

Ziel Nichtraucher/-in zu werden?

ein Beitrag von Dr. med. B. Vautrin von ACE&S, die Arztpraxis für
Akupunktur, Chirotherapie, Ernährungs- & Sportmedizin
04346/9 26 17 17 vautrin@aces-praxis.de www.aces-praxis.de



Wann Nadeln helfen können:

Silvester ist nicht weit und damit auch die guten Vorsätze fürs neue Jahr. Nicht wenige Raucher/-innen wünschen sich insgeheim, endlich mit dem Rauchen aufzuhören. Die einen wegen der Gesundheit, die anderen der Kinder wegen, die nächsten wollen sich mit dem dann gesparten Geld einen Herzenswunsch erfüllen. Auch die Krankenkassen schauen vermehrt auf das Suchtverhalten und belohnen nicht selten den Schritt zum Nichtrauchen mit einer Prämie.

So oder so, der Schritt zum Nichtraucher bzw. zur Nichtraucherin lohnt sich immer! Doch der Wunsch ist das eine, die Umsetzung eine ganz andere.

Hier kann Akupunktur unterstützend eingreifen. Altbewährt und weltweit erprobt in der Suchtkämpfung ist das sogenannte NADA-Schema, eine spezielle Art der Ohrakupunktur.

Um die Erfolgsaussichten zu steigern und die mit der Entwöhnung einhergehenden Beschwerden

wie z.B. Innere Unruhe, Aggressionen, Schlaflosigkeit u.a. zu bekämpfen, bietet es sich an, ergänzend zu den Ohrpunkten speziell auf den jeweiligen Patienten abgestimmte Körperakupunkturpunkte zusätzlich zu nadeln.

In meiner Akupunkturpraxis rate ich dazu, vor der ersten Sitzung (ca. 1,5 Std. bestehend aus ausführlicher Erhebung der Krankengeschichte, Aufklärung und Akupunktur) mind. 24 bis 48 Std. nicht mehr geraucht zu haben. Nur dann ist sichergestellt, dass die Ohrpunkte auch „aktiv“ werden und nur die aktiven Punkte sollte man auch stechen. Hinzu kommt, dass ich die Körperakupunktur besser den Beschwerden des Patienten anpassen kann, wenn er diese bereits spürt und beschreiben kann. Für die Raucherentwöhnung setze ich zwischen 2 und 4 Sitzungen an.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit
Dr. Bettina Vautrin

ACE & S



Die Arztpraxis für
Akupunktur, Chirotherapie,
Ernährungs- & Sportmedizin

ACE & S



Die Arztpraxis für
Akupunktur, Chirotherapie,
Ernährungs- & Sportmedizin

Dr. med. Bettina Vautrin
Fachärztin für Allgemeinmedizin

Laser-Akupunktur
für Kinder

Liebe Patientinnen & Patienten, ich möchte mich ganz herzlich für Ihr Vertrauen bedanken und wünsche Ihnen eine schöne Weihnachtszeit und beste Gesundheit im neuen Jahr.



Den Menschen als Ganzes annehmen

An der Gänsewiese 8 · 24214 Gettorf · www.aces-praxis.de
vautrin@aces-praxis.de · Telefon 04346/ 9 26 17 17

Termine nach Vereinbarung
Privat & Selbstzahler