



QiGong 50+

Gesundheit und Wohlbefinden



Seit nunmehr 8 Jahren leide ich an einem tremordominanten Parkinson-Syndrom. Seit 2 Jahren besuche ich das Qi Gong Training bei der SKEMA und bin in Behandlung bei E. Lomazzo mit Akupunktur.

Seither musste ich die Dosis der Parkinson Medikamente nicht mehr steigern. Nach ca. 4-5 Stunden nach Einnahme des Parkinson-Medikamentes kehrt der Tremor bedingt zurück. Durch Qi Gong und Tai Chi Training hat sich die Körperhaltung verbessert (weniger gebückt). Beim Wandern sind jetzt die Armbewegungen wieder normal & nicht vom zittern geprägt. Ski- und Radfahren ist wieder möglich und bereitet keine Probleme mehr.

Ebenfalls hat sich das Anziehen der Socken am Morgen verändert; es geht wieder im Stehen auf einem Bein. Die schon bald chronischen Achselschmerzen nach Bewegung derselben, sind nach Training und gezielter Akupunktur absolut verschwunden. Vor allem nach dem Qi Gong / Tai Chi Training oder der Akupunktur ist das Wohlbefinden und die Entspannung viel besser als früher. Mein Umfeld ist der Meinung dass vor allem optisch in den letzten zwei Jahren eine Verbesserung eingetreten ist. Ich persönlich sehe das auch so.

SKEMA tut mir gut!

W.M.*

(* = Aus Persönlichkeitsschutz werden nur die Initialen von uns verwendet.)

Der Begriff Tremor bezeichnet eine natürlicher Weise auftretende (physiologischer Tremor) oder auch krankhaft beeinflusste Bewegung mit unwillkürlichen, streng rhythmischen und sich wiederholenden Kontraktionen antagonistischer Muskelgruppen.