



טווינה

היא דומה מאד לפיזיותרפיה הרגילה שאתם מכירים, רק שמקורה של הטווינה בסין ולכן היא נקראת- "פיזיותרפיה סינית".

פירוש המילה טווינה הוא למשוך (Tui) ולתפוס (Na). כלומר, מדובר בשיטת טיפול הבנויה מלחיצות, לפיתות ועיסוי לאורך השרירים והגידים בגוף. הטיפול מתבצע על ידי האמה, המרפק, שורש כף יד והאצבעות.

הטווינה פותחת את החסימות לאורך המרידיאנים בגוף וממריצה את זרימת הצ"י והדם לאורך המרידיאנים, על מנת לחדש את הזרימה האנרגטית ולסלק את הכאב.



הטווינה יעילה ביותר בבעיות אורטופדיות כמו כתף קפואה, שרירים תפוסים, כאבי גב וכאבי צוואר. וגם בבעיות של חוסר איזון באיברים פנימיים כמו כאבי ראש, מיגרנות, בעיות מעיים, תשישות כרונית ועוד.