



Cupping therapie

Een voor Europeanen vreemd uitziende techniek uit de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCG) is 'cupping'. Normaliter denkt men bij massage aan technieken als kneden, wrijven, drukken en strelen. Bij Cupping wordt juist aan de huid getrokken.

... trekken aan de rugspieren...

Cupping therapie dient te worden uitgevoerd door een ervaren masseur zodat de juiste lichaamsdelen worden behandeld. Cupping voelt aangenaam goed op billen, schouders bovenbenen en de rug en is met name geschikt om de wervelkolom te behandelen. De therapie gebruikt men om wat in oosterse geneeswijzen bekend staat als 'stagnatie' op heffen. Denk daarbij aan het verlichten van ziektes zoals griep, kortademigheid en bronchitis.... maar het is ook gewoon lekker om eens wat anders te ervaren.

Wat kan ik verwachten?

Je gaat op een massagetafel liggen waar de masseur een laagje olie op de huid zal aan brengen. Vervolgens plaats de masseur kopjes van glas, plastic of bamboe, op de huid die zich vacuum zuigen. Dit kan door gebruik te maken van een pomp of door de lucht in de kopjes te verwarmen. Door een van deze techniek toe te passen zullen de cups zich op de huid vastzuigen en door het laagje olie kan de masseur makkelijk met de cups glijden.

<http://www.massages4all.nl/massagetechnieken/cupping-therapie.html>