



## Nachgefragt

VON MAG. PHARM. DR. KARIN RAHMAN

### Welche Ausleitungsverfahren bietet die TEM?

Ausleitungsverfahren reinigen den Körper von Giftstoffen, Stoffwechselstauungen und anderen überschüssigen Säften und bringen so das System wieder ins Gleichgewicht. Bei chronischen Krankheiten ist die Reaktionsfähigkeit des Körpers eingeschränkt, Studien bestätigen hier die positive Wirkung ausleitender Verfahren.

Schröpfen ist eines der bekanntesten Ausleitungsverfahren (trockenes und blutiges Schröpfen). Beides führt zu einer verstärkten Durchblutung. Ein Aderlass wirkt blutdrucksenkend und verbessert die Fließeigenschaften des Blutes. Zudem gibt es noch das Baunscheidtverfahren, welches innere Organe anregen soll, sowie die Blutegeltherapie, bei der zusätzlich zur Ausleitung gerinnungshemmende und antientzündliche Substanzen an den Körper abgegeben werden.

Auch über die Haut kann ausgeleitet werden. Hier helfen Kneipp-Wickel, schweißtreibende Tees oder Saunabesuche. Bittersalz unterstützt die Ausleitungsfunktion des Darmes. Die Ausscheidung über den Harn kann mit harntreibenden Kräutertees unterstützt werden. Eine weitere Methode ist das Nasenrödern. Dabei werden Nerven im Nasenraum mit einem mit ätherischen Ölen getränkten Wattestäbchen stimuliert.

#### Gerne beantworte ich Ihre Fragen zur TEM:

[k.rahman@tem-fachverein.com](mailto:k.rahman@tem-fachverein.com)

Mag. pharm. Dr. Karin Rahman

Fachverein für Traditionelle Europäische Medizin

