

Schröpfen und Guasha sind eine Hautreiztherapie, die zu den ausleitenden Verfahren gehört. Mit Schröpfgläsern, die auf die Haut aufgesetzt werden, sollen Schadstoffe über die Haut ausgeleitet werden. Man unterscheidet zwischen drei verschiedenen Arten des Schröpfens: trockenes Schröpfen, blutiges Schröpfen und die Schröpfkopfmassage. Auch in der traditionellen chinesischen Medizin gehört Schröpfen zu den gebräuchlichen Behandlungsmethoden.



Beim Schröpfen setzt man einen Hohlkörper auf bestimmte Hautgebiete und erzeugt darin einen Unterdruck. Dadurch wird das darunter liegende Gewebe in den Hohlraum eingezogen. Durch die Sogwirkung kommt es zu einem Austritt von Blut und Lympheflüssigkeit in das Gewebe, das unter der Haut liegt. Dies fördert nicht nur die lokale Durchblutung, sondern auch die Durchblutung der inneren Organe, die mit den behandelten Hautsegmenten reflektorisch verbunden sind. Darüber hinaus regt das Schröpfen den Stoffwechsel an, beseitigt Muskelverspannungen und aktiviert das Immunsystem. Beim blutigen Schröpfen wird es zusätzlich Blut und darin enthaltene Schadstoffe nach aussen ausgeleitet.

Gua Sha ist eine Form der Schabtechnik zur Ausleitung krankhafter Faktoren wie z.B. Muskelverspannungen bis hin zu akuten Erkrankungen. Gua Sha wird in Asien in der Volksmedizin traditionell angewendet.

Gua bedeutet reiben oder Reibung.

Sha beschreibt eine Stagnation von Flüssigkeiten und Blut an der Körperoberfläche.