

# Wo kann R.E.S.E.T. angewendet werden?

Die durch die **R.E.S.E.T.** Behandlung erreichte Tiefenentspannung des TMG kann unterstützend angewendet werden bei:

- ▶ zahnärztlichen Maßnahmen zur Behandlung von Kiefergelenkproblemen z.B. beim Tragen einer Aufbisschiene
- ▶ nach Zahnbehandlungen (Extraktionen, kieferorthopädischen Behandlungen)
- ▶ Blockaden durch Zahnfehlstellungen, Überbiss
- ▶ nächtlichem Zähneknirschen, Knacken oder bei Reibgeräuschen der Kiefergelenke, Schnarchen, nächtlichen Atemstörungen, chronischer Müdigkeit, Tinnitus, Hörminderung, Ohrenscherzen, Schwindel, Schlafstörungen, Augenflimmern, Schmerzen hinter den Augen, Doppelsehen, Sehstörungen, Lichtempfindlichkeit
- ▶ Kopfschmerzen, Migräne
- ▶ Konzentrations- und Lernstörungen
- ▶ Problemen im Bereich Kopf, Gesicht, Nacken, Rücken, Becken, Knien und Füßen, die aus Verspannungen der gesamten Rücken- und Schultermuskulatur entstehen
- ▶ Verdauungsproblemen, zur Verbesserung der Wasserverwertung des Körpers
- ▶ Lösungen alter, unbewusster Emotionen Stimmungsschwankungen, Depressionen
- ▶ Zum Ausgleichen des Meridiansystems

## R.E.S.E.T. Info

- 1.) Es werden keine Diagnosen, Therapien, Behandlungen im medizinischen Sinne oder sonstige Heilkunde im gesetzlichen Sinne ausgeübt.
- 2.) Die Behandlung wird zur reinen Entspannung der Kiefermuskulatur durchgeführt.
- 3.) Es werden keine Heilversprechen abgegeben. Die Behandlung ersetzt keinen Arzt bzw. Arztbesuch.



### Daniela Walter

Zertifizierte  
Entspannungspädagogin

Zertifizierte  
Psychologische Beraterin

Zertifizierte  
Wellnesspraktikerin

Ausgebildet in  
Klangschalenmeditation

### 180° Praxis für Entspannungstherapie

Friedrichshaller Str. 22 | 74177 Bad Friedrichshall

T: 0160.310 7253 | M: Mail@180-grad.info

[www.180-grad.info](http://www.180-grad.info)

Termine nach Vereinbarung – unter: 0160.310 7253

**R.E.S.E.T.**  
Kieferbalance  
Körperbalance



**180°**

innehalten. neugestalten.

## Was ist R.E.S.E.T. ?

**R.E.S.E.T.** ist eine sanfte, schmerzlose Methode, die das Kiefergelenk und seine Muskeln ausgleicht, d.h. in einen entspannten, balancierten Zustand versetzt.

**R.E.S.E.T.** besteht aus Grifftechniken zur manuellen Entspannung der beteiligten Kiefermuskulatur. Der ganzheitliche Ansatz der Methode hat zum Ziel, die Balance des ganzen Menschen wieder herzustellen.

Die **R.E.S.E.T.** Kieferbalancebehandlung wurde im Jahre 1995 von dem Australier Philip Rafferty als Kombination von kinesiologischen und energetischen Techniken entwickelt.

## Wie wirkt R.E.S.E.T. ?

Das Kiefergelenk hat maßgeblichen Einfluss auf den gesamten Körper. Dabei besteht eine dynamische Interaktion zwischen Kiefergelenk, Keilbein und dem Atlaswirbel. Diese Interaktion beeinflusst verschiedene Mechanismen des ganzen Körpers (Skelett, Muskeln, Meridiane, Nervensystem und Wasserverwertung).

**Durch Verspannungen** kann es zu Irritationen in der empfindlichen kranialen – spinalen Dynamik und zu unklaren elektrischen Nachrichten zwischen Gehirn und Muskulatur kommen. Derartige Ungleichgewichte wirken sich gleichermaßen auf den gesamten Körper aus.

**Viele Kiefergelenkbeschwerden**, wie z.B. das nächtliche Zähneknirschen oder – pressen, sind häufig auf eine erhöhte physische oder psychische Stressbelastung zurückzuführen.

**Mögliche Auslöser** für Verspannungen des Kiefergelenksystems sind z.B. Sturz, Autounfall, Schleudertrauma, emotionaler Stress, Schlag auf den Kopf oder Kiefer. Auch Zahnbehandlungen können durch langes Sitzen bei geöffnetem Mund oder zu starke Krafteinwirkung bei Zahnextraktionen zu Verspannungen führen.

Die Auslöser können schon sehr lange zurückliegen (wie z.B. Geburtsvorgang – Zangengeburt). Beschwerden beim Tragen einer Zahnspange. Fehlhaltung durch einseitige Belastung am Arbeitsplatz.