

BANKOVANIE

Bankovanie je veľmi stará metóda. Bola používaná po tisícročia nielen v Číne. Reguluje tok čchi a krvi. Napomáha vytiahnuť „škodliviny“ (vietor, chlad, vlhko, horúčosť) na povrch a ich vylúčenie. Rozhýbava čchi a krv a otvára kožné póry, čím dochádza k eliminácii škodlivých faktorov. Má vplyv na kožu, svaly, kĺby, zažívacie ústrojenstvo. Bankovanie, ako aj masáž s bankami, je účinná pri chronickej bolesti hlavy, malátnosti, bolesti ramenných kĺbov, únave, neuralgii, reumatizme a tráviacich ťažkostiach.

Účinky bankovania sú všeobecné (prečistenie krvi, zlepšenie obehu, obnova funkcie nervového systému...) a lokálne (odstránenie bolesti, uvoľnenie spazmov...). Terapeuti odporúčajú bankovanie kombinovať s ďalšími liečebnými postupmi. Je na mieste otázka: “Čo sa deje v procese bankovania?” Sklenená banka, ktorá miernym nahriatím, priložením na pokožku sa následne prisaje podtlakom na priložené miesto. Podtlakom prasknú kapiláry a vytvorí sa krvný výron. Na tomto mieste sa lokálne zvýši prívod krvi a kyslíka. Výsledkom je rýchla metabolizácia a regenerácia tkaniva.

