

Es gibt Beschwerden und Krankheiten, gegen die scheint »kein Kraut gewachsen«. Doch immer wieder helfen gerade in diesen Fällen alternative Methoden, die mit den natürlichen Ressourcen des Körpers arbeiten. Eine dieser sehr erfolgreichen Techniken ist die Akupunkt-Massage nach Penzel (APM), die in der **Praxis für Physiotherapie Jürgen Meier** angeboten wird. RÖSRATHerleben sprach mit Melissa Stern.

Frau Stern, was verbirgt sich hinter dem Begriff Akupunkt-Massage?

MELISSA STERN. Die Akupunkt-Massage ist eine ganzheitliche Therapie, eine Massageart, die nach dem Grundgedanken der chinesischen Akupunktur-Lehre wirkt. Im Gegensatz zur klassischen Akupunktur kommt die APM nach Penzel ohne Nadeln aus. Sie wurde nach ihrem Erfinder, dem Masseur und Bademeister Willy Penzel, benannt, der sie schon in den 50er-Jahren praktizierte.

Wie funktioniert die Akupunkt-Massage konkret?

Die APM arbeitet mit äußerem mechanischem Druck, wobei der Therapeut mit einem Metallstift entlang der sogenannten Akupunkturmeridiane streicht. Meridiane sind Energieleitbahnen des Körpers. Sie sind elektrisch messbar und versorgen uns mit Lebensenergie. Mit gezielter Akupunkt-Massage können wir die Energie verlagern, eine Überreizung lindern und



Melissa Stern

*Teammitglied seit Juli 2017.
2011 Staatsexamen als Masseurin und medizinische Bademeisterin, Aromatherapeutin. Fortbildungen Hot Stone Massage und am IOKAI Shiatsu Institut Rheinland Examen als Fußreflexzonentherapeutin, 2013 Examen als Lymphdrainagetherapeutin/Ödemtherapeutin/KPE, 2017 Fortbildung Premiumgym Funktionelles Taping nach dem Kinesio-Konzept, 2018 Fortbildung Akupunkt-Massage nach Penzel (APM)*

einer Energieleere entgegenwirken. Wie in der Akupressur können bei der APM auch einzelne Akupunkturpunkte direkt stimuliert werden.

Wo wird die APM hauptsächlich angewendet?

Die APM wird sehr erfolgreich in der Schmerztherapie, bei Funktionsstörungen der Organe, aber auch bei Erkrankungen des Bewegungsapparates eingesetzt. Grundsätzlich gilt die gleiche Indikation wie bei der klassischen Akupunktur.

Wie sind Ihre praktischen Erfahrungen?

Die Erfolge haben mich selbst überrascht. Bei einer Kollegin ist der seit 20 Jahren bestehende Tinnitus nach der APM-Behandlung fast komplett verschwunden. Ich konnte auch Verspan-

Akupunktur ohne Nadeln

Akupunkt-Massage nach Penzel



nungen im Nackenbereich mit APM lösen, Stoffwechselproblematiken verbessern und eine Kundin nach eigener Aussage »so tiefenentspannt wie noch nie« nach Hause schicken. Die APM wirkt auch sehr gut begleitend zur Chemotherapie und wird hier zunehmend eingesetzt.

Was hat Sie persönlich bewogen, sich die APM-Technik anzueignen?

Ich habe mich schon lange für energetische Therapien begeistert. Auch bei der Hot Stone Massage arbeitet man mit den Meridianen. Und ehrlich gesagt, habe ich persönlich großen Respekt vor Nadeln und finde die verwandte APM-Methode deshalb sehr sympathisch. *Petra Stoll-Hennen*

»Viele Beschwerden und Schmerzzustände können mit der APM sanft und nachhaltig bekämpft werden.«

Jürgen Meier

Bei uns sind Sie in guten Händen

- Atemtherapie (auch bei Mukoviszidose)
- Bobath-Konzept
- Dreidimensionale Skoliose-therapie n. K. Schroth
- fay@-DAS FASZIEN YOGA
- Funktionelle Orthonomie & Integration (FOI)
- Kiefergelenkstörungen (CMD)
- Kinesio-Meditaping
- Krankengymnastik
- Lymphdrainage
- LNB-Schmerztherapie
- Manuelle Therapie
- Massage
- Pilates
- PNF
- Radiale Trigger-Stoßwellentherapie
- Triggerpunkttherapie

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE JÜRGEN MEIER
Birkenweg 44 b, 51503 Rösraht, Telefon 02205 83150

