



„Mama, mein Kopf tut weh ...“

Geht es Ihrem Kind auch so? Klagt es öfters über Kopf- oder Rückenschmerzen? Ist es unruhig und kann sich vielleicht gar nicht richtig entspannen? Dann kann es sein, dass Ihr Kind vor lauter Stress verspannt ist. Denn der Stress fängt heute schon früh an. Da gibt es Verpflichtungen in der Schule, das Kind muss lernen, Hausaufgaben machen, hat vielleicht noch Musikunterricht oder Sportveranstaltungen und um in der Klasse wirklich mitzukommen, muss es auch noch zum Nachhilfeunterricht. Das ist Stress pur!

Manche Kinder werden dann unruhig. Andere Kinder sind bewegungsmüde. Sie sitzen den ganzen Nachmittag vor dem Fernseher oder dem Computer, wenn sie mal frei haben und gebrauchen dadurch ihren Muskel- und Knochenapparat nicht richtig. Auch dies kann zu Verspannungen führen.

Was passiert, wenn Ihr Kind gestresst ist?

Bei Stress spannen sich die Muskeln an, meistens zuerst die Muskeln im Nacken. Der Körper nimmt automatisch eine Schonhaltung ein und die Muskeln versuchen die Anspannung eines Rückenbereiches mit einer Gegenspannung auszugleichen. Die Statik verändert sich, man kann seine natürliche Haltung nicht mehr einnehmen und es kommt zum Beckenschiefstand. Die Nerven entlang der Wirbelsäule werden durch die angespannten Muskeln gedrückt und können wichtige Informationen nicht mehr an das Gehirn weiterleiten. Das Gehirn hat die Information „Ich bin angespannt“ gespeichert. Die Folge sind oft Kopfschmerzen, Rückenbeschwerden, Unruhe, Konzentrationsmangel und Schlaflosigkeit.

Vitametik® - vom Stress zur Entspannung

Mit Hilfe der Vitametik® unterstützen Sie Ihr Kind sich wieder entspannen zu können und besser mit Stress-Situationen umgehen zu können. Es findet seine innere und äußere Balance wieder. Wie läuft eine Vitametik®-Anwendung ab? Nach einem Vorgespräch mit Ihnen und Ihrem Kind, fühlt der Vitametiker zunächst, wo die Halsmuskulatur Ihres Kindes am stärksten verspannt ist. Danach löst er dort einen sanften und schnellen Impuls aus. Dieser Impuls unterstützt den Körper bei der gezielten Entspannung der Muskulatur. Denn der Körper weiß genau wie sich Entspannung anfühlt, er hat es nur vergessen. Durch den vitametischen Impuls kann er sich wieder daran erinnern. Anschließend folgt eine Ruhephase von ca. 20 Minuten in angenehmer Atmosphäre mit sanfter Hintergrundmusik, während der die Selbstheilungskräfte Ihres Kindes arbeiten.

Meistens sind nur einige Vitametik®-Anwendungen nötig, um Verspannungen für längere Zeit lösen zu können und damit auch Kopf- und Rückenschmerzen loszulassen. Vitametik®-Anwendungen eignen sich für jedes Alter. Je früher man damit beginnt, desto besser, damit es gar nicht erst zu chronischen Fehlhaltungen und Verspannungen kommen kann.

Die Anwendungen ersetzen nicht den Arzt oder Heilpraktiker, sind aber eine sinnvolle und effektive Ergänzung zu medizinischen Behandlungen. Vitametik®-Praxen finden Sie in ganz Deutschland. Die Vitametiker werden vom Bildungsinstitut für die Vitametik® ausgebildet. Der Berufsverband für Vitametik® e. V. ist für die Qualitätssicherung zuständig.

Weitere Informationen finden Sie im Buch „Vitametik® – eine Antwort auf Stress“ von Volker Hoffmann. ISBN 3-927 389-32-3, € 18,00, auch als Hörbuch erhältlich: ISBN 3-927 389-33-1, € 18,00.

Informationen über die Vitametik® und die Adressen der Vitametik®-Praxen erhalten Sie beim:

Berufsverband für Vitametik® e.V. (BVV)
Geschäftsstelle
Fliederweg 16
76275 Ettlingen
Tel. 0180 5 007301
eMail: info@vitametik.de
www.vitametik.de

Das Buch erhalten Sie beim Verlag oder in jeder Buchhandlung:

ART & GRAFIK VERLAG
Fliederweg 16
76275 Ettlingen
Tel. 0 72 43 / 9 12 70
Fax 0 72 43 / 94 92 20
eMail: info@art-grafik-verlag.de