

SCHOONHEID EN GEZONDHEID KOMEN VAN BINNENUIT EN ZIJN MET ELKAAR VERBONDEN. DE CHINEZEN WETEN DAT AL DUIZENDEN JAREN. ZIJ HEBBEN VERSCHILLENDE VERJONGINGSMETHODEN ONTWIKKELD WAARBIJ GESTREEFD WORDT NAAR HET HERSTELLEN VAN DE NATUURLIJKE ENERGIESTROOM IN HET TOTALE LICHAAM. BEHANDELMETHODEN TER VERJONGING ZOALS GEZICHTSGUASHA, CUPPING, COSMETISCHE ACUPUNCTUUR, KRUIDENGENEESKUNDE EN GEZICHTSMASSAGES WORDEN STEEDS VAKER IN NEDERLAND TOEGEPAST. IN DIT ARTIKEL EEN KENNISMAKING MET DE GEZICHTSGUASHA EN CUPPING.

ANTI-AGING EN CHINESE GENEESKUNDE (III)

Dokter Ping Zhang is een autoriteit op het gebied van anti-aging, hij is op uitnodiging in Amsterdam om een tweedaagse workshop te verzorgen. Dit is voor elke acupuncturist een goede mogelijkheid om meer te weten te komen over de anti-aging-behandelingen. Ping Zang heeft al vele jaren ervaring als arts in gezichtsbehandelingen en ontwikkelde in de Verenigde Staten een eigen lijn van verzorgingsproducten genaamd Nefeli. Deze lijn is gebaseerd op de kennis van vier generaties traditionele Chinese geneeskunde.

GUASHA VAN HET GEZICHT

De guasha gezichtsbehandeling is een behandeling met een jadesteen of een buffelhoorn. De reflexzones van organen en meridiaanpunten in het gezicht worden behandeld met zowel een genezend als een cosmetisch resultaat. Guasha op het gezicht is een traditionele schraaptherapie die zeer zacht en ontspannend is. Door deze pijnloze techniek ontspant de klant volledig. De jadesteen die als hulpmiddel bij deze massage wordt gebruikt, voelt aangenaam koel aan. Jadesteen is een genezingssteen met een brede, therapeutische en harmoniserende werking. De buffelhoorn kan worden toegepast met name voor koeling en ontgiften van de huid. In Noord-China wordt bijvoorbeeld veel gebruik gemaakt van de jadesteen en in Zuid-China van de buffelhoorn. Beiden zijn schitterende instrumenten voor een gezichtsguasha. De energie- en bloeddorstrooming van de huid van het gezicht wordt door de behandeling verbeterd. De afvoer van afvalstoffen wordt gestimuleerd, waardoor de huid er na een behandeling stralend uit gaat zien. Vochtwallen en rimpels vervagen door de behandeling. De jadesteen wordt zachtjes over de reflexpunten en meridiaanpunten geschraapt. Beginnend bij het voorhoofd, vervolgens over de neus, de oogleden, de wangen en de kin. Door de massage verstevigt de huid en ontvangt deze meer bloed en energie. De behandeling vertraagt het verouderingsproces van de huid mits deze massage regelmatig wordt toegepast. Doordat de afvalstoffen uit de huid naar boven worden gehaald en worden verwijderd, wordt de toevoer van voeding naar de huid eveneens verbeterd. Na de behandeling mag de huid er goed doorbloed uit-

zien, maar het mag geen reacties geven zoals bloeditstoringen. Dit kan wel het geval kan zijn bij een guasha op het lichaam, waarbij de blokkades in de huid omhoog komen. Hier kunnen flink wat rode en blauwe plekken op de huid ontstaan die na enkele dagen weer verdwijnen.

UITSCHIEDING VAN AFVALSTOFFEN

De huid is een gevoelig orgaan en reageert snel op externe en interne veranderingen zoals schadelijke stoffen uit het verkeer of stress. Belangrijke uitscheidingsorganen voor onze afvalstoffen, restproducten afkomstig van de spijsvertering, zijn de darmen en de nieren. Een deel van deze afvalstoffen wordt via de huid uitgescheiden in de vorm van transpiratie. Wanneer er door omstandigheden zoals verkeerde voeding, zwakte in de organen of een verstoring in de stofwisseling een overschot aan afvalstoffen ontstaat, tracht het lichaam via de huid deze kwijt te raken. Dit kan huidproblemen geven in de vorm van ontstekingen zoals acne of eczeem, pigmentatie, rimpels, schilfering en verkleuringen van de huid. Belangrijke veroorzakers van afvalstoffen zijn afkomstig uit bespoten voedsel, sigaretten, alcohol, junk food, suikers, vetten, cafeïne, te grote consumptie van vlees en eiwitten, medicijnen en niet te vergeten stress en een tekort aan lichaamsbeweging. Bij het ouder worden is het lichaam steeds minder in staat om zijn afvalstoffen kwijt te raken en ontstaat er een opslag in de cellen. Dit gebeurt in depots zoals de billen, de benen, de heupen en de armen. Afvalstoffen in het gezicht en de hals kunnen ook zichtbaar worden. Voorbeelden hiervan zijn pigmentvlekken in het gezicht of wratjes in de hals, een belangrijk lymfegebied waar afvalstoffen zich kunnen opstapelen. Guasha en cuppen hebben als doel om de afvalstoffen te verwijderen, de energie en bloeddorstrooming te stimuleren en de huid te liften.

KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP
WWW.GEZICHTENGEZONDHEID.NL OF WWW.VANDELANG.NL



1

Guasha met een instrument van buffelhoorn waarbij de rimpels om de ogen worden behandeld.



2

De kaaklijn wordt met guasha behandeld (foto 2 en 3).



3



4

De stresspunten (jia-punten) in de nek worden behandeld.



5

De wangen worden met cuppen behandeld.



6

De hals wordt met cuppen behandeld.

GUASHA GEZICHTSBEHANDELING

Allereerst wordt het gezicht goed bekeken en geanalyseerd. Waar zijn de probleemgebieden en waar zit de disbalans? Vervolgens wordt het gezicht schoongemaakt met een Nefeli-gezichtsreiniger op basis van aloë vera, gingo biloba en papaja. Daarna wordt een huidserum in de huid gemasseerd en een masker op basis van Chinese kruiden. Na intrekken van het crèm masker wordt een gezichtscreme op de huid aangebracht en de guasha gestart (foto 1). Dokter Ping Zhang staat achter de persoon en behandelt het hele gezicht door stevige, strijkende bewegingen te maken met de buffelhoorn. Hij begint op het voorhoofd, van daaruit werkt hij door rond de ogen, de jukbeenderen, de wangen en de nasale lijnen. De kaaklijnen en de hals worden gelift (foto 2 en 3) en het decolleté wordt behandeld. De behandeling is stevig maar niet pijnlijk, de huid reageert rood maar de persoon ervaart het als aangenaam. Het hoofd wordt opzij gelegd en met de hoorn worden de zogenaamde 'jia-punten' naast de nekwerfels behandeld (foto 4). Dit zijn de stresspunten en zorgen voor een algemene ontspanning. De huid ziet er na de guasha-behandeling goed doorbloed uit. De persoon ervaart de guasha als zeer prettig en vitaliserend. Ter afsluiting wordt een verkoelend masker op de huid aangebracht dat enige tijd moet intrekken en het gehele lichaam ontspant.

CUPPING VAN HET GEZICHT

Cupping is een methode waarbij een glazen kop op de huid wordt aangebracht. De kop wordt met behulp van hitte vacuüm gemaakt en op de huid geplaatst. Hierdoor wordt de doorbloeding van de huid en de spieren gestimuleerd. Afvalstoffen die in het onderhuidse bindweefsel zijn opgeslagen worden verwijderd. Het gevolg is een algemene vitaliteit van de huid, verder wordt ontspanning bevorderde en stagnatie en koude opgelost. Door de oplossing van stagnatie is het een goede methode bij hoofdpijn. De cup wordt met behulp van een drainagetechniek over het gezicht gestreken. Beginnend bij een drainagetechniek van het voorhoofd, een liftingtechniek van het voorhoofd, drainage en lifting van de wangen, de kaaklijn, de hals en het decolleté (foto 5 en 6). De omgeving rond de ogen, zoals de rimpels, wordt met de glazen cup voorzichtig behandeld. Het gezicht is na het cuppen goed rood en doorbloed (foto 7). Na de behandeling krijgt de cliënt een verkoelend en ontspannend masker waardoor de huid tot rust komt. Guasha en cupping kunnen tevens bij cellulite en bij gewichtsreducering worden gebruikt op plaatsen als de bovenarmen, de buik en de bovenbenen.



7

Het gezicht is na het cuppen rood en goed doorbloed.

