

AŽ JSTE ŠTÍHLÁ, KRÁSNA, MLADÁ

Klasické metody čínské medicíny. Prověřeny věkem, množstvím lidí, kteří se jimi řídili v posledních desetiletích i rozsáhlým výzkumem prováděným na Západě. Právě ty provozuje TCM Clinic, jedno z největších a nejdéle fungujících zařízení u nás.



Od roku 1996 jejími ordinacemi prošlo několik tisíc pacientů. Při léčbě zde používají pět osvědčených metod TCM (= tradiční čínské medicíny): fytoterapii (= bylinná léčba), akupunkturu, dietetiku, masáže Tuina a energetické cvičení Qigong (čchi-kung). Díky čínské medicíně tak můžete být nejen zdravá, ale i štíhlá a krásná.

Redukce váhy

Shodíte až 10 % váhy během 20 dní. A to díky redukčnímu programu, který si oblíbily tisíce příznivců pro svou dynamiku. Díky jedinečnému propojení akupunktury a diety, čerpající z učení čínské medicíny, dosáhnete rychle skvělých výsledků. Je založený na razantní, ale vyvážené, dietě, využívající jak nutriční, tak i termodynamické znalosti o vlastnos-

tech potravin. Protože hlavním problémem většinou není dieta samotná, ale stres a nervozita, které ji provází, kombinuje se dietní opatření s ušní akupunkturou. Stimulace bodů na uchu zbaví pocitu hladu a nervozity.

JAK TO FUNGUJE:

Ušní akupunktura – uklidňuje žaludek a tlumí hlad, zabraňuje vyplavování stresových hormonů, a tím podporuje hubnutí tuků. Nedochozí k úbytku bílkovin, a tím je potlačen následný jo-jo efekt.

Razantní, ale vyvážená dieta – je sestavena na základních nutričních hodnotách a termodynamice potravin. Při jejím sestavení se čerpá z učení čínské medicíny o jinu a jangu ve stravování.

Dieta pod odborným dohledem – pravidelné kontroly minimálně 1x týdně.

Detoxikace organismu – při redukční kúře je kladen velký důraz na výběr potravin, které pomáhají k odplavení škodlivin a regeneraci organismu.

Omlazovací techniky

Touha vypadat pěkně navenek platila před tisíci lety v Číně stejně jako dnes všude na světě. Rozdíl ve srovnání se současnými metodami je v přístupu. Čínská medicína je založena na celostním řešení zdravotního problému a zahrnuje jak ošetření vnější (odstranění vrásek), tak léčbu příčin, proč vrásky vznikají. To může být např. úprava funkce jater, ledvin či zažívacího traktu.

JAK TO FUNGUJE:

Akupunkturou, ve většině případů jedenkrát týdně. Plná léčebná kúra odpovídá šesti týdnům. Používají se miniaturní jehličky, pomocí kterých se ošetřují vrásky v obličejí.

Systémová léčba zahrnuje příčiny tvorby vrásek a sestává z užívání bylinných směsí, systémové akupunktury či úpravy jídelníčku.

Masáže Tuina

Tuina využívá, stejně jako akupunktura, systém akupunkturálních drah a bodů. Stimulace se provádí pomocí jednotlivých masážních technik, dlaní, prsty či lokty za účelem obnovení toku qi v drahách, protože pravidlo praví, že „qi se musí hýbat“. Kde je stagnace qi, tam je bolest. Využívá se hlavně pro potřeby celkového ovlivnění pohybového aparátu – svalů, šlach, kloubů. Oproti akupunktuře působí plošně a více dynamicky. Tuina masáže se liší od běžných masáží zejména prací se systémem drah a akupunkturálních bodů. To znamená, že kromě řádného rozmasírování využívá i reflexního působení speciálně vybraných bodů na celkový stav harmonizace a uvolnění. Masáže se provádí jednou či dvakrát týdně. Pokud se jedná o akutější stav (náhlá ztuhlost krční či hrudní páteře, bolesti zad, povšechné bolesti těla, bolesti hlavy apod.), tak i častěji. Provádí se přes textilii vleže či vsedě na speciálním masážním křesle.

TCM CLINIC s.r.o.

Národní 11, 110 00 Praha 1

Tel: 222 075 280, Mobil: 603 512 165

www.tcmclinic.cz