

Augen-Kinesiologie & Sehtraining

Ganzheitlich sehen – individuell behandeln

Die Augen sind eng mit unserem gesamten Körper, unserem Nervensystem und unseren Emotionen verbunden. In der **Augen-Kinesiologie** verbinden sich gezieltes Sehtraining, kinesiologische Methoden und naturheilkundliche Impulse zu einem wirkungsvollen Gesamtkonzept – für mehr Sehkomfort, innere Balance und Augengesundheit.

Für klare Sicht – innen wie außen

Ob trockene, müde oder überanstrengte Augen, Sehverschlechterungen, Netzhautprobleme oder chronische Augenerkrankungen – oft liegen die Ursachen tiefer als im Auge selbst. Über die Kinesiologie können energetische Blockaden, emotionale Stressoren und körperliche Zusammenhänge aufgespürt und ausgeglichen werden. In Kombination mit gezieltem Sehtraining und naturheilkundlicher Unterstützung ergibt sich ein ganzheitlicher Weg zur Verbesserung der Augenfunktion.

Individuell abgestimmt auf Ihre Augen

Jede Behandlung ist so individuell wie Sie. Nach einer ausführlichen Anamnese entwickeln wir gemeinsam ein auf Sie zugeschnittenes Konzept, das folgende Elemente enthalten kann:

- **Kinesiologische Austestung** und Stressabbau im Sehsystem
- **Augen- und Sehtraining** zur Förderung von Beweglichkeit, Fokus und Entspannung
- **Naturheilkundliche Begleitung** mit Mikronährstoffen, Pflanzenheilkunde oder homöopathischen Mitteln
- **Regulation des vegetativen Nervensystems**, um die Augen auf tiefgreifender Ebene zu entlasten
- **Beratung zu Alltag, Licht, Bildschirmarbeit und Augenernährung**

Anwendungsgebiete

Diese ganzheitliche Methode eignet sich u. a. bei:

- Trockenen, brennenden oder müden Augen
- Verspannungen beim Sehen (z. B. Bildschirmarbeit)
- Stressbedingten Sehstörungen
- Altersbedingten Veränderungen der Sehkraft
- Netzhauterkrankungen (z. B. Makuladegeneration)
- funktionellen Sehstörungen ohne klare medizinische Ursache
- Ergänzend bei chronischen Augenerkrankungen

Die Behandlung ersetzt keine augenärztliche Diagnostik, kann aber begleitend eingesetzt werden, um das Sehsystem zu stabilisieren, zu regenerieren und ganzheitlich zu stärken.

Sehen Sie wieder mit mehr Klarheit – nach innen und außen.

Ich begleite Sie achtsam und individuell auf Ihrem Weg zu mehr Augengesundheit und innerer Balance.