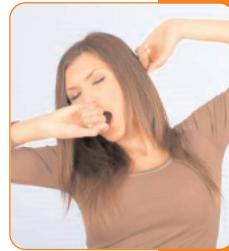
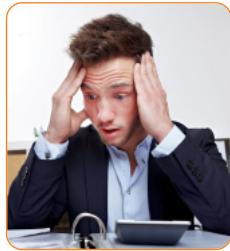




# AM WEG INS BURN-OUT? RECHTZEITIG REAGIEREN!

In unserer Zeit spielen **Tempo, schnelle Reaktion, Druck und Stress** dominierende Rollen. Nicht nur in der Arbeit, in der immer mehr immer rascher produziert werden muss, sondern auch im Privatleben erhöhen sich die Anforderungen in Dimensionen, die Körper, Geist und Seele zu sehr fordern. Wenn wir nicht für Ausgleich sorgen bzw. entscheidende und wirksame Maßnahmen einleiten, ist Krankheit vorprogrammiert.



## KENNEN SIE EINES DIESER KRANKHEITSBILDER?

- Chronische Müdigkeit • ausgelaugt sein • Abgeschlagenheit • Burn-out
- Fibromyalgie (Muskelschmerzen) • Depression • Frühjahrsmüdigkeit

In der EU sind heute über ein Drittel aller Erkrankungen stressbedingt. Die viel zitierte Work-Life-Balance bekommt mehr und mehr an Bedeutung, wenngleich die Bilanz noch längst nicht stimmt. Stattdessen sind Überreiztheit und Überforderungen an der Tagesordnung. Die Menschen verausgaben sich immer mehr und plündern ihre Reserven, bis sie vor einer Leere stehen.

Wir Menschen agieren zumeist ohne Rücksicht auf uns selbst. Da reagiert nicht nur unser Körper mit Ablehnung und Müdigkeit, auch unsere Seele meldet sich hier vehement.

Mit den Methoden der TCM kann man hier entscheidende positive Schritte gehen. Die Anwendungen sind vollkommen individuell abgestimmt.



WAHLARZT FÜR  
ALLGEMEINMEDIZIN  
TRADITIONELLE  
CHINESISCHE MEDIZIN  
AKUPUNKTUR  
MANUELLE MEDIZIN

Abgeschlagenheit ist in der TCM ein Thema, das entweder einer Qi-Blockade zugesprochen wird, also, wenn Lebensenergie nicht mehr rund fließt oder ein Energiemangel herrscht. Sie tritt besonders dann auf, wenn Menschen sich über einen längeren Zeitraum zu sehr verausgaben und in ein (Energie-)Loch fallen.

Natürlich lässt sich leichte Abgeschlagenheit auch leichter behandeln. Im Falle eines Burn-out ist jedoch intensive Therapie-Arbeit mit den Mitteln der TCM zu leisten, denn es wurde wesentlich mehr Energie verbraucht.

Je nach der individuellen Situation und Befindlichkeit des Patienten versucht man, durch Akupunktur ①, stärkende Kräuter ②, entsprechende Nahrung, Sport und Bewegung den Energie-Haushalt wieder in Ordnung zu bringen und zu optimieren.

- ① Die **AKUPUNKTUR** ist die Behandlung des Körpers mit Nadeln, die in spezifische Punkte (Akupunkturpunkte) eingeführt werden. Diese liegen in der Regel auf den 12 Hauptmeridianen (Energieleitbahnen), die über den Körper verteilt sind.
- ② Die **KRÄUTERTHERAPIE** ist die Verordnung spezifischer Kräuter-mischungen zur Behandlung chronischer Energiedefizite und Stagnation entsprechend der Lehre der fünf Elemente. (In China beträgt das Verhältnis von Akupunktur zu Kräutertherapie 30:70).

Gut zu wissen, dass man die Energie wieder zurückführen kann.  
Ihr Gunther Rigger

Telefonische Terminvereinbarung: ☎ 062 16/40 667  
Salzburger Straße 7 | 5202 Neumarkt/Wallersee  
[ordination@dr-rigger.at](mailto:ordination@dr-rigger.at) | [www.dr-rigger.at](http://www.dr-rigger.at)