



RESET

Kieferentspannung

Gönn dir eine Auszeit.

- Entspannter Kiefer
- Gelöste Schultern
- Klarer Kopf
- Komplexe Behandlung (Kiefer, Kopf, Schultern)

Olivia Haener

coaching / massage / yoga

Kohlenberg 1, 4051 Basel

078 875 60 42 / www.oliviahaener.ch

Ein entspannter Kiefer hilft deinem gesamten Körper

Das Kiefergelenk beeinflusst den ganzen Körper einschliesslich Skelett, Muskel, Meridian- und Nervenzellen und unterstützt die Hydratation. Geringste Spannungen in den Kiefermuskeln können die Balance des Kiefer verändern und unklare elektronische Nachrichten an den gesamten Körper senden. RESET sorgt dafür, dass die Kiefermuskeln aktiv entspannt und das Kiefergelenk wieder perfekt ausbalanciert werden.

Der grösste Hirnnerv (Trigeminus) ist der grösste Hirnnerv und verläuft von seinen Nervenkeimen im Gehirn zu C2 und durch den ganzen Körper. Besteht ein Ungleichgewicht, wirkt sich dies negativ auf das gesamte Nervensystem aus, was zu Anspannung im Kau-muskel, Gesicht, Kopf, Gehirn, Rückgrat und Becken führt. Emotionaler Stress wirkt noch nach Jahren und kann für einen angespannten Kiefer verantwortlich sein.

RESET hilft bei

- Erschöpfung / Überlastung / Unruhe
- Alltags-Stress (voller und müder Kopf)
- Kopfschmerzen/Migräne
- Druck und Spannungen im Kopfbereich
- Schmerzen in Nacken, Schulter, Becken, Hüfte und Rücken
- Konzentrations- und Lernproblemen
- Kiefergelenk- und Kauschmerzen
- Beissen/Knirschen
- Tragen einer Spange oder Schiene
- Tinnitus
- Schmerzen im Knie- und Hüftbereich

Ursachen von Verspannungen im Kiefergelenk

- Überbelastung
- Emotionaler- und Alltags-Stress
- Unfall und Schleudertrauma
- Krafteinwirkung bei Zahnbehandlungen



Die RESET-Behandlung

Im Gesichtsbereich werden sanfte Berührungen, die das Kiefergelenk ausbalancieren, ausgeführt. Dabei werden versteifte Strukturen gelöst und wieder energetisiert. Die äusserst angenehme Behandlung dauert 45 Minuten und wird im Liegen durchgeführt. In der Regel werden zwei Sitzungen mit einem Abstand von 7-10 Tagen benötigt. RESET entspannt die Muskeln, lädt deine Meridiane energetisch wieder auf und wirkt positiv auf Magen, Dünndarm, Nieren und Nebennieren.