



WIRKUNG UND NEBENWIRKUNG EINER MASSAGE

Die Wirkung von Massagen ist sehr vielfältig und oft auch individuell verschieden. Hauptsächlich massiert werden Haut, Muskeln, Sehnen, Bänder und Bindegewebe. Neben den direkten körperlichen Auswirkungen (wie Steigerung der Durchblutung, Lockerung des Gewebes, lösen von Verklebungen und Verhärtungen, Dehnen der Muskulatur, Mobilisierung von Strukturen und Gelenken) treten auch reflektorische Wirkungen an inneren Organen und dem ganzen Organismus auf (Puls, Blutdruck, Atmung, Lymphsystem, Erhöhung der Durchblutung, Anregung von Darm, Nieren, Leber, etc.). Aber auch die Psyche und das vegetative Nervensystem werden durch die Berührungen und gesetzten Reize stimuliert. Das kann sich in der Stimmungslage, im Schlafrhythmus und dem allgemeinen Wohlbefinden ausdrücken.

Hierbei ist es jedoch wichtig zu erwähnen, dass es vollkommen normal und gesundheitlich absolut unbedenklich ist, wenn es während oder nach der Behandlung zu kurzfristigen Schmerzen kommt. Diese sind schon seit Jahrtausenden die Folge von intensiven traditionellen Behandlungsmethoden und stellen in jedem Fall den Anfang Ihres individuellen körperlichen Heilwerdungsprozesses dar.

EINSATZGEBIETE MEINER MASSAGE-HAUPTANWENDUNGEN

- Erholung nach sportlicher Anstrengung, Muskelkater
- Lähmungserscheinungen
- Migräne, Kopfschmerzen
- Muskelschmerzen, Muskelverspannungen
- Rehabilitation nach größeren Verletzungen oder Operationen, Lockerung von Narbengewebe
- Rückenschmerzen

EINSATZGEBIETE MEINER MASSAGE-NEBENANWENDUNGEN

- Angst, nervöse Anspannung
- Asthma, begleitend
- Depression, begleitend
- Durchblutung, Steigerung
- Geburtsvorbereitung
- Gewebsversorgung, Verbesserung
- Hypochondrie
- Krebstherapie, begleitend
- Menstruationsbeschwerden
- Muskelleistung, Steigerung der
- Ödeme, Lymphdrainage, Lymphfluss anregend
- Operationsvorbereitung
- Osteoporose, Prävention
- psychische Entspannung und Wellness
- psychosomatische Störungen