



Endlich wieder durchschlafen?

(Mynewsdesk) Mit sanfter Schwingung zur Tiefenentspannung? Rothenburger Physiopraxis testet Massagegerät bei Senioren. ?Schlaflos in Rothenburg? - so könnte die Geschichte von Maria Jäger überschrieben sein. Viele Jahre kämpfte sie mit durchwachten Nächten. Bis ihr ein neues Massagegerät Erleichterung verschaffte. Seither bringt der HarmonySwing immer mehr Senioren und Patienten in Schwung. Lange Jahre kämpfte die 85-jährige Maria Jäger mit massiven Schlafproblemen. Anfangs schaffte ein leichtes Beruhigungsmittel noch Abhilfe. Doch mit der Zeit wurde die Nacht immer mehr zum Tag. Das nächtliche ?Herumgeistern? war nicht ungefährlich, denn die betagte Seniorin hatte mit schmerzhaften Knochenbrüchen schon mehrfach unangenehme Erfahrungen gemacht. Aus Angst vor der nächsten Fraktur entschloss sie sich in ein Rothenburger Seniorenheim umzuziehen. Die Umstellung war groß. Doch die tiptop gepflegte Einrichtung, der große Garten, das freundliche Personal und vor allem die zahlreichen Veranstaltungen machten ihr das Eingewöhnen leicht. Hier war man nicht auf sich allein gestellt und das Angebot ist vielseitig. Schnell war die eigene Wohnung vergessen. Nicht vergessen hingegen waren die Schlafprobleme. Da Frau Jäger abends nicht zur Ruhe kam, nahm sie oft starke Medikamente. Trotzdem musste sie häufig das nächtliche Wachliegen in Kauf nehmen und wurde durch das Schlafdefizit tagsüber viel zu rasch müde. Bis eines Tages ein neuer Gast auftauchte: schwarz, viereckig und mit einem beeindruckenden Innenleben! Der ?Neue? war ein Massagegerät, auf dem die Seniorin von nun an täglich unter Anleitung einer Physiotherapeutin oder eines Pflegers sechs Minuten Platz nahm. Das Ergebnis war erstaunlich. Schon beim ersten Mal lockerte sich ihre Beckenbodenmuskulatur, eine Art Tiefenentspannung setzte ein. ?Ich wäre wortwörtlich fast vom Hocker gefallen?, erzählt die alte Dame schmunzelnd ?schon nach wenigen Minuten fühlte ich mich so entspannt, dass ich müde wurde. Danach habe ich endlich mal wieder richtig durchgeschlafen!? Seither gehören ein paar Minuten auf dem HarmonySwing-Gerät zum täglichem Ritual von Maria Jäger. Es ist erstaunlich, wie fit sich die alte Dame in wenigen Wochen geswingt hat. Auch andere Heimbewohner sind inzwischen neugierig geworden und immer mehr möchten das Gerät ausprobieren. Eine Seniorin im Rollstuhl stellte die Beine auf das Gerät und genoss die Massage sichtlich. ?Das tut nicht nur in den Waden gut?, erklärte sie freudig, ?ich spüre das bis in die Oberschenkel. Es ist wirklich angenehm.? Doch der HarmonySwing kann einiges mehr, als nur sanft in den Schlaf zu wiegen. Wolfgang Baumann, der als Physiotherapeut mit seinen Kollegen viele Senioren in den Rothenburger Altenheimen betreut und eine eigene Praxis betreibt, weiß einiges davon zu berichten: ?Ich setze den HarmonySwing sehr behutsam ein. Denn gerade weil die Schwingungen des Massageblocks so fein sind, wirken sie umso intensiver - egal ob präventiv zur allgemeinen Lockerung oder zur Nachbehandlung und als Reha-Maßnahme. Ein toller Nebeneffekt ist die Verbesserung der Balance. Senioren trainieren damit auch ihren Gleichgewichtssinn, die Sturzgefahr verringert sich und sie fangen an, wieder wesentlich sicherer zu laufen.? Auch jüngeren Menschen, die durch ihre berufliche Situation stark angespannt sind, empfiehlt Baumann eine regelmäßige Dosis ?Swing?. Neben dem müden Bürokreuz kommt die sanfte Massage vor allem der Gesundheit zugute. Zur Überzeugung bedarf es nicht vieler Worte. Stattdessen hat Baumann den innovativen Massageblock einfach für sich sprechen lassen. Seine Mitarbeiterin Dominique Winkle war eine der Ersten, die sich Ihrer Schuhe entledigte und sich stehend ?swingen? ließ. Ihre blauen Augen strahlten: ?Es ist unglaublich ? aber ich konnte sofort eine Veränderung spüren! Körperpartien, die sich gerne durch die Arbeit verhärten, haben sich sichtlich entspannt. Alles fing an zu kribbeln und ich fühlte mich danach rundherum belebt und erfrischt. Kein Wunder, dass auch unsere Senioren gerne mit dem Gerät trainieren.? Die verschiedenen HarmonySwing-Geräte sind aufeinander abgestimmt und sowohl zum Sitzen, Stehen wie auch zum Liegen geeignet. Die biomechanischen Schwingungen der Massagetechnologie liegen zwischen 7,8 und 23 Hertz und beeinflussen sämtliche körperlichen Prozesse: vom Stoffwechsel über den Kreislauf und den Muskelapparat bis zum gesamten Hormonhaushalt und dem Nervenkostüm. ?So helfen sie auch dabei, chronische Schmerzen sowie Stressgefühle zu verringern. Bei der Anwendung im Stehen profitiert neben der Gesundheit übrigens auch die Schönheit ? Stichwort Cellulitis?, ergänzt Wolfgang Baumann zwinkernd. ?Insgesamt bietet das Massagegerät ein angenehmes Wohlfühl und ist damit, neben seinen gesundheitlichen Vorteilen, ein optimales Mittel gegen den Winterblues!? Weitere Infos unter: www.harmonyswing.de *Der Abdruck ist frei. Wir bitten um ein Belegexemplar.

FutureConcepts
Christa Jäger-Schrödl

Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im FutureConcepts .

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://shortpr.com/g1s8dv>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://www.themenportal.de/gesundheit/endlich-wieder-durchschlafen-58884>

Pressekontakt

Mynewsdesk

Herr Mynewsdesk Client Services
Ritterstraße -14 12
10969 Berlin

press-de@mynewsdesk.com

Firmenkontakt

Mynewsdesk

Herr Mynewsdesk Client Services
Ritterstraße -14 12
10969 Berlin

shortpr.com/g1s8dv
press-de@mynewsdesk.com

Kurzportrait:

Cellinformed wurde von Herbert Radlmaier einem Elektromeister, gegründet. Schon früh interessierte er sich für Energetik und Gesundheitsschutz/Vorsorge. Aber erst ein schwerer Unfall führte ihn über verschiedene Workshops zur Entwicklung der Therapie- und Massagegeräte HarmonySwing.

Cellinformed baut seine Produktpalette der HarmonySwing Massagegeräte und entwickelt seine Produktpalette ständig weiter. Die Geräte wurden anfangs speziell für die medizinischen Bereiche Wellness und Rehabilitations-Therapie produziert.

Als zweites Standbein wird jetzt die kompetente Beratung für Privatleute und Unternehmen ausgebaut. Hier herrscht großer Bedarf, da die gesundheitliche Prävention sowohl im Privatbereich als auch in Unternehmen immer wichtiger wird.