



## Bowen Therapie ®

Autor/in: [Heilpraktikerin Tarina Simone Kruse](#)



Was ist die Bowen-Therapie? Funktionsweise der Bowen Therapie Die ISBT-BowenTherapie ® ist eine ganzheitliche, sanfte, manuelle Therapieform, die der Osteopathie ähnelt. Durch Setzen von Impulsen mittels so genannter „Moves“ (mit den Händen) an bestimmten Schlüsselstellen Ihres Körpers, werden mehrere Effekte ausgelöst:

Es kommt zu einer Reorganisation lokal bestehender Störungen der Muskelfunktion, sowie des Blut- und Lymphflusses. Hier ist speziell die Funktionsverbesserung der Faszien (bindegewebige Strukturen) zu nennen, die entscheidend für ein reibungsloses Wechselspiel der von ihnen umhüllten Strukturen ist. Verspannungen, Muskelhartspann sowie Fehlstellungen von Gelenken können sanft behoben werden.

Ein tiefgreifender, regulativer Effekt auf das autonome Nervensystem (Vegetativum) wurde von amerikanischen Forschern nachgewiesen. Hierdurch wird der gesamte Organismus (Atmung, Kreislauf, Verdauung, Hormonsystem, psychische Stimmung) hin zu einer Neuorientierung beeinflusst. In der Naturheilkunde wird dies auch als „Umstimmung“ bezeichnet.

Es erfolgt eine Harmonisierung des Zusammenspiels der energetischen Polaritäten (Yin und Yang). Der Körper wird zu einer Tiefenentspannung eingeladen. Der Organismus reagiert auf Leistungsdruck und Stress nicht mehr mit überdrehter Funktion. Die Synergie dieser Effekte macht die besonders gute und nachhaltige Wirksamkeit der BowenTherapie aus. Es werden nicht nur Symptome, sondern zudem die Ursachen der Entstehung Ihrer Beschwerden behandelt.

### Indikationen

Der Nutzen von BowenTherapie ist durch ihren tief greifenden Effekt auf den Organismus nicht auf bestimmte Krankheitszustände beschränkt. Es gibt kaum Kontraindikationen (eine Ausnahme bilden wenige Griffe in der Schwangerschaft und natürlich Zustände, die der unverzüglichen ärztlichen Behandlung bedürfen), d.h. die BowenTherapie ist so gut wie immer einsetzbar. Dennoch gibt es natürlich Schwerpunkte, für die sich diese Therapieform besonders eignet. Dazu gehören:

Rückenschmerzen jeglichen Ursprungs (haltungsbedingt, Skoliose, Überlastung, Ischias etc.)  
Verspannungen und so genannte Myogelosen (z.B. Schulter/Nacken) Arthrosen, (Sport-)Traumata wie Schleudertrauma etc. Beschwerden der oberen Extremitäten wie Tennisarm, Karpaltunnelsyndrom, Frozen Shoulder etc. Beschwerden der unteren Extremitäten insbesondere der Füße wie Hallux Valgus, Hammerzehen, Knöchelverletzungen, Knieschmerzen, Beinlängendifferenz usw. Hüftschmerzen funktioneller und struktureller Art, nach OP, Lymphstauungen „ISG-Blockaden“, Schmerzen am Steißbein, Schmerzzustände während der Schwangerschaft und nach der Entbindung, Menstruationsbeschwerden etc. Fibromyalgie, Rheumatische Beschwerden Neuralgien (inkl. Ischialgie und Tic douloureux etc.)  
Kopfschmerzen, Migräne, Schiefhals, Kiefergelenksprobleme, u.U. Tinnitus Asthma, Brustenge Gestörter Lymphfluss Viszerale Probleme (innere Organe) bzgl. Verdauung und urologisches System wie Inkontinenz, Nykturie sowie zur Entgiftung (Niere, Milz) als Zusatzbehandlung Adynamie, Chronic Fatigue Syndrome (CFS), vegetative Dysbalance Grundsätzlich kann BowenTherapie nicht nur kurativ oder lindernd angewendet werden, sondern auch prophylaktisch begleitend. Regelmäßige Anwendung bei Heranwachsenden hat sich als hervorragende Gesundheitsvorsorge und entwicklungsbegünstigend erwiesen.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem

Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten