

## Durchführung:

Die körperlichen Beschwerden werden durch die:

- osteopathische und besonders
- craniosacrale Therapie und das
- Kinesio-Taping gelindert.

Bei psychisch belastenden Situationen, Emotionen, Ängsten und ungelösten Traumata findet:

- die Gesprächstherapie
- Familienaufstellung
- und die am Unterbewusstsein wirkende Meridian-Energie-Technik ( Klopfakupressur) ihren Einsatz.

Gemeinsam finden wir einen Weg aus der Spirale.

Angepasst an ihre Beschwerden unterstütze und begleite ich Sie auf körperlicher, als auch auf seelischer Ebene.

Manuela Redetzki  
Wehdenweg 2  
24146 Kiel

und

Lindenstr. 47-49  
25548 Kellinghusen



Telefon: 0175/9821175  
[www.manuelaredetzki.de](http://www.manuelaredetzki.de)



# Heilpraktikerin

## Manuela Redetzki



Ganzheitliche  
Kiefergelenksbehandlung

## BESINNEN SIE SICH

Die Zähne sollen nie Kontakt haben  
- außer beim Kauen!

So hat sich die Natur das  
ausgedacht. Und hat uns zwar  
sehr kräftige, aber schmale  
Muskeln gegeben, die kräftig  
zubeissen können.

Unbewusste Pressen der Zähne  
oder nächtliches Zähneknirschen  
belasten die Kiefermuskeln  
permanent über. Durch ihre  
Verspannung entsteht Schmerz.

Hier liegt häufig die Ursache einer  
CMD, die Craniomandibuläre  
Dysfunktion. Eine Fehlfunktion  
des Kiefergelenkes.

Wenn keine zahnärztliche oder  
kieferorthopädische Ursache  
vorliegt. Und eine entsprechende  
Therapie notwendig ist. Dies muss  
von einem entsprechenden  
Facharzt vorher abgeklärt werden.  
Auch ist eine ärztliche  
Schienenversorgung oft  
unumgänglich.

## AUF DAS WESENTLICHE

### Warum pressen oder knirschen wir unbewusst mit den Zähnen?

Das nächtliche Zähneknirschen  
und das pressen im Tagesverlauf  
ist oft eine Stresskompensation  
des Körpers. Er arbeitet hier  
sozusagen den Stress des Tages  
ab. Wir beißen die Zähne  
zusammen und beißen uns durch.

Nachts sollen wir aber eigentlich  
entspannen. Alle Körperfunktionen  
werden heruntergefahren. Ausser  
die Verdauung. Die ist nachts aktiv,  
da sie viel Energie und Blut braucht,  
welche tagsüber durch die  
körperliche Aktivität nicht über  
bleibt. Dies ist ein ökonomischer  
Prozess unseres Körpers.

Störungen dieses Prozesses führen  
zu Müdigkeit, morgendlicher  
Abgeschlagenheit, Gereiztheit und  
auch Verdauungsbeschwerden.  
Durch die Anspannung können Kopf-  
Nacken- und Rückenschmerzen  
ausgelöst werden. Ungeklärte  
Ohrenbeschwerden und Tinnitus  
sowie Schlafstörungen treten häufig  
mit auf.

## - SICH SELBST

### Ziel der Therapie:

Das Ziel der Therapie, und  
damit der Erfolg der  
Behandlung, ist es Ihnen die  
unbewussten Mechanismen  
bewusst zu machen. Um sie  
damit durchbrechen und  
verändern zu können.

Dazu gehört herauszufinden,  
welche Faktoren Sie stressen.  
Diese sind häufig:

- Alltags- und beruflicher Stress
- Ängste und alle Emotionen, die  
uns belasten
- Alte unverarbeitete Traumata,  
z.B. durch negative Erlebnisse  
oder Unfälle

Die Behandlung und Entspannung  
des betroffenen Bindegewebes  
(Faszien), der Muskeln und  
Gelenke ist ebenfalls Bestandteil  
der ganzheitlichen Therapie.