

# Skøn med - en anden slags - nåle

**Nåle kan bruges på mange måder: ud over til syning anvendes nåle både til fillers, injektioner og mesoterapi. Men nåle bruges som bekendt også i akupunkturbehandling, og kosmetisk akupunktur - af nogen kaldet akupunktur foryngelse - er nu ved at brede sig som skønhedsbehandling.**

Af Nina H. Kluge

Det er egentlig slet ikke nyt. Kosmetisk akupunktur har været praktiseret i Asien i flere årtusinder og findes omtalt i gamle skriftlige kilder. Det var oprindeligt en behandlingsform forbeholdt den privilegerede klasse, og omgærdet med både hemmeligholdelse og mystik. Akupunktur bygger på teorien om, at ansigtet afspejler kroppens tilstand, og ved at arbejde med meridianbanerne i kroppen, kan man således påvirke og afslappe ansigtet.

## Kosmetisk akupunktur

En af de førende eksperter inden for kosmetisk akupunktur er Helle Bruun, som er uddannet akupunktør, kraniosakral-terapeut og zoneterapeut. Helle anvender akupunktur til behandling af bl.a. rynker og linjer, slap hud, uren hud, manglende udstråling, skævheder og spændinger. Ofte anvendes akupunkturen i kombination med kraniosakralterapi, da de to metoder understøtter hinanden.



Helle Bruun

“Vi ønsker os alle et smukt og spændstigt ansigt, hvor bindevævet hverken er hårdt og stift eller slapt og hængende. Øjnene skal lyse, og huden skal stråle af skønhed,” fortæller Helle Bruun og fortsætter: “Vi ved også alle, hvordan vi ser ud efter sygdom eller bare en enkelt nat med dårlig søvn. Dit ansigts ydre fremtoning er en del af kroppens helhed. Dit udseende er tæt forbundet både med den lokale gennem-

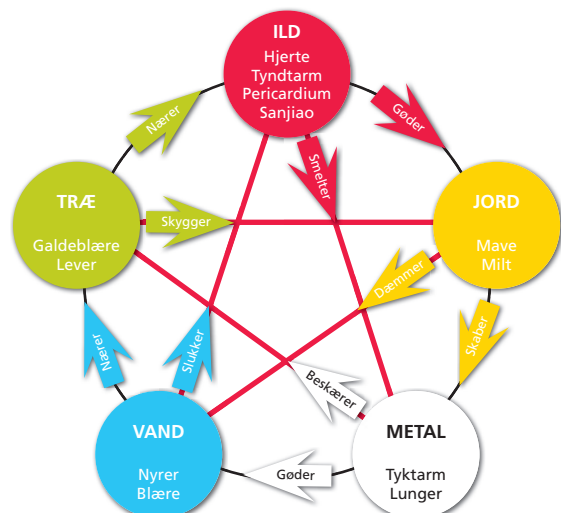
strømning af blod og næring i huden og med din generelle tilstand i organerne og kroppens strømme af Qi (energi) og langs akupunkturers meridianbaner.

Kosmetisk akupunktur handler derfor både om at behandle ansigtet, fjerne blokeringer og genetablere balancen i huden, og om en mere holistisk betragtning af hele kroppens funktion.

Jeg indleder derfor alle behandlinger med en samtale og undersøgelse ved hjælp af en klassisk kinesisk diagnose, og afdækker på den måde klientens svagheder, gennemgår nuværende og tidligere sygdomme og identificerer blokeringer af meridianbanerne, som kan vise sig som usunde træk i ansigtet. En svag milt eller svækket nyre-energi vil være blandt de faktorer, som jeg altid kigger efter, men der er mange andre muligheder, for ikke to mennesker er ens.

Den kinesiske medicin arbejder med en “fem-element-teori”, som forklarer hvordan svagheder i ét organ kan påvirke andre dele af kroppen. Ofte er der tale om lidt af et detektivarbejde, hvor vi arbejder os baglæns gennem cirklerne af virkninger, da behandling af ét symptom efter nogle uger ofte giver nye symptomer, som afslører en bagved liggende årsag til problemerne.”

## Fem-element-teoriens virkningsveje



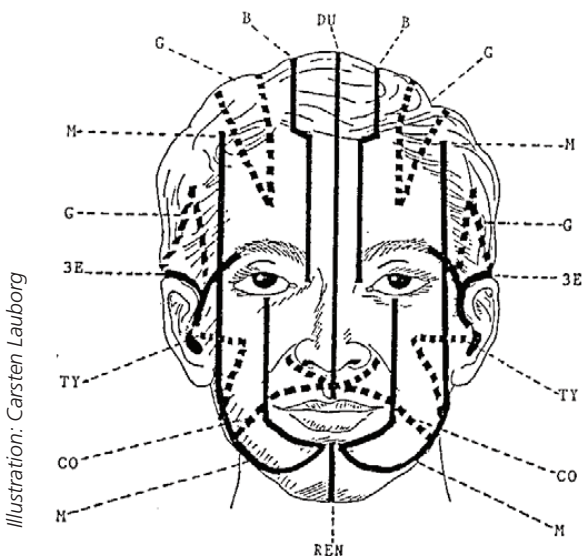
## Meridianbehandling på kroppen og i ansigtet

“Det kan måske virke overraskende på nogle, at en behandling, der skal forskønne ansigtet, ikke udelukkende foregår med nåle i selve ansigtet,” fortsætter Helle Bruun. “Som ved alle andre akupunkturbehandlinger vil jeg sætte nåle i bestemte punkter i hele kroppens meridianbaner, fx for at dæmpe stress eller regulere kroppens nervesystem samt de hormonelle og endokrine organers funktioner og stofskiftet.

Aldringstegn kan også mindskes ved forbedringer i fordøjelse og stofskifte, styrkelse af immunsystemet samt lindring af kroniske eller tilbagevendende smerter.

Kroppens meridianer er alle afspejlet i ansigtet. Hvis der er stagnationer eller andre problemer i ansigtet relateret til disse meridianer, stimulerer jeg disse med nåle, så Qi-energien igen kan flyde frit.”

### Ansigtets meridianer



### Kombinerede behandlinger

Helle Bruun kombinerer ofte flere typer behandling for at opnå optimale resultater. Symptomer i ansigtet, der viser sig som fx ømhed, smerte eller fravær af energi kan ofte behandles med zoneterapi, massage eller akupressur. Zoneterapi behøver ikke altid at foretages ved fødderne, men kan også bruges på reflekszoner i hænderne, ørerne og ansigtet.

“Hvis der er områder med stift og ufleksibelt bindevæv eller ar, vil den normale strømning af væske gennem blod- og lymfekar være nedsat,” siger Helle Bruun. “Det betyder ikke bare, at forsyningen med næringsstoffer og fjernelsen af overskydende væske og affaldsstoffer bliver forringet, men også at immunforsvaret kan være påvirket, og at meridianerne kan være blokerede. Sådanne steder vil hud og underhud ældes hurtigere end ellers. Jeg behandler disse områder med blid bindevævsmassage, eventuelt kombineret med direkte nålebehandling på stedet.

Ved lokale problemer såsom rynker eller knopper, kan stedet behandles med “Fang Dragen”-teknikken. Jeg “omringer” stedet med nåle, som fremkalder muskelsammen- trækninger, der øger fleksibiliteten i området og giver nyt liv og passage af næringsstoffer. Efter gentagne behandlinger vil rynkerne gradvist kunne mindskes, og eventuelle knopper vil kunne mindskes eller forsvinde helt.”

Læs mere på [www.hosbruun.dk/akupunktur](http://www.hosbruun.dk/akupunktur)