



# Pancha Karma Reinigungskuren

Autor/in: [Heilpraktikerin Evelyn Böttger](#)



Reduzierende Therapien Nährende Therapien Austrocknende Therapien Öl Therapien Schweißtreibende Therapien Adstringierende Therapien Panchakarma - Kur Pancha bedeutet fünf. Karma heißt soviel wie Handlung. Traditionelle Panchakarma-Kuren haben wenig gemein mit Wellnesskuren. Diese Kuren dienen in erster Linie der Ausleitung von Stoffwechselschlacken, die sich durch falsche Ernährung im Körper angesammelt haben. Gereinigt wird nicht nur der Körper, sondern die Therapien beziehen die Seele und den Geist durch entsprechende Übungen mit ein. Der Patient wird in allen Bereichen entgiftet.

Für die Panchakarma Kuren werden verschiedene Therapien angewendet:

Eine Panchakarma-Kur sollte 14, 21, 28 und mehr Tage - je nach Krankheitsbild - dauern. Die Kur beginnt mit einer detaillierten [Diagnose](#). Der Befund ist Basis für den Behandlungsplan. Der Körper wird durch entsprechende Therapien vorbereitet die Stoffwechselschlacken auszuscheiden. Nach der Ausleitung wird der Körper durch weitere Behandlungen aufgebaut. Während der gesamten Kur sind die Mahlzeiten auf die entsprechende Konstitution ausgerichtet. Unterstützt wird diese Kur durch ayurvedische Medikamente. Für den Körper ist diese Kur Schwerstarbeit - immerhin soll er sich ja von den über Jahre 'angestauten' Giften trennen. Aber nach der Ausleitung am Ende einer Kur fühlen Sie sich leicht und meistens ist auch die Seele und der Geist in einem ruhigen Zustand durch die Yoga- und Meditationsübungen während der Kur. Wenn Sie sich für eine Kur entscheiden, achten Sie darauf, dass sie traditionell durchgeführt und von einem Arzt oder Heilpraktiker mit entsprechender Ausbildung begleitet wird.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten