

## Faszien-Therapie

auf die Struktur der Faszien (= Muskelhäute) abgestimmte Behandlungsform mit ganzheitlichen Therapieansätzen

- Faszien =
- bindegewebige Hülle, die unseren ganzen Körper unter den Hautschichten umspannt (geben unserem Körper seine Form)
  - wabenförmiges Netzwerk, das unseren Körper durchzieht und unregelmäßige, verschiedengroße Räume bildet, in denen einzelne Strukturen (u.a. Muskeln, Gefäße, Nerven, Organe) abgegrenzt voneinander liegen / verlaufen, aber als Funktionseinheiten zusammenarbeiten bzw. reagieren
  - verleihen unserem Körper eine dynamische Stabilität bei der Auseinandersetzung mit Belastungen
  - unterliegen Verspannungen, Verklebungen und Verletzungen Vernarbungen, die unseren Körper in seiner Gesamtheit negativ beeinflussen können
  - reagieren auf Einflüsse des vegetativen Nervensystems sowie auf unsere Emotionen

Alltagsbeispiel:

Stellen sie sich eine Orange vor:

Jedes einzelne Fruchtfleischstück ist von einer dünnen Haut ("Faszie") umhüllt. Alle einzelnen Stücke werden durch verbindendes Gewebe ("Faszien") gehalten und bilden zusammen die innere Frucht.

Die innere Frucht behält trotzdem ihre runde Form, weil eine weiße äußere Schicht ("Faszien") diese stabilisiert.

Um die innere Frucht liegt die Schale ("Haut").