



Angebots- und Preisliste



- **Naturheilkundliche Behandlungen**
- **Medizinische Massagen und Therapien**
- **Sport, Wellness und Beauty**

Akupunktur-Massage	Kinesiotape
Bindegewebs- und Segmentmassage	Klassische Massage
Bioresonanz	Manuelle Lymphdrainage
Craniosacrale Therapie	Metabolic Typing
Dorntherapie	Ohrakupunktur und Aurikulotherapie
Dunkelfeld-Vitalblutuntersuchung	OligoScan
Elektroakupunktur nach Dr. Voll	Orthomolekulare Medizin / Vitalstoffe
Elektrotherapie	Osteopathische Techniken
Fussreflexzonen-Massage	Phytotherapie
Haarentfernung mit IPL-Technik	Schröpfen (trocken)
Haarmineralanalyse	Sportmassage
Hochfrequenz-Ozontherapie	Taping
Homöopathische Beratung	Triggerpunkttherapie
Iridologie / Augendiagnostik	Ultraschalltherapie
Kavitation und Mesotherapie	Wickel und Packungen (Fango)

Gesundheitspraxis R. Mayer GmbH

für komplementäre und medizinische Therapien

Dammstrasse 6 8180 Bülach

www.gsundmayer.ch

044 860 19 89

kassenanerkannt seit 1995

Öffnungszeiten (Änderungen vorbehalten)

Montag bis Freitag: 08.00 bis 20.00 Samstag: 08.00 bis 15.00
(weitere Termine nach Absprache möglich)

Wir reservieren uns ausreichend Zeit für die Behandlung. Aus diesem Grunde bitten wir Sie, sich im Verhinderungsfalle mindestens 24 Stunden vorher abzumelden, da die Konsultation ansonsten berechnet werden muss.

Die Tarife entsprechen den Vorgaben der Berufsverbände und Krankenkassen. Bei einer Vielzahl der unten aufgeführten Therapiearten werden die Behandlungskosten nach dem Reglement Ihrer Krankenkasse aus der Zusatzversicherung für alternative Behandlungsmethoden zu dem dort geregelten Ansatz zurückerstattet. Alle Tarife sind dadurch verbindlich geregelt und werden auf Grund der erbrachten Leistungen für den dafür benötigten Zeitaufwand gemäss untenstehender Auflistung verrechnet und entschädigt.

Die Tarife betreffen auch die Aufwendungen für Repertorisation und Fallstudium ausserhalb der Sprechstunden sowie für telefonische Beratungen.

Grundtarif	CHF 138.—
Osteopathische Behandlungen	CHF 150.—
TEN (Traditionelle Europäische Naturheilkunde)	CHF 150.—

Abgerechnet wird jeweils in 5-Minuten-Schritten.

Folgende Verfahren / Konsultationen werden pauschal verrechnet:

Dunkelfeld-Vitalblutuntersuchung

Untersuchung des Vitalblutes über mehrere Tage, Repertorisation, Auswertung, Erstellung eines Berichtes mit Therapievorschlügen und mehreren Digitalfotos. Es besteht die Möglichkeit, mittels Videodarstellung einen Einblick in den eigenen Stoffwechsel und das Immunsystem zu erhalten.

Labor pauschal CHF 150.— + 1 - 2 Sitzungen nach Zeitaufwand

Haarmineralanalyse (WHO-anerkannter Labortest)

Erkennung von Mineralstoff-, Spurenelementemängeln und Schwermetallbelastungen. Besprechung des Analyseresultats und Erstellung einer persönl. Nährstoffempfehlung.

Labor pauschal CHF 175.— + 1 Besprechung nach Zeitaufwand

20 % Rabatt

auf Behandlungen oder Therapien für:

- **Geschenkgutscheine**
- **Patienten ohne Versicherung**

Ausführliche Beschreibungen unserer Therapiearten

Auf unseren Webseiten haben wir für Sie alle Therapiearten ausführlich beschrieben. Gerne beraten wir Sie auch persönlich.

Terminabsagen oder -verschiebungen

Im Verhinderungsfalle bitte 24 Stunden vorher abmelden, ansonsten muss die Konsultation verrechnet werden.

Wichtiges und Infos

Die Abklärung einer allfälligen Kostenübernahme aus der Zusatzversicherung der Krankenkasse ist grundsätzlich Sache der Patienten. Dies gilt ebenfalls für die Einholung einer Kostengutsprache bei der Unfallversicherung.

Um Unannehmlichkeiten zu vermeiden, klären Sie unbedingt **vor** Therapiebeginn ab, ob eine Kostengutsprache erfolgt:

- Welche Methoden übernimmt die Kasse und braucht es eine ärztliche Verordnung?
- Wie viele Therapiesitzungen pro Behandlung übernimmt die Kasse?
- Welchen finanziellen Beitrag zahlt die Kasse an die Behandlung?

Haarentfernung mit IPL-Blitzlampentechnologie

Dauerhafte Haarentfernung endlich bezahlbar.

Vorteile des neuesten IPL-Systems "Cool Diamond":

- sehr leistungsstark
- praktisch schmerzlos dank eisgekühltem Lichtführungskristall
- kurze Behandlungszeiten

IPL-Behandlungspreise

Behandlungszonen (Erstkonsultation inkl. Anamnese)	Behandlung in CHF	6er Abo (10 %) in CHF
Oberlippe	50.—	270.—
Untere Gesichtshälfte	100.—	540.—
Ganzes Gesicht	150.—	810.—
Ohrrand	50.—	270.—
Koteletten	50.—	270.—
Kinn	50.—	270.—
Halskontur (bei eingewachsenen Barthaaren)	80.—	432.—
Brust	250.—	1350.—
Bauch	170.—	918.—
Brustwarzen-Rand	50.—	270.—
Bikini-Oberkante bis Nabel	50.—	270.—
Achselhöhlen	80.—	432.—
Unterarme inkl. Handrücken	150.—	810.—
Oberarme	150.—	810.—
Hände inkl. Finger	50.—	270.—
Rücken	350.—	1890.—
Nacken-Hals	150.—	810.—
Unterschenkel mit Knie	200.—	1080.—
Oberschenkel	200.—	1080.—
Ganze Beine	370.—	1998.—
Bikini	140.—	756.—
Bikini inkl. Intimbereich	200.—	1080.—
Gesäss komplett	180.—	972.—
Fussrist inkl. Zehen	50.—	270.—

Weitere Zonen nach Absprache möglich

RABATTE:

- ab 2 Zonen nach freier Wahl 10 % Kombi-Rabatt
- 6er Abo zusätzlich 10 % Rabatt (siehe Tabelle)
- weitere Rabattmöglichkeiten auf Anfrage

Wir reservieren uns ausreichend Zeit für die Behandlung. Aus diesem Grunde bitten wir Sie, sich im Verhinderungsfalle mindestens 24 Stunden vorher abzumelden, da die Konsultation ansonsten berechnet werden muss.

Wie funktioniert intensiv gepulstes Licht (IPL)?

Die Blitzlampe erzeugt sehr kurze, intensive Lichtimpulse, die gefiltert werden. So wirken nur Wellenlängen auf die Haut ein, welche vom Melanin, dem Pigment des Haares, absorbiert werden. In der Haarwurzel wird das Licht in Energie umgewandelt. Auf diese Weise wird die Wurzel sehr effektiv zerstört. Das Resultat ist eine dauerhafte Haarentfernung.

Wie wird die Behandlung durchgeführt?

Sie werden gebeten, eine Schutzbrille aufzusetzen. Es wird eine Schicht Gel auf die Hautpartie aufgetragen, um das Licht in die Haut zu lenken. Die Hautpartie wird gekühlt, um die Behandlung angenehmer zu gestalten. Das Lichtführungskristall wird auf die Haut aufgesetzt und strahlt einen kurzen Lichtpuls ab. Dann wird das Kristall auf die angrenzenden Hautbereiche gesetzt und das Verfahren wird wiederholt, bis die gesamte Hautpartie behandelt ist.

Wer kann die Behandlung durchführen lassen?

Fast alle können behandelt werden. Ausnahmen bilden Menschen mit frisch gebräunter oder schwarzer Haut sowie blonden oder weissen Haaren.

Ist die Behandlung unangenehm?

Dank dem neuen Verfahren mit dem eisgekühlten Kristall ist die Behandlung praktisch schmerzlos. Es ist höchstens ein leichtes „Zwicken“ bemerkbar.

Wie fühlt sich die Behandlung an?

Eine Rötung der Haut und ein leichtes Wärmegefühl nach der Behandlung sind normal. Die Fleckenmale werden nach der Behandlung dunkler und können zunächst noch besser sichtbar sein, trocknen dann aber nach und nach aus. Eine zu intensive Sonnenbestrahlung kann zu erneutem Auftreten der ursprünglichen Flecken führen. Damit dies vermieden werden kann, sollte ein Sonnenschutzmittel verwendet werden.

Können unerwünschte Wirkungen auftreten?

Bei manchen Patienten setzt unmittelbar nach der Behandlung eine starke Rötung der Haut ein, die jedoch innerhalb von Stunden zurückgeht.

Wie viele Behandlungen sind erforderlich?

Nur Haare in der anagenen (Wachstums-) Phase können behandelt werden, deshalb sind mehrere Behandlungen notwendig. Sie werden rund alle 4 - 5 Wochen durchgeführt, bis ein befriedigendes Resultat erreicht ist. Bereits ab der ersten Behandlung wird eine deutliche Reduktion von mindestens 20 % der Körperhaare in den behandelten Zonen erreicht. Die Anzahl notwendiger Sitzungen ist verschieden, normalerweise werden für einen dauerhaften Erfolg ca. 6 - 10 Behandlungen benötigt.

Lassen Sie sich beraten oder melden Sie sich für eine kostenlose Probebehandlung an

info@gsundmayer.ch / www.gsundmayer.ch / 044 860 19 89

Gezielter Fettabbau mit Kavitation

Ein sanftes Verfahren zum gezielten Fettabbau auf schonende und doch wirkungsvolle Weise, ohne Eingriff und Skalpell.

Sie treiben Sport, ernähren sich gesund und trotzdem gibt es die hartnäckigen Fettpolster, welche einfach nicht verschwinden wollen. Die Kavitation stammt aus der Ultraschallentwicklung der Medizin und bietet inzwischen nachweislich wirksame Möglichkeiten zum Abbau von Fettdepots, Figurkorrektur, Cellulite und Bindegewebe-Straffung. Unser Gerät basiert auf modernster Technologie und kombiniert Ultraschall bei 40 kHz mit Elektroporation.

Kavitations-Behandlungspreise

Bitte beachten Sie, dass die effektive Behandlungszeit ca. 20 - 40 Minuten länger dauert als die unten aufgeführte Beschallungsdauer. Wir reservieren uns ausreichend Zeit für Sie und bitten Sie deshalb, sich im Verhinderungsfalle mindestens 24 Stunden vorher abzumelden, da die Konsultation ansonsten berechnet werden muss.

Vorteile einer Behandlung bei uns:

- Persönliches Beratungsgespräch von ca. 20 - 30 Minuten gratis
- Gezielter Fettabbau an Problemzonen ohne Nebenwirkungen
- Individuelle Beratung
- Faire Behandlungspreise, zusätzliche Rabatte bzw. Preisnachlässe möglich
- Schmerzfremde Alternative zum operativen Fettabsaugen

Beschallung effektiv in Min.	Einzelne Behandlung	6er Abo	9er Abo	12er Abo
20	CHF 150.—	CHF 800.—	CHF 1'100.—	CHF 1'350.—
40	CHF 200.—	CHF 1'100.—	CHF 1'600.—	CHF 2'000.—
60	CHF 250.—	CHF 1'400.—	CHF 2'000.—	CHF 2'500.—

Zum Abo erhältlich:

5 x Manuelle Lymphdrainage (MLD) à 30 Min. für pauschal CHF 300.—

Im Abo-Preis enthalten:

- Kavitation: Ultraschallbehandlung zur Reduktion der Fettzellen
- Elektroporation: Mesotheapie zum Einschleusen von Wirkstoffen
- Individuelle und situationsbezogene Entstauungstherapie (ca. 10 - 15 Min.)
- Körper-Umfang-Messung und Körperfettanalyse
- Beratung Begleitmassnahmen aus medizinischer und naturheilkundlicher Sicht

Während der Kavitation werden die Fettzellen zerstört. Dieses Fett strömt in das umliegende Gewebe und vermischt sich mit der Gewebsflüssigkeit zu einer Emulsion. Von dort wird es einerseits zur Energiegewinnung aufgespaltet und andererseits über die körpereigenen Abbaumechanismen ausgeschieden. Die Verringerung der Fettzellen garantieren einen dauerhaften Erfolg der Behandlung, bei angemessener Ernährungsweise und Bewegung. Eine entsprechende Beratung zur Umsetzung gehört für uns dazu.

Was ist Kavitation?

Kavitation ist eine Technik, welche mit Schallwellen Gasblasen im Fettgewebe erzeugt. Diese Gasblasen implodieren und verursachen einen Abbau von Fettzellen auf eine nicht invasive und schmerzfreie Art. Abgebaute Zellen werden vom Körper nicht mehr erneuert.

Was ist Elektroporation?

Elektroporation benötigt Mittelfrequenzstrom, um kurz die Mikroporen in der äussersten Hautschicht und die Zellmembrane zu öffnen. Die aktiven Stoffe des kosmetischen Produktes können so einfacher in die Haut eindringen. Dies ist die schmerzfreie und effektivste Alternative zur Mesotherapie mit Nadeln und zur Fettabsaugung.

Wie wirkt die Kavitationsbehandlung?

Die Kombination von Ultraschall, Elektroporation und aktivem Gel wirkt Figur korrigierend und vermindert den Umfang nicht nur an den Stellen mit Fettzellen, sondern auch an denen mit Cellulite. Gleichzeitig wird die Hautelastizität verbessert.

Wie sieht eine Behandlung aus?

Zuerst wird die Ultraschallbehandlung mit aktivem Gel zusammen mit der Elektroporation angewandt. Nach der Anwendung dieser Techniken wird eine individuelle Entstauungstherapie durchgeführt, um den Abtransport des freigesetzten Fettes aus dem Körper zu beschleunigen. Eine kohlenhydratfreie Ernährung während den nächsten Tagen kann den Fettabbau zusätzlich unterstützen.

Welche Körperzonen werden behandelt?

Eine kontrollierte klinische Studie hat die Sicherheit und Effektivität des Verfahrens für die Behandlung von Bauch, Aussenseite der Oberschenkel ("Reiterhosen"), Hüften, Oberarme, Männerbrüste und Gesäss nachgewiesen.

Wie lange dauert eine Behandlung?

Die Therapiedauer ist abhängig von der zu behandelnden Körperstelle. Im Allgemeinen dauert die Behandlung mit Ultraschall ca. 20 - 60 Min. plus ca. 10 - 15 Min. Entstauung.

Wieviele Behandlungen sind erforderlich?

Das ist individuell verschieden und hängt von der Grösse des abzubauenen Fettdepots ab. Im Durchschnitt sind 6 - 12 Behandlungen, 1x pro Woche, erforderlich.

Welche Erfolge dürfen erwartet werden?

Meistens schon nach der ersten Behandlung merkt man eine Umfangverminderung und eine deutlich verbesserte Hautqualität.

Ist die Behandlung sicher?

Ja, mit unserem geprüften Gerät ist sie sicher. Die Kavitation ist eine nicht invasive und schmerzfreie Behandlungsweise.

Sind Vor- oder Nachbehandlungen erforderlich?

Wir empfehlen während der ganzen Behandlung mindestens zwei Liter Wasser pro Tag zu trinken, um das freigesetzte Fett aus dem Körper zu schwemmen. Dazu informieren wir Sie über weitere unterstützende Massnahmen, welche den Körper unterstützen.

Welcher Abstand muss zwischen den Behandlungen eingehalten werden?

Im Normalfall wird 1x pro Woche behandelt. Die Ausnahme gilt nur bei kurzen Behandlungen von jeweils 20 Minuten, dann sind zwei Behandlungen wöchentlich machbar.

Ist die Behandlung schmerzhaft?

Nein, die Behandlung ist nicht schmerzhaft. Die Elektroporation empfindet man als leichtes Kribbeln, je nach Intensität der Stromstärke. Während der Kavitation ist ein Summ- oder Pfeifton zu hören und vereinzelt eine Erwärmung der Haut zu spüren.

Gibt es Kontraindikationen?

Die Kavitation darf oder sollte nicht angewendet werden bei Schwangerschaft, Herzschrittmachern, Wunden und Hautirritationen, Metallimplantaten in dem zu behandelnden Bereich, Blutgerinnsel oder Krampfadern im Behandlungsareal.

Metabolic Typing

Stoffwechselanalyse für eine typgerechte Ernährung und dadurch mehr Vitalität und Wohlbefinden.

Jeder Mensch besitzt seinen eigenen Stoffwechsellyp und benötigt deshalb eine Ernährung, die auf seine Bedürfnisse abgestimmt ist. Nicht optimale Ernährung kann zu einer Mangelernährung oder auch zu Übergewicht führen. Die Anfälligkeit für akute Krankheiten und degenerative Prozesse nimmt zu und kann damit zum Ausgangspunkt für chronische Krankheiten werden.

Unsere Leistungen:

1. Ausführliche Befundaufnahme mit Beratung

- Wo stehen Sie jetzt und wo wollen Sie hin?
- Was ist Ihr Ziel, das Sie erreichen möchten?
- Gibt es spezifische Unverträglichkeiten oder Beschwerden?
- Was sind Ihre aktuellen Ernährungsfehler?
- Möglichkeiten der individuellen Unterstützung

2. Metabolic Typing Testung

- Bestimmung der Vitalität: wie gut ist Ihr derzeitiger Ernährungsstatus?
- Ermittlung Ihres aktuellen, individuellen Ernährungstyps: welche Lebensmittel fördern Ihre Gesundheit und welche schwächen Sie?
- Drüsentypanalyse: welche Lebensmittel führen bei Ihnen zu Übergewicht?
- Die für Sie optimale Zusammensetzung von Eiweiss, Kohlenhydraten und Fett pro Mahlzeit
- Ihre aktuelle Stärkeverträglichkeit
- Bestimmung der Vitalitätssteigerung: welchen individuellen Nutzen habe ich von der Ernährungsumstellung für meine Vitalität?

3. Besprechung der Testergebnisse und Auswertung

- Sie erhalten Ihren individuellen Ernährungsplan sofort ausgehändigt.
- Wir besprechen alle wichtigen Inhalte und Details, damit Sie ohne Verzögerung erfolgreich starten können!
- Sie erhalten individuelle Rezepte und eine klare Auflistung der für Sie geeigneten Lebensmittel

4. Vitalstoffberatung

Sehr oft werden ungeeignete und vor allem unnötige Zusatzpräparate eingenommen, die selbst vom Arzt nicht verordnet wurden. Wir bieten Ihnen eine schnelle Überprüfung dieser Präparate an, damit Sie erkennen können, welche Mittel für Sie überhaupt sinnvoll sind. Dies spart Kosten und hilft Ihrer Gesundheit.

5. Nach ca. 6 bis 8 Wochen Nachtestung

Die Nachtestung ist unbedingt erforderlich und sichert Ihren Erfolg. Jeder Stoffwechsel kann sich verändern. Diese Veränderungen müssen berücksichtigt werden, damit Sie Ihr Ziel erreichen!

Komplette Stoffwechselanalyse inkl. Unterlagen:

CHF 350.—

Nachtestung inkl. angepasste Unterlagen:

CHF 175.—

Zusätzliche Rabatte bei Paar- und Familientestungen.

Lassen Sie sich testen und von dem erfolgreichen Ernährungs-System überzeugen!

Weitere Infos auf unsere Homepage oder auf www.metabolic-typing-horisan.de

Osteopathie

Die Osteopathie (griechisch: "osteon" = Knochen und "pathos" = Leiden) ist eine sanfte, manuelle Therapieform, begründet durch den amerikanischen Arzt Dr. Andrew Taylor Still (1828 -1917). Dieser stellte während seiner Tätigkeit als Mediziner fest, dass Blockaden der Wirbelsäulengelenke häufig zu Störungen und schmerzhaften Beschwerden von Muskeln und Organen führen. Daraus folgerte er, dass der Ursprung von Problemen meist in den Knochen läge. Still gab seiner neu entwickelten, manuellen Medizin deshalb den Namen Osteopathie.

Erst später erkannte er, dass Blockaden und Bewegungseinschränkungen an allen Strukturen des Körpers auftreten und zu Beschwerden und Krankheiten führen können. Der Begriff Osteopathie blieb seitdem bestehen und eine eigenständige Form der Medizin, die für die Untersuchung und Behandlung nur die Hände nutzt, also sanfte manuelle Techniken einsetzt. Ziel ist das Lösen von Funktionsstörungen, um die Selbstheilungskräfte des Organismus zu aktivieren und dessen Selbstregulation (Homöostase) wiederherzustellen.

Osteopathie basiert auf der präzisen Kenntnis medizinischer Grundlagenfächer wie Anatomie, Physiologie, Pathologie, Biomechanik und Embryologie.

Möglichkeiten und Grenzen

In der Osteopathie wird immer der gesamte Organismus als Einheit untersucht und behandelt. Je nach Beschwerden kann dabei ein Teilbereich im Vordergrund stehen.

Parietale Osteopathie

Schwerpunkt der parietalen Osteopathie ist der Bewegungs- und Stützapparat, also die Knochen mit den dazugehörigen Gelenken, Sehnen und Muskeln.

Zu den typischen Indikationen zählen:

- Rückenschmerzen
- Schulter- und Nackenschmerzen
- Verstauchung
- Bandscheibenprobleme
- Schleudertrauma
- Tennisellenbogen

Viszerale Osteopathie

Die viszerale Osteopathie beschäftigt sich mit den inneren Organen, den Faszien, den Blut-, Lymph- und Nervenbahnen.

Zu den typischen Indikationen zählen:

- Verdauungsbeschwerden
- Urogenitale Beschwerden
- Schrei- und Spuckkinder
- Atemwegsbeschwerden
- Narben
- Begleitung der Schwangerschaft

Craniosacrale Osteopathie

Im Mittelpunkt stehen Schädel, Wirbelsäule und Kreuzbein mit dem darin enthaltenen zentralen Nervensystem.

Zu den typischen Indikationen zählen:

- Kopfschmerzen / Migräne
- Nebenhöhlenentzündung
- Kieferfehlstellungen
- Aufmerksamkeitsdefizit / Hyperaktivitätsstörung (ADHS)
- Skoliose
- Mittelohrentzündung
- Schädelasymmetrien

Die Osteopathie kann je nach Beschwerden Mittel der Wahl sein oder begleitend helfen, ist aber kein Allheilmittel. Sie ist nicht angezeigt in der Notfallmedizin, bei schwerwiegenden, infektiösen Erkrankungen, bei Tumorerkrankungen und bei psychischen Problemen.

Akupunktur-Massage

Die energetisch statische Behandlung, die Akupunktur-Massage und die Ohr-Reflexzonen-Kontrolle nach Radloff sind aus der Akupunktur, altchinesischer Medizin und westlichen Manualtherapien entwickelte Behandlungsformen. Sie verbinden asiatische und westliche Systeme zu einer wirkungsorientierten und überprüfbaren Methode.

Indikationen: Allergien, Störungen des Kreislaufsystems, Schmerzzustände, Orthopädisch-rheumatische Erkrankungen, Schwangerschaftsbeschwerden, Geburtshilfe, Menstruationsbeschwerden, Behandlung von Sportlern, prophylaktische Behandlungen

Aromamassage

Diese Massage verbindet die heilende Kraft der ätherischen Öle mit der wohltuenden Energie der Berührung. Es ist eine sanfte und entspannende Therapie, die auf den ganzen Körper, den Geist und die Seele wirkt.

Wirkungsweise: belebend und erfrischend, stimulierend, stimmungsaufhellend, entspannend, entzündungshemmend, keimabtötend, stärkend auf das Immunsystem

Autogenes Training (AT) und Stresskontrolle

AT ist eine wissenschaftlich fundierte und effiziente Entspannungsmethode und ist in Gruppen- oder Einzelkursen leicht lernbar und überall einsetzbar. In den Kursen werden ausserdem wirksame Übungen und Techniken zur täglichen Stresskontrolle vermittelt.

Indikationen: Schlafstörungen und Kopfschmerzen, Angstzustände leichterer Art, vegetative Störungen, Burnout-Syndrom, Müdigkeit, Antriebslosigkeit

Bindegewebs- und Segmentmassage

Mit dieser Massage ist es möglich, durch gezielte Reizung den Spannungsausgleich über das vegetative Nervensystem wieder herzustellen und die Organfunktion zu normalisieren. Es wird auf der Körperdecke des Menschen gearbeitet.

Indikationen: Durchblutungsstörungen, Organdysfunktionen, posttraumatische Zustände, Verklebungen des Bindegewebes

Bioresonanz

Diese Therapie ist ein ganzheitliches Befundungs- und Therapieverfahren. Belastende elektromagnetische Schwingungen im Körper werden eliminiert und ausgeleitet. Dies bewirkt die Aktivierung der eigenen Regulationskräfte und die Einleitung von Heilungsvorgängen.

Indikationen: Allergien, Neurodermitis, chronische Schmerzen und Entzündungen, Stoffwechselerkrankungen, rheumatische Beschwerden, Schlafstörungen, Störungen bedingt durch Narben, Vorbereitung und Nachbehandlung von Operationen

Blutdruckmessungen

Blutdruck ist der Druck, mit dem unser Herz das Blut durch die Gefässe drückt. Durch zwei Werte, den systolischen und den diastolischen Blutdruck, wird dieser gekennzeichnet.

Blutdruckgrenzwerte der WHO (in mm/Hg)

Optimal: Systole: bis 120 und Diastole bis 80 Normal: Systole 120-129 und Diastole 80-84
Bluthochdruck (Grad 1): Systole ab 140 und Diastole ab 90

Breussmassage

Diese Therapieform wird häufig auch als "Bandscheiben-Massage" bezeichnet. Sie wird sanft, langsam und mit wenig Druck ausgeführt, wobei insbesondere auch die Meridianverläufe berücksichtigt werden. Es kommt zu einer ungewöhnlich tiefen und sofortigen Entspannung, wodurch seelische, energetische und körperliche Blockaden gelöst werden können.

Indikationen: Störungen im Bewegungsapparat, rheumatische Erkrankungen, organischen Funktionsstörungen, vegetativen Störungen wie Stress etc.

Craniosacrale Therapie (siehe auch Osteopathie)

Durch Berührung von Kopf und Rücken werden Informationen über mögliche Blockaden gesammelt, um dann mit sanften Impulsen auf Funktionseinschränkungen an Körper und Schädel einzuwirken sowie indirekt auch Membrane innerhalb des Schädels und die harte Hirnhaut zu beeinflussen.

Indikationen: Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Migräne, Gelenkschmerzen, Schwindel, Sehstörungen, Stress, Hyperaktivität, Gehirnerschütterung, organische Beschwerden, Schlaf- und Lernstörungen, Narben nach Operationen und Verletzungen

Dorntherapie

Diese Methode ist eine Anleitung zur Selbsthilfe. Es geht darum, verschobene Wirbel und Gelenke wieder einzurichten und dadurch Funktionsstörungen der Wirbelsäule zu beheben. Dies geschieht in Bewegung.

Indikationen: chronische Rücken- und Gelenkschmerzen, Migräne, Kopfschmerz, chronische Müdigkeit, Probleme mit inneren Organen, Schwindel, Hör- und Sehprobleme

Dunkelfeld-Vitalblutuntersuchung

Ein "lebender" Blutstropfen wird sofort und ohne jegliche Chemie oder Färbung direkt zwischen zwei Glasplättchen luftdicht eingeschlossen und unter die spezielle Mikroskopoptik platziert. Ein spezielles Beleuchtungsverfahren in der Lichtmikroskopie lässt feinste Objekte auf dunklem Hintergrund erkennen. Durch Computer- und Videodarstellung erhalten Sie einen tiefen Einblick in den eigenen Stoffwechsel und das Immunsystem.

Beurteilt wird: Zustand des Körpermilieus, Belastung des Organismus durch Pilzsporen, Borelliose und Herde, Säure-Base-Haushalt, Viskosität, Hinweise auf Mängel, Fettstoffwechsel, Leberfunktion, Immunsystem, entzündliche Vorgänge, Tendenz zu allergischen Reaktionen

Elektroakupunktur nach Dr. Voll (EAV)

Die EAV ist eine biophysikalische Untersuchungsmethode bei welcher der elektrische Widerstand des Organismus gemessen wird. Über die Befundung hinaus können mit Hilfe der EAV Therapieerfolge überprüft und die geeigneten Medikamente ausgetestet werden.

Indikationen: Allergien, therapieresistente Krankheiten, Zahn- und Kiefererkrankungen, Herdenerkrankungen und Störfelder, umweltbedingte Erkrankungen, vegetative Dysbalancen

Fussreflexzonen-Massage

Die theoretischen Grundlagen basieren auf der asiatischen Energielehre. Jedes Organ, jede Drüse und jedes Körperteil, das innerhalb einer bestimmten Zone liegt, hat seinen Reflex in der entsprechenden Zone des Fußes.

Indikationen: rheumatische Erkrankungen, Kreislaufprobleme, Verdauungsstörungen, Asthma, Menstruationsschmerzen, Kopfschmerzen und Migräne, Schlafstörungen, Verspannungen, Erkrankungen der Harnwege, Rückenbeschwerden, vegetative Störungen

Gesundheitskissen zum Ausprobieren

Wenn das Kissen stimmt, wird der Kopf beim Schlafen gestützt und so der Nacken entspannt. Dafür ist es aber sehr wichtig, das richtige Kissen zu benutzen. Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, solche Kissen über 1 bis 2 Wochen gratis auszuprobieren.

Haarentfernung mit IPL-Blitzlampentechnologie

Fortschrittliche Lichttechnologie im Rahmen von klinischen Behandlungen für eine dauerhafte Haarentfernung. **Siehe Beschreibung auf den Seiten 4 und 5.**

Vorteile unseres modernen Systems: sehr leistungsstark, fast schmerzlos dank eisgekühltem Lichtführungskristall, zeitsparend dank schneller Repetitionsrate, kurze Behandlungszeit

Haarmineralanalyse

Diese Untersuchungsmethode ist von der WHO (Weltgesundheitsorganisation) anerkannt. Es werden Mineralstoffe, Spurenelemente und toxische Metalle untersucht. Wir arbeiten dafür mit einem modernen Schweizer Analyse-Labor zusammen.

Indikationen: als erste Labor-Massnahme zur Bestimmung des biochemischen Profils, bei Verdacht auf Mangel an Mineralstoffen und Spurenelementen, bei Verdacht auf chronische toxische Belastungen des Körpers, Erfassung der eigenen Mikronährstoff-Bilanz

Hochfrequenz-Ozontherapie

Es handelt sich hierbei um eine Hautreiztherapie. Die Spannung wird mit gläsernen Elektroden übertragen, erreicht über Haut und Nervenbahnen tiefer liegende Organe und regt diese an. Allgemeine Wirkung: stoffwechselaktivierend, durchblutungsfördernd, entschlackend, entkrampfend, antimykotisch (gegen Pilze), entzündungshemmend, antibakteriell

Indikationen: akute Verletzungen (Zerrung, Prellung etc.), chronische Schmerzzustände, rheumatische Beschwerden, Entzündungen, Heuschnupfen, Problematiken der Stirn- und Nasennebenhöhlen, Hautproblematiken, Verspannungen, Stauungen, Blutergüsse, Warzen

Homöopathische Beratung

Die Homöopathie (griech. homoiós = gleichartig, ähnlich; pathos = Leiden), von Samuel Hahnemann (1755-1843) Ende des 18. Jahrhunderts begründet, ist nicht mit der Phytotherapie, der Pflanzenheilkunde, zu verwechseln. Die Vorteile der Homöopathie liegen vor allem bei chronischen oder wiederkehrenden Erkrankungen und das Anwendungsgebiet ist sehr gross.

Indikationen: rezidivierende bakterielle oder virale Krankheiten, Allergien, Entzündungen, chronische Infektanfälligkeit, chronische Schmerzzustände, psychosomatische Störungen, etc.

Hot/Cold-Stone-Therapie

Durch die Wechselwirkung von warmen und kühlen Steinen werden Durchblutung und Stoffwechsel angeregt und die Muskulatur gelockert. Mit einer speziellen Klopftechnik werden verkrampfte und schmerzende Körperpartien gezielt behandelt. Die Therapie wirkt einerseits anregend, andererseits auch ausgleichend und beruhigend auf das vegetative Nervensystem.

Indikationen: Stress, Verspannungen

Iridologie/Augendiagnostik

Hierbei handelt es sich um ein auf Empirie begründetes Verfahren. Die Grundlage einer Befunderhebung aus dem Auge (Betrachtung der Regenbogenhaut) bilden die Irisphänomene (Zeichen und Strukturen), z.B. die Farbe, Dichte, Pigmente und so weiter. Die Irisbefunde werden durch eine Irisfotografie dokumentiert und sind oft der erste Schritt zu einer Therapiemethode. Sie erhalten eine CD mit Ihren Irisbildern sowie eine schriftliche Auswertung.

Indikationen: Es werden keine direkten Krankheitsdiagnosen gestellt. Allerdings können Schwachpunkte des Körpers, Regulationen, Kompensationen und Tendenzen erkannt werden, wie zum Beispiel die Neigung zu einer rheumatischen Erkrankung. Dadurch können gezielte Massnahmen ergriffen werden. Die Iridologie wird deshalb sehr oft auch präventiv eingesetzt.

Kavitation und Mesotherapie

Die Kombination von Ultraschall, Elektroporation und aktivem Gel wirkt, durch Abbau von Fettzellen auf nicht invasive Art und absolut schmerzlos, Figur korrigierend und vermindert den Umfang nicht nur an den Stellen mit Fettzellen, sondern auch an denen mit Cellulite. Gleichzeitig wird die Hautelastizität verbessert.

Siehe Beschreibung auf den Seiten 6 und 7.

Kinesiotape

Es handelt sich um ein auf Baumwollbasis mit Acrykleber beschichtetes Tape, das in seiner Elastizität ähnlich der menschlichen Haut ist.

Indikationen: Hämatombehandlung, Lymphdrainage, Muskelverspannungen, Rückenschmerz, Tennisarm, therapeut. Massnahmen im Profisport

Klassische Massage

Bei dieser Massage werden mit den Händen adäquate Massagegriffe in allen Geweben der Körperdecke und der Muskulatur ausgeführt. Massiert werden also die Haut, das Binde- und Fettgewebe (Körperdecke) sowie die Muskulatur.

Indikationen: gesundheitliche Vorbeugung, Kopfschmerzen, Migräne, Nackenschmerzen, Rückenschmerzen, nach intensiven sportlichen Leistungen, verhärtete Muskulatur, Stress, rheumatische Beschwerden, Überlastung

Körperfettanalyse

Es handelt sich hier um eine Messung des Körperfettanteils mittels bioelektrischer Impedanz-Analyse BIA. Die differenzierte Körperfettanalyse spiegelt Körperverhältnisse wider. Die normale Personenwaage ermittelt das Gesamtgewicht. Das Wissen über die Veränderungen der Fett- und Muskelanteile ist aber aus wissenschaftlicher Sicht der eigentlich effektive Schlüssel zu einem optimalen und langfristig erfolgreichen Abnehmen.

Manuelle Lymphdrainage

Ziel der Lymphdrainage ist es, dem Körper Hilfe beim Abtransport der von ihm gebildeten Gewebsflüssigkeit, also bei Stauungen (Ödemen), zu bieten. Es ist eine sanfte Therapie.

Indikationen: sekundäre Lymphödeme nach operativer Tumorentfernung mit Ausräumung und/oder Bestrahlung der regionalen Lymphknoten, Ödeme bei rheumatischen Erkrankungen, Schwellungen nach Verletzungen, Blutergüsse, Gesichtsoedeme, Tränensäcke, Narben, Cellulite, Migräne, Trigemineuralgie, Nervenschmerzen

Metabolic Typing

Stoffwechselanalyse für eine typgerechte Ernährung und dadurch mehr Vitalität und Wohlbefinden. Jeder Mensch besitzt seinen eigenen Stoffwechsellyp und benötigt deshalb eine Ernährung, die auf seine Bedürfnisse abgestimmt ist. Nicht optimale Ernährung kann zu einer Mangelernährung oder auch zu Übergewicht führen. Die Anfälligkeit für akute Krankheiten und degenerative Prozesse nimmt zu. **Siehe Beschreibung auf Seite 8.**

Moxa-Therapie

Dies ist eine klassische Heilmethode, die sich in der asiatischen Volksmedizin als sehr erfolgreich erwiesen hat. Moxibustion wird dann angewendet, wenn dem Körper Energie und Wärme zugeführt werden soll, vor allem bei langjährigen chronischen Erkrankungen oder starkem Yang-Verlust, wie z. B. Schwächezuständen, Kältegefühl, chronischem Durchfall etc. Aus westlicher Sicht verbessert diese Therapie hauptsächlich die Durchblutung und beruhigt.

Indikationen: chronisches Asthma, chronische Bronchitis, chronischer Durchfall, akute und chronische Schmerzzustände (z. B. Ischialgien, Tennisellbogen), Arthrose, Verspannungen

Muskelshiatsu

Hierbei handelt es sich um ein Teilgebiet des Shiatsu, einer physikalischen Therapie aus Japan. Shiatsu bedeutet „Fingerdruck“. Mit gezieltem Druck auf die Muskulatur wird das Blut verdrängt, um dann mit voller Kraft wieder an die Druckstelle zurückzuströmen und angesammelte Schlacken, die die Muskulatur verhärten, abzutransportieren. Diese Punkte des Muskel-Shiatus sind nur zum Teil identisch mit Punkten der Akupressur.

Indikationen: Verspannung, Kopfschmerz, Migräne, Tennisarm, Durchblutungsstörung

Ohrakupunktur und Aurikulothérapie

Diese Therapieform ist von der WHO anerkannt, sehr wirksam, ungiftig und praktisch nebenwirkungsfrei. Damit kann sehr schnell und präzise in ein Krankheitsgeschehen eingegriffen werden.

Die WHO hat eine Liste für etwa 100 Erkrankungen veröffentlicht, die sich für eine Behandlung anbieten, dazu gehören folgende: Schmerzen allgemein, Erkrankungen des Respirationstraktes wie Erkältungen, akute Bronchitis oder Asthma, gastrointestinale Erkrankungen wie Gastritis und Durchfall, Erkrankungen der Mundhöhle wie Zahnschmerzen und Pharyngitis, neurologische Problematiken wie Kopfschmerzen, Migräne, Lähmungen nach Schlaganfall, orthopädische Erkrankungen wie Tennisellenbogen, rheumatoide Arthritis

Ohrkerzen

Diese Therapie stammt ursprünglich von den Hopi-Indianern aus Amerika und ist ein hochwirksames, einfach- und vielseitig einsetzbares Wärme- und Druckausgleichs-Behandlungsmittel.

Indikationen: Entzündungen der Nasennebenhöhlen, Gleichgewichtsstörungen, Hyperaktivität, Kopfschmerz, Lymphstauungen im Halsbereich, Ohrensausen und Ohrgeräusche (Tinnitus), Schlaflosigkeit, Stress und Verspannungen

OligoScan

Alle physiologischen Prozesse des Körpers wie Energieproduktion, Entgiftung, Immunität, Zellstoffwechsel, hormonelle Regulation, usw., sind u.a. abhängig von Mineralien, Spurenelementen, Vitaminen, Eiweißen und Fettsäuren. Werden diese Mikronährstoffe suboptimal zugeführt, schlecht resorbiert oder durch einen erhöhten oxidativen Stress, durch Metallvergiftung oder andere Belastungen ausgelaugt, kann das Risiko zur Krankheitsentwicklung erhöht werden.

Der OligoScan erlaubt nun stabile, reproduzierbare Messungen der wichtigsten Mineralien und toxischen Metalle direkt auf Ebene des Gewebes zu machen. Zudem können durch gut erforschte Wechselwirkungen zwischen Mineralien und Metallen mögliche Störungen der physiologischen Systeme erkannt und behoben werden.

Orthomolekulare Medizin / Vitalstoffe

Gesundheit und optimale Widerstandskraft gegen Erkrankungen werden dann erreicht, wenn möglichst alle körpereigenen Substanzen in der richtigen Menge und Kombination im Organismus vorhanden sind. Damit dies erreicht wird, muss der Organismus mit einer ausreichenden Menge an lebensnotwendigen Nährstoffen, welche zudem in einem ganz bestimmten Verhältnis zueinander stehen müssen, versorgt werden. Leider ist heute bei vielen Menschen die Basisversorgung mit Mikronährstoffen bedingt durch modernen Lebensstil und zunehmendes Alter nicht mehr gesichert. Siehe dazu auch „Haarmineralanalyse“

Die Ziele der Orthomolekularen Medizin sind: Vitalität und Leistungsfähigkeit zu erreichen oder zu erhalten, Krankheiten zu vermeiden bzw. die Folgen bestehender Krankheiten zu vermindern, Gesundheit und Lebensqualität zu verbessern

Osteopathische Techniken

Die Osteopathie ist ein in sich geschlossenes Medizinsystem, das den Prinzipien angewandter Anatomie, Physiologie und Pathologie folgt. **Siehe Beschreibung auf Seite 9.**

Phytotherapie

Unter Phytotherapie (griech. "phyton" = Pflanze und "therapeia" = Pflege) versteht man heute die Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten durch Pflanzen, Pflanzenteile und deren Zubereitungen. Die Pflanzen werden eingesetzt als Frischpflanzen oder als Extrakte, die auch zu Tees, Kapseln, Tropfen oder Salben weiterverarbeitet werden können.

Haupteinsatzgebiete in der Pflanzenheilkunde sind: Befindlichkeitsstörungen, wie Unruhe oder Einschlafprobleme, Erkältungen, Magenprobleme, Kreislaufstörungen, Schmerzen

Schröpfen (trocken)

Dies ist eine uralte Reiztherapie, Jahrtausende alt und ein Teil der chinesischen Heilkunde. Es werden Schröpfgläser direkt auf die Haut gesetzt und ein Unterdruck erzeugt. Durchblutung und Stoffwechsel werden angeregt, Entzündungsherde gehemmt und Schmerzen gelindert.

Indikationen: Bewegungsapparat (Rheuma, Arthrose etc.), Durchblutungsstörungen, Ischalgie, Kopfschmerzen, Migräne, Neuralgien, Muskelverhärtungen, Rückenschmerzen

Schüssler-Mineralstoffe

Mittels potenzierten, biochemischen Mineralsalzen werden dem Organismus fehlende oder mangelhaft vorhandene Mineralstoffe in einer Form zugeführt, in der sie die Körperzellen rasch, sicher und zuverlässig aufnehmen können. Schüssler-Salze gibt es in Tabletten- und Salbenform. Das Anwendungsgebiet der Schüssler-Salze ist sehr gross.

Indikationen: Allergien, Entzündungen, Erkältung, Grippe, Kopfschmerz, Migräne, chronische Infektanfälligkeit, Erkrankungen des Bewegungsapparates, Supplementierung im Sportbereich

Schwingkissenmassage nach Beeler

Mit der speziellen Schwingtechnik auf dem Luft-Schwingkissen werden verschobene Wirbelstellungen passiv korrigiert, überspannte Bänder entlastet, Bandscheiben aktiviert und eingeklemmte Nerven befreit. Dadurch verleiht man den Gelenken wieder ihren uneingeschränkten Bewegungsumfang.

Indikationen: Bewegungsapparat (Rheuma, Arthrose etc.), Ischalgie, Kopfschmerzen, Migräne, Verhärtungen der Muskulatur, Rückenschmerzen, Beckenschiefstand (Blockade ISG)

Spagyrik

Das Wort Spagyrik stammt aus dem Griechischen: "Spao" heisst trenne und "Gyrein" bedeutet vereinige. Diese Heilmittel werden meist als Urtinkturen, in besonderen Fällen auch potenziert, eingesetzt. Sie werden als Einzelmittel oder als sogenannte Komplexmittel angeboten und beeinflussen nicht nur die körperliche, sondern auch die geistige und seelische Ebene. Das Anwendungsgebiet ist deshalb sehr gross.

Indikationen: Entschlackung, Grippe, Erkältung, Halsschmerz, Hautausschlag, Heuschnupfen, Husten, Insektenstiche, Kopfschmerz, Migräne, Kreislaufprobleme, Organstörungen, Rheuma, Blutdruck, Verdauung, Verstimmung, Wechseljahresbeschwerden

Sportmassage

Unter dem Begriff der Sportmassage versteht man die Anwendungen der Massage im Rahmen des Trainingsprozesses. Die Massage wird individuell auf die Sportlerin bzw. den Sportler abgestimmt. Es werden dabei die Phasen vor, während und nach dem Wettkampf abgedeckt.

Taping

Der funktionelle Verband ist kein genereller Ersatz für Gipsverbände oder andere Formen der totalen Immobilisation. Es ist jedoch bei vielen Verletzungsformen oft nur eine partielle Ruhigstellung erforderlich. Das Anwendungsgebiet reicht von der Prophylaxe über die Therapie bis hin zu Rehabilitationsmassnahmen.

Indikationen: Zerrungen, Überdehnungen, Faser- und Faserbündelrisse, Bänder- und Kapselverletzungen, statische Veränderungen wie z. B. Senkfuß, Spreizfuß etc.

Triggerpunkttherapie

Ein Triggerpunkt ist ein übererregbarer Ort mit trophischen, vegetativen und propriozeptiven Störungen in einem Muskelhartspann (verspannter Muskelstrang), welcher durch spezifische Drucktechniken normalisiert wird.

Indikationen: muskulär bedingte Bewegungseinschränkungen und Nervenkompressionen, Rückenschmerzen, Schulter-Nacken-Syndrom, Probleme in Knie-, Hüft- und Schultergelenk, Fehlhaltungen und Bewegungseinschränkungen durch chronische Muskelverspannungen

Ultraschalltherapie

Je nach Therapieparameter (Behandlungsfrequenz, Schallart, Dosis, Behandlungsdauer und -turnus) steht bei dieser Therapieart eine thermische Wirkung oder eine Mikromassage im behandelten Gewebeselement im Vordergrund. Ebenfalls kann mittels Ultraschall die Aufnahme eines Wirkstoffes über die Haut, z. B. einer Salbe, verbessert werden (Sonophorese).

Wirkungen der Ultraschall-Therapie:

Erhöhung der Durchblutung, Beschleunigung von Stoffwechselfunktionen, Erhöhung der Dehnbarkeit von Bindegewebsstrukturen, Schmerzlinderung, Muskelentspannung und Spasmuslösung, verbesserte Einschleusung von Wirkstoffen über die Haut, Beschleunigung von Heilungsprozessen, Stimulierung der Frakturheilung

Wickel und Packungen (Fango)

Beide dienen langzeitigen Thermoanwendungen (kühlen/wärmen). Dazu gehören z.B. Fangopackungen. Wenn die Wickel mehr als zwei Drittel der Körperoberfläche bedecken, spricht man von Packungen.

Wirkungen bei Wärme: Beruhigender, entspannender Effekt auf nervösreflektorischem Weg auf die quer gestreifte und glatte Muskulatur.

Wirkungen bei Kälte: Erhöhung der Schmerz-Reizschwelle. Verlangsamte Nervenerregung der Schmerzfasern (Kälteanästhesie).

Bei kurzem Kältereiz: reaktive Mehrdurchblutung.

Praxis-Öffnungszeiten (Änderungen vorbehalten):

Termine ausserhalb dieser Öffnungszeiten sind, nach Absprache, ebenfalls möglich.

**Montag bis Freitag
Samstag**

**von 08.00 bis 20.00 Uhr
von 08.00 bis 15.00 Uhr**

Terminvereinbarungen erledigen Sie am besten per Telefon oder per E-Mail.

Wir sind von Montag bis Samstag telefonisch erreichbar.

Falls es uns nicht möglich ist, das Telefon persönlich entgegenzunehmen, können Sie auch jederzeit eine Nachricht auf unserem Anrufbeantworter hinterlassen oder uns eine E-Mail senden.

Wir freuen uns auf Ihre Nachricht und werden Sie raschmöglichst kontaktieren.

Telefonnummer: 044 860 19 89 / E-Mail: info@gsundmayer.ch

Die Abklärung einer allfälligen aus der Zusatzversicherung der Krankenkasse ist grundsätzlich Sache der Patienten. Bei Unfall gilt dies ebenfalls für die Einholung einer Kostengutsprache bei der Unfallversicherung. Gerne beraten wir Sie.

**Ausführliche Beschreibungen unserer Angebote sowie
aktuelle Neuigkeiten finden Sie auf unserer Homepage.
www.gsundmayer.ch**