

*Praxis für  
Naturheilkunde  
und  
Ayurveda-Medizin*

*Diagnose - Beratung - Therapie - Massagen*

Eva-Maria Hauck  
Heilpraktikerin und  
Medizinische Ayurveda-Therapeutin

**Ayurvedische  
Ölbehandlungen**

*Altes Wissen und sanfte Medizin in einer  
neuen und turbulenten Zeit*



*Pfälzer-Wald-Str. 15*

*67551 Worms*

*(Heppenheim an der Wiese)*

*Tel. 0 62 41 - 20 99 53*

*Fax 0 62 41 - 26 80 89*

*Email: [info@naturheilpraxis-hauck.de](mailto:info@naturheilpraxis-hauck.de)*

*[www.naturheilpraxis-hauck.de](http://www.naturheilpraxis-hauck.de)*

**Termine nach Vereinbarung**

### Katibasti

In einem Teigring wird ein See aus warmen Heilkräuteröl auf die schmerzende Stelle gefüllt. Diese Behandlung kann überall am Körper durchgeführt werden. Sie ermöglicht das Eindringen der heilenden Kräuter in die tieferen Gewebsschichten. Katibasti ist speziell bei Bandscheibenbeschwerden, Ischialgie und Hexenschuss, Gelenk- und Nervenschmerzen, Verspannungen, Verhärtungen und Blockaden sowie Narben geeignet.

**Anwendung 1 - 1,5 Std.**

### Shirodhara = Stirnölguss

Diese Therapie wird auch die Königstherapie des Ayurveda genannt. Sie ist eine der intensivsten Anwendungen überhaupt. Dabei fließt nach einer kurzen Ganzkörpermassage warmes Öl in einem feinen Strahl pendelnd über Stirn und Kopf. Hierdurch wird eine tiefe Entspannung und Beruhigung des Nervensystems erzielt. Shirodhara wird vor allem bei Störungen des vegetativen Nervensystems wie Konzentrations- und Schlafstörungen, chronischen Kopfschmerzen, Nervosität und Ängsten sowie depressiven Verstimmungen eingesetzt.

**Anwendung ca. 1 Std.**

### Takaradhara = Buttermilch-Stirnguss

Dabei handelt es sich um einen Stirnguss mit einem warmen Buttermilchdekot, was jedoch eher kühlend wirkt. Takaradhara wird besonders bei angestauter Hitze im Kopf angewendet, z.B. bei Migräne, Bluthochdruck und einem Hitze- oder Druckgefühl im Kopf.

**Anwendung ca. 1 Std.**

### Shirobasti = Ölbehandlung am Kopf

Ein mit Teig abgedichteter Lederring auf dem Kopf ermöglicht das Einwirken von warmen, heilenden Kräuterölen tief in die Kopfhaut. Shirobasti wird klassisch angewendet bei vegetativen Störungen wie Schlaflosigkeit, Konzentrationsstörungen, Lähmungen, Kopfschmerzen, MS, Parkinson, sowie Ohrenerkrankungen wie Hörsturz und Tinnitus.

**Anwendung ca. 1 - 1,5 Std.**

### Akshi- oder Netratarpana = Augenölbehandlung

Gerade die häufige Arbeit am Monitor führt zu trockenen, schmerzenden, entzündeten oder unruhigen und müden Augen. Nach einer kurzen Kopfmassage werden die Augen in warmem Heilkräuteröl gebadet. Diese spezielle Ölbehandlung wirkt säubernd, entspannend und sehr wohltuend auf die Augen. Außerdem stärkt sie den Sehnerv. Gerade unsere Augen, im Ayurveda die Fenster der Seele, sollten gepflegt und geschont werden.

**Anwendung ca. 45 Min.**

### Karnapurana = Ohrenölbehandlung

Hier werden, nach einer kurzen Kopfmassage, beide Ohren und Gehörgänge mit warmen Heilkräuteröl gefüllt. Karnapurana wird vor allem bei wiederholten Ohrenscherzen, Tinitus und Morbus Meniere, Schwindel und Hörproblemen sowie Kopfschmerzen, Nackenverspannungen und Gesichtsschmerzen eingesetzt. Alternativ wird die Therapie auch mit Ohrkerzen durchgeführt. Voraussetzung ist allerdings, dass das Trommelfell geschlossen und nicht entzündet ist.

**Anwendung ca. 45 Min.**

## Nasya = Nasenölbehandlung

Im ayurvedischen Sinn ist die Nase die Pforte zu unserem Gehirn. Alle Heilkräuter, die in die Nase gelangen, werden direkt und ohne Umwege von der Nasenschleimhaut aufgenommen und wirken direkt auf unser Gehirn und das Nervensystem. Nasya wird - nach einer kurzen Kopfmassage - einerseits als reinigende Therapie, aber auch als nährenden Therapieform bei allen Erkrankungen oberhalb des Schlüsselbeines eingesetzt. So eignen sich manche Formen vor allem bei chronischen Nasennebenhöhlen- und Erkältungskrankheiten sowie bei Heuschnupfen, andere wiederum bei Kopfschmerzen, nach Schlaganfall und degenerativen Erkrankungen des Nervensystems.

**Anwendung ca. 50 Min.**

Bei allen Therapieformen ist eine kurmäßige Anwendung am effektivsten und wirkungsvollsten, z.B. einmal täglich an fünf bis sieben aufeinander folgenden Tagen oder zumindest zweimal in der Woche für ca. vier Wochen.

Der Preis errechnet sich nach der Therapiezeit zuzüglich der Nachruhezeit und beträgt 22,- € pro halbe Stunde.

Für weitere Fragen stehe ich Ihnen jederzeit zur Verfügung!