



Cupping is een manier van behandelen uit de traditionele Chinese geneeskunde, die al duizenden jaren wordt gebruikt en is ontwikkeld om toxines (gifstoffen) en spierkrampen vanuit diepere lichaamsweefsels naar het huidoppervlak te trekken.

Lichaamscellen gebruiken zuurstof en geven koolstofdioxide af. Wanneer lichaamsenergie geblokkeerd raakt, functioneert een cel minder goed en hopen gifstoffen zich op. De pijn die we ervaren impliceert een blokkade in de energiestroom van gelijk welk deel van het lichaam.

Cupping is een vorm van bindweefselmassage, waarbij de cup vacuüm wordt getrokken op het lichaam. Hierdoor worden spieren en huid goed gevoed en ontdaan van afvalstoffen, hetgeen een diepe ontspanning geeft. Cupping heft blokkades in energiestromen op.



Wat gebeurt er precies?

De methode om zuigkracht ter genezing te gebruiken is een zeer oude methode. Bij cupping verhit men het glas, de zogeheten 'cup', die men vervolgens op een plek op het lichaam plaatst. Door de cups over het lichaam te bewegen, wordt de huid als het ware opgetild, iets losgetrokken.

Na een kortstondige verwarming van de onderkant van de cup, wordt deze op de huid geplaatst. Doordat de cup op een natuurlijke manier langzaam afkoelt, wordt er een klein vacuüm gezogen. Dit zorgt voor een zuigende werking op de huid.

De sterkte van deze zuigkracht is zeer bepalend voor het uiteindelijke therapeutische effect van deze behandeling. Verder is natuurlijk de tijdsduur van belang. Deze zal ergens tussen de 5 en 15 minuten liggen.

De zuiging van de cup doet de poriën van de huid openstaan, verbetert de doorbloeding in spieren en weefsels en heeft een flinke dieptewerking.

Wanneer cupping?

Cupping kan gebruikt worden voor o.a.:

- oppervlakkige stagnaties van bloed en energie
- hoofdpijn, migraine
- duizeligheid
- lage rugpijn
- braken en diarree
- problemen veroorzaakt door wind en koude, hoesten en astma
- spierblessures
- nek- en schouderklachten (stress, spanning)
- gewrichtspijn



Afhankelijk van het te behandelen gebied worden één of meerdere cups gebruikt. Ook de grootte van de cups kan variëren.



Cupping werkt door in de diepte. Na de behandeling kunnen er lokaal rode plekken te zien zijn. Dit is een normaal verschijnsel, dat na enkele dagen zal verdwijnen. Nadat de roodheid is verdwenen, zal er verbetering van de symptomen optreden.

Spieren en huid worden goed doorbloed, gevoed en ontdaan van afvalstoffen met als gevolg algehele ontspanning.

Cupping trekt afvalstoffen naar het huidoppervlak, hierdoor kan het lichaam die afvalstoffen gemakkelijker afvoeren.

De cup

De cup is van glas, bamboe of aardewerk gemaakt en wordt op de huid aangebracht. Bij Zenter gebruiken wij glazen cups.

