiter zu durchbluten und zu entspannen
- Am Abend die „Heiße 7“: 10 Pastillen des Schüssler-Salzes Nr. 7 (Magnesium phosphoricum D6) in heißem Wasser auflösen und schluckweise trinken.
- Treiben Sie in den nächsten 3 Tagen nur mäßig Sport und tragen/heben Sie nichts übermäßig Schweres.

Viel Spaß mit Ihrer neuen Bewegungsfreiheit!

Kirsten Häffner