

Zeit, loszulassen

Wenn die Blase schwächelt, leidet mehr als nur der Körper. Die APM-Therapie stärkt nicht nur das Organ – sie hilft auch, emotionalen Ballast loszulassen und wieder ins innere Gleichgewicht zu finden.



Liebe Frau Wyss

Seit einigen Jahren habe ich immer wieder Blasenentzündungen. Medikamente helfen zwar kurzfristig, aber die Beschwerden kommen zurück. Kann die APM-Therapie meine Blase langfristig stärken?
Antonia Sommer (52 Jahre)



Nicole Wyss

ist KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat Od AKT in APM-Therapie und führt die Praxis Back in Balance in Bottmingen (BL). Als Mitglied im Berufsverband APM Schweiz unterstützt sie ihre Klientinnen und Klienten dabei, Körper und Energie wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Ein Termin kann online auf www.sanasearch.ch angefragt werden.

Liebe Frau Sommer

Die APM-Therapie kann Ihnen helfen. Dabei werden die Energieleitbahnen sanft mit einem Massagestäbchen stimuliert, um Blockaden zu lösen und den Energiefluss im Blasen- und Nierenmeridian zu harmonisieren. Das stärkt nicht nur den Urogenitalbereich, sondern wirkt auch ausgleichend auf Körper und Seele. Auch Haltung, Narben, oder emotionale Belastungen werden beachtet.

Viele kennen das Problem: häufiger Harndrang, ein unangenehmes Druckgefühl im Unterbauch oder wiederkehrende Blasenentzündungen. Oft sind ältere Menschen betroffen. Aber nicht nur. Vor allem, wenn das Immunsystem geschwächt ist oder der Körper aus dem Gleichgewicht gerät, leidet auch die Blase. Eine schwache Blase kann die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Neben der klassischen Medizin bietet die APM-Therapie eine sanfte, ganzheitliche Methode, um die Blasenfunktion gezielt zu stärken.

Die Kunst des Loslassens

Die Blase ist ein sensibles Organ, das nicht nur auf körperliche, sondern auch auf emotionale Belastungen reagiert. In der Komplementärtherapie nimmt man die Blase nicht isoliert, sondern im Zusammenspiel mit dem ganzen Organismus wahr.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) sind Blase und Niere dem Element Wasser zugeordnet. Es steht für Ruhe, Regeneration, aber auch für die Fähigkeit, Altes loszulassen. Eine dauerhaft gespannte oder energetisch geschwächte Blase kann

daher auch ein Zeichen dafür sein, dass jemand Schwierigkeiten hat, etwas gehen zu lassen – auf emotionaler, mentaler oder körperlicher Ebene. Angst, Unsicherheit oder das Festhalten an alten Mustern können über den

Eine geschwächte Blase entsteht selten isoliert.

Blasenmeridian ihren Ausdruck finden (Meridiane sind gemäss TCM Energieleitbahnen des Körpers). Umgekehrt kann die Stärkung dieses Energiesystems helfen, wieder ins innere Gleichgewicht zu kommen. Eine Therapie, die diesen Meridian stärkt, wirkt also körperlich und emotional ausgleichend.

Ganzheitliche Sicht

Eine geschwächte Blase entsteht nur selten isoliert, sondern hat oft mehrere Auslöser. Statische Probleme – wie beispielsweise ein Beckenschiefstand oder ISG-Blockaden – können den Energiefluss des Blasenmeridians behindern. Auch Geburten, bei denen der Beckenboden stark belastet wurde, können eine Schwächung begünstigen. Unterkühlung, insbesondere im Nieren- und Unterleibsbereich, wirkt sich ebenfalls negativ aus. Hormonelle Umstellungen, wie sie zum Beispiel in der Menopause auftreten, können die Blase zusätzlich schwächen. Auch Operationen oder Narben im Bauchbereich können den Energiefluss stören und dadurch Beschwerden verstärken. Zudem spielen Stress, emotionale Anspannung oder die Schwierigkeit, loszulassen, eine wichtige Rolle bei der Entstehung einer Blasenschwäche.

Die richtige Fachperson

Die APM-Therapie verbindet Prinzipien der TCM mit Teilen der westlichen Manualtherapien. Anders als bei der Akupunktur werden bei der APM-Therapie die Meridiane und die Akupunkturpunkte nicht mit Nadeln, sondern mit einem Massagestäbchen behandelt. Ziel ist es, den Energiefluss und damit die Lebenskraft (Qi oder Chi) im Körper zu harmonisieren und Blockaden zu lösen.

Die berufsbegleitende Ausbildung zur eidgenössisch diplomierten Komplementärtherapeutin mit der Methode APM-Therapie dauert mindestens dreieinhalb Jahre. Weitere Informationen findet man beim Berufsverband APM Schweiz. Die APM-Therapie ist bei den Krankenkassen in der Zusatzversicherung anerkannt. Für Klientinnen und Klienten ist es wichtig, vor einer APM-Therapie abzuklären, ob eine Rückvergütung der Behandlungen bei der Zusatzversicherung ihrer Krankenkasse sichergestellt ist. ●

Sanasearch in Zusammenarbeit mit dem APM Verband Schweiz und Nicole Wyss



Sanasearch ist die grösste Schweizer Therapeuten-Buchungsplattform. Mit über 20 000 qualifizierten Therapeuten aus den Bereichen Psychotherapie, Massage, Komplementärtherapie, Alternativmedizin, Ernährungsberatung und vielen mehr, finden Therapiesuchende mit nur wenigen Klicks die passende Fachperson. Termine bei den Therapeuten können über oliv@sanasearch.ch oder direkt auf www.sanasearch.ch gebucht werden.