Uraltes Wissen für den heutigen Menschen

Uraltes Wissen für den heutigen Menschen

Reduktion des Stresspegels, Entspannung des Körpers, schnelleres Einschlafen: Eine neue Studie aus den USA belegt die Wirksamkeit der Chi-Maschinen bei Erschöpfung, Stress und Burnout-Symptomen.
Neue Untersuchungen und Messungen des amerikanischen Gesundheits- und Medizinwissenschaftlers R. Neil Voss (American Fork, UT.) zeigten nach 10-minütiger Ganzkörpermassage durch die original Chi-Maschine, unter anderem signifikante Veränderungen bei den Hirnströmen der Anwender:
 -Rückgang der Beta-Wellen - das heißt: Reduktion des Stresspegels im Gehirn
 -Erhöhung der Alpha-Wellen - das heißt: Entspannung der Körpersysteme
 -Erhöhung der Theta- und Delta-Wellen - das heißt: schnelleres Einschlafen und längerer Tiefschlaf
Blutdruck runter
Forscher Voss testete insgesamt über 1000 Probanden an einer Chi-Maschine des Typs "Sun Ancon", die vor Jahren bei einem Chi-Maschinentest von 'Fit for Fun' als Sieger abschnitt. Auch eine Bludruck-senkende Wirkung konnte nachgewiesen werden - im Schnitt von 121/82 auf 100/80.
Weniger Stresshormone
Auch auf unser Nervensystem nimmt eine 10minütige Chi-Anwendung pro Tag laut der neuen Forschungsergebnisse positiven Einfluss. Aktiviert wird das parasymphathische Nervensystem, dass für Entspannung und Regeneration verantwortlich ist.
Bei ebenfalls über 1000 Personen die unter Stress standen, wurden die die bei Erschöpfungszuständen des Gehirns typischen Energiemuster, wie sympathische Überlastung, Angst und emotionale Anspannung, gemessen. Nach 10minütiger Anwendung der Chi-Maschine waren diese Muster verschwunden.
Chefforscher Voss: "Die Anwendung der Chi-Maschine bringt unseren Körper dazu, vom Symphatikus (Aktivierung des Organismus) auf den Parasymphatikus (Entspannung und Regeneration) umzuschalten." Damit verbunden sei eine Reduktion des Ausstoßes der Stresshormone Cortisol, Adrenalin und Noradrenalin.
Burnout vorbeugen und behandeln
Es ist für die körperliche und mentale Erholung und Regeneration des Menschen nötig, dass das parasympathische Nervensystem die sympathische Aktivität beruhigt. Durch Reizüberflutung und häufige Stresssituationen im modernen Alltag gelingt es dem Parasympathikus oft nicht, die hochgefahrenen Aktivierungssysteme zu beruhigen, um so Entspannung und Regeneration zu ermöglichen.
Die Untersuchungen des Medizinwissenschaftlers R. Neil Voss haben gezeigt, dass eine uralte Ganzkörpermassage aus der traditionellen chinesischen Medizin, nachgeahmt von der Sun Ancon Chi-Maschine, unseren Organismus beruhigen kann, Entspannung, Schlaf und Regeneration ermöglicht. Auf diese Weise kann einem Burnout vorgebeugt und die Behandlung einer bestehenden Erschöpfung unterstützt werden.
Schon im Oktober 2002 schrieb Dr. med. Werner Nawrocki, Facharzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren, in der Zeitschrift CoMed (2): 'Die original Chi Maschine entspannt, beruhigt das vegetative Nervensystem und ermöglicht so nachhaltigen Stressabbau.'
Quellen:
(1) Chi Machine Research: The scientific basis for the activation properties of the Chi-Machine. www.sunancon-wellness.de/images/stories/chimachinestudy.pdf
(2) Dr. Werner Nawrocki, 'Wellness für Körper, Seele und Geist mit der original Chi-Maschine' in: COMed, Ausgabe 10/2002
Weitere Infos: Stephan Siebert, Tel.:040-551 43 34
Internet: www.sunancon-wellness.de

Pressekontakt

HTE

22459 Hamburg

Firmenkontakt

HTE

22459 Hamburg

Vertrieb von Wellnessprodukten, die eine Synthese von östlichen Naturheilweisen und westlicher Technologie, abbilden.