



Tiens Berater

Tianshi GmbH
Katharinenstr. 12
10711 Berlin
www.tiens.de

® TIENS 2015

Meister der Massage

TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät integriert die Akupunktur, die Stimulation der Schwerpunkte des Körpers und die Massage der Reflexzonen auf Handflächen und Füßen. Durch verschiedene Arten der Verwendung des Geräts wie z.B. stehend, sitzend, kniend, liegend auf dem Bauch oder auf dem Rücken, erhalten Sie eine Massage für die Wirbelsäule, die Muskeln, die Kanäle und die Punkte. Dadurch werden Yin und Yang ausgeglichen, die Kanäle freigehalten und Ihre Muskeln abgespannt.

Unterstützt die Funktionen der inneren Organe

Während der Massage mit dem TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät schließen Sie bitte die Augen und entspannen Sie sich. Die sanfte Massage gibt Ihnen dann das Gefühl von Frieden und verstärkter Energie. Nach der Massage können sie das Fließen der Energie von den Füßen bis zum Kopf fühlen. Die Förderung der Qi- und Blutzirkulation hilft die Organe mit Nährstoffen zu versorgen, damit die Funktionen der Organe gefördert werden.

Bessere Blutzirkulation

Blutgefäße sind der Haupttransportweg von Blut, um eine normale Funktion im menschlichen Körper zu gewährleisten. Mit der Alterung bilden sich Cholesterin, Triglyceride und Harnsäure-Kristalle als Ablagerungen an den Innenwänden der Blutgefäße und bauen Arterien-Plaques auf. Dies führt zu einer Behinderung des Blutflusses und zu Sauerstoffmangel. Dies wiederum kann eine negative Auswirkung auf Herzfunktionen haben. Ebenso können durch die Sedimentation der Kristalle und Mineralien in den Gelenken Arthritis und Gicht auftreten. Laut Statistik haben kardiovaskuläre- und zerebrovaskuläre Erkrankungen einen Anteil von 25% aller Todesfälle in der Welt. Die regelmäßige Anwendung des TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät kann die Blutzirkulation fördern, die Elastizität der Blutgefäße wiederherstellen und den Körper von Giftstoffen und Abfällen befreien.

Mehr Sauerstoff im Blutkreislauf

Der Mangel an Sauerstoff im menschlichen Körper ist die Ursache für zahlreiche Krankheiten. Der Körper besteht aus Zellen, die von Sauerstoff gestützt werden. Die Zellen müssen ständig Sauerstoff erhalten, um den Körper am Laufen zu halten. TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät kann Ihnen helfen, die Blutzirkulation zu fördern und die Sauerstoffkapazität im Blutkreislauf zu erhöhen.

Schöne und jüngere Haut

Haut, die nicht richtig ernährt und nicht mit ausreichend Sauerstoff versorgt wird, wird schnell rau und bildet Falten. TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät kann Ihnen helfen, die Blutzirkulation zu fördern und die Sauerstoffkapazität im Blutkreislauf zu erhöhen. Dadurch verbessert sich auch die Haut und bleibt somit länger jung.

Gewichtskontrolle

TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät kann Ihnen helfen, den Abbau von Fettgewebe zu beschleunigen. Solange Sie sich gesund ernähren und das Massagegerät verwenden, kann es Ihnen helfen, Gewicht zu verlieren und fit zu sein.

Verbesserung des Sexuallebens

Stress und Müdigkeit vom modernen Leben kann zu sexuellen Problemen führen, die die Beziehung zwischen Partnern belasten kann. TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät kann Ihnen helfen, Müdigkeit zu bekämpfen, die endokrine Funktionen zu unterstützen und das Gleichgewicht zu halten. Durch die Stimulation der Huiyin Akupunkturpunkte (zwischen den Genitalien und dem Anus) kann es die Menge des Blutflusses in den Reproduktionsorganen erhöhen und die Sekretion von Hormonen regulieren.

Es hält alle Kanäle im Körper klar und aktiviert

Eine Massage auf den Reflexzonen von Organen an den Füßen und Handflächen stimuliert effektiv die wichtigsten Punkte, die zu besseren Kanälen und zu einer besseren Blutzirkulation und Qi führen werden. Bessere Körperkanäle sind ein wichtiger Bestandteil der menschlichen Gesundheit und das Wesen der TCM.

Unterstützung des körpereigenen Abwehrsystems

Mit dem Alter verschlechtert sich die Funktion des Körper-Abwehrsystems. Die Stimulation der Reflexzonen und der Wirbelsäule, der Milz und der Lymphdrüse kann die Abwehrreaktion des Körpers fördern.

TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät S-780



Die Vorteile des TIENS Blut-Zirkulation Massagegerätes

Bedienung des TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät



Fuß-Massage im Sitzen

Setzen Sie sich auf einen Stuhl und legen Sie Ihre Füße gerade auf die Platte, drücken Sie sie gegen das Mittelteil. Halten Sie Ihren Körper aufrecht und entspannt, die Hände auf die Knie gelegt. Schließen Sie die Augen und atmen ruhig. Siehe Abbildungen A1, A2 und A3

Fuß-Massage im Stehen

Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Mitte der Platte. Halten Sie Ihren Körper gerade und ausgeglichen. Die empfohlene Massagezeit beträgt 15 Minuten. Siehe Abbildung B.



Sitzhaltung

Setzen Sie sich auf die Platte des Geräts mit beiden Beinen gestreckt oder gebeugt. Die empfohlene Massagezeit beträgt 10 bis 15 Minuten. Beim Sitzen auf der Platte werden Ihre Huiyin-Akupunkturpunkte massiert. Mit der erhöhten Blut- und Qi Zirkulation werden die wichtigsten Organe im Bauchbereich wie Leber, Darm, Anus, Prostata und Gebärmutter unterstützt. Siehe Abbildung C1 und C2.



Kniehaltung

Knien Sie sich auf die Platte und verschieben Sie Ihren Schwerpunkt mehr auf das rechte Knie. Bleiben Sie in dieser Position für etwa 20 Sekunden. Dann wiederholen Sie die Übung auf dem linken Knie. Wiederholen Sie die Positionen mehrmals während einer Massage. Siehe Abbildung D



Handflächen-Massage

Legen Sie Ihre Handflächen gerade auf die Platte und lassen Sie sie für etwa 3 bis 5 Minuten massieren. Danach drehen Sie die Seiten Ihrer Handflächen auf die Platte und lassen sie für weitere 3 bis 5 Minuten massieren. Siehe Abbildung E1, E2, E3.



Laufen hält jung

Füße, Hände, Ohren und Nase sind die Inbegriffe des gesamten Körpers. Unsere Füße besitzen dichte Nervennetze, akute Sinne und intensive Informationsübermittlungs-Kanäle. Es gibt drei Fuß-Yin Kanäle und drei Fuß-Yang Kanäle. Füße sind der Ausgangspunkt der drei Fuß-Yin Kanäle (Milz-Meridian, Leber-Meridian- und Nieren- Meridian) und das Ende der drei Fuß-Yang Kanäle (Magen-Meridian, Gallenblase-Meridian und Blase-Meridian). Füße beherbergen die wichtigsten Mikrozirkulations-Netzwerke. Wenn wir zum Fuß mit der Bewegung der Muskeln laufen, werden die Verengung und Erweiterung der Blutgefäße verstärkt. Die verstärkte Erweiterung der Blutgefäße lässt das Blut leichter nach unten fließen und die verstärkten Verengungen der Blutgefäße werden das Blut nach oben schieben. Die Füße können also sozusagen als Pumpe betrachtet werden, um das Blut zum Herzen zu transportieren.

Doch heutzutage benutzen die Menschen ihre Füße immer seltener. Aufzüge bringen uns in obere Stockwerke, Autos fahren uns ins Büro und Computer ermöglichen es uns den ganzen Tag zu Hause zu sitzen. Füße werden nicht so oft benutzt wie sie es sollten, um ihre Rolle als natürliche Pumpe auszuüben, und daher gibt es immer mehr Probleme mit der Blutzirkulation. Wenn Sie Ihre Füße für etwa zwei Drittel des Tages nicht benutzen, werden sich dort mittels der Schwerkraft Ablagerungen bilden. Dies verschlechtert den Blutkreislauf und das wiederum beschleunigt die Körperalterung. Fuß- und Handmassagen können die Blutzirkulation fördern.

Es gibt insgesamt zwölf Meridiane-Kanäle im menschlichen Körper: drei Hand-Yin und drei Hand-Yang Kanäle, drei Fuß-Yin und drei Fuß-Yang Kanäle. Die Füße und die Hände sind voll von Reflexzonen. Durch die Stimulation auf den Zonen können wir die Geschwindigkeit der Blutfluss-Zirkulation erhöhen. Durch 15 Minuten Massage auf der Handfläche kann die Geschwindigkeit des Blutflusses verdoppelt werden. Wenn Sie also Ihre Füße und Hände mit dem TIENS Blut-Zirkulation Massagegerät massieren lassen, können die Blut- und Qi-Zirkulation verbessert werden.

Laut der chinesischen Medizin (TCM) besteht der menschliche Körper aus 3 Teilen: Innere Organe (einschließlich Eingeweide und Därme, Meridiane und die begleitende Kanäle), Qi und Blut. Diese drei Teile erfüllen unterschiedliche physiologische Funktionen und ihr Zusammenspiel schafft für den Körper eine integrierte und nachhaltige Einheit. Blut und Qi sollen das Leben erhalten. Meridian und begleitende Kanäle sind die Pfade für die Reise von Qi und Blut, so dass Qi und Blut auf den ganzen Körper verteilt werden können, und sie bieten die Nahrung für die Eingeweide und die Därme, um ihre Funktionsfähigkeit zu erhalten.

Das Qi hat zwei Naturen:

- Grundlegendes Material, aus dem der menschliche Körper besteht; eine Störung führt zu einer Verschlechterung der Gesundheit.
- Vitale Energie, die das Leben und die normalen Aktivitäten des Körpers erhält.

Die normalen Aktivitäten des Körpers werden durch ständige Versorgung mit Nährstoffen aus der äußeren Welt aufrecht erhalten, einschließlich frische Luft, die in die Lunge eingeatmet wird, sowie Qi, das von der Nahrung durch Milz und Magen umgewandelt wird. Deshalb hat Qi in der TCM sowohl materielle als auch physiologische Funktion. In der TCM wird Blut in gleicher Weise wie in der westlich modernen Medizin definiert. Es fließt durch den Körper und führt die Nährstoffe und den Sauerstoff zu den Geweben und Organen. Qi verbreitet sich im ganzen Körper, den Eingeweiden und im Darm, in Meridianen und begleitenden Kanälen; es unterstützt alle Arten der physiologischen Funktionen. Die Grundbewegungen des Qi sind nach oben, nach unten, nach außen und nach innen.

Qi ist der Kommandant im Blut und Blut ist die Mutter des Qi. Sie beeinflussen sich gegenseitig und arbeiten auch zusammen. In der TCM werden eingeatmete frische Luft sowie die aufgenommenen Nährstoffe für die Körperorgane umgewandelt und bilden somit die wichtigste Quelle von Stoffen für Qi und Blut. Abwechselnd werden Qi und Blut durch den ganzen Körper fließen und die Nährstoffe für Gewebe und Organe bereitstellen, um ihre Aktivitäten zu unterstützen. Also werden Verdauung und Sauerstoffaufnahme ohne die Zirkulation von Qi und Blut nicht funktionieren.

Sensorische Rezeptoren

