

MASSAGEN & THERAPIEN



MASSAGETHERAPIE – EIN THERAPIEVERFAHREN DER PHYSIKALISCHEN THERAPIE, IST EINE MASSNAHME, DIE AKTIVE KÖRPERLICHE REAKTIONEN HERVORRUFT UND IN RUHELAGE DES PATIENTEN DURCHGEFÜHRT WIRD. ES WERDEN BESTIMMTE GRIFFTECHNIKEN EINGESETZT, DIE JE NACH GEWEBEBEFUND MECHANISCHE REIZE ZUR ANWENDUNG BRINGEN.

Entwicklung

Die Massage ist eine der ältesten Therapieformen in der Geschichte des Menschen. Massageartige Handgriffe wurden zu Heilzwecken z.B. in China in Verbindung mit der Akupunktur bereits 2600 v. Chr. betrieben, auch im alten Ägypten wurde zu dieser Zeit (um 2300 v. Chr.) die Massage auf eine Relief dargestellt. In der griechischen Antike wurde die Massage von Hippokrates, Galen, Asklepios und Asklepiades angewandt.

Im Mittelalter wurde auch in Bädern massiert, im 16. Jh. verschwand die Massage aus der ärztlichen Behandlung. Ling (1776-1839) aus Schweden entwickelte die klassische bzw. schwedische Massage, die er in Verbindung mit aktiver Bewegungstherapie einsetzte. Voraussetzung für eine Weiterentwicklung der Massage waren im 20. Jh. die wissenschaftlichen Erkenntnisse von Mac Kenzie (1917),

welche die Grundlagen für den viszerokutanen bzw. viszeromuskulären Reflex schufen. Im 19. und 20. Jh. wurden folgende Spezialmassagen entwickelt:

- » Reflexzonenmassage
- » Bindegewebsmassage von Dicke (1884-1952), Teirich-Leube und Kohlrausch, welche die wissenschaftlichen Grundlagen erarbeiteten;
- » Periost- und Kolonbehandlung, entwickelt von Vogler (1899-1969); Krauß (1909-1991) untermauerte sie wissenschaftlich;
- » Segmentmassage von Gläser und Dalicho und Heilmassage von Hamann
- » Manuelle Lymphdrainage von Vodder (1932-1936)

Stellenwert

Als Urform der physikalischen Therapie ist die Massage integraler Bestandteil der Schul-

medizin sowie der klassischen Naturheilverfahren. Sie ist wissenschaftlich begründet, hat klare Indikationen und Kontraindikationen und wird in der Universität im Fach physikalisch-rehabilitative Medizin gelehrt. Von vielen Menschen geschätzt, als betonte menschliche Zuwendung, als echte „Behandlung“, kommt der Massage in einer immer mehr apparategläubigen und unpersönlichen Medizin auch aus diesem Grund eine große Bedeutung zu. Bei bestimmten funktionellen Störungen und Krankheitsbildern ist die Massage unentbehrlich. Diese von den Krankenkassen anerkannte physikalische Therapie umfasst folgende anerkannte Therapieverfahren:

- » Klassische Massage
- » Reflexzonentherapie
- » Unterwasserdruckstrahlmassage
- » Manuelle Lymphdrainage

Wirkungsweise

Durch eine individuelle, befundgerechte Behandlung wird schmerzlindernd therapiert. Die Gelenkbeweglichkeit sowie die gesamte Durchblutung verbessert sich zunehmend. Schmerzhaft verkrampfte sowie verkürzte Muskeln werden optimal gelöst und gedehnt. Schmerzen, die durch funktionsbeeinträchtigte, innere Organe entstehen, werden durch die reflektorischen Wechselwirkungen ver-

bessert. Fachgerechte Heilmassagen unterstützen medizinische Behandlungen auch positiv bei Angstzuständen und Anspannungen.

Wirkungen

- » Steigert die örtliche Durchblutung
- » Entstaut den Venen- und Lymphbereich
- » Reguliert den Muskeltonus; Entmüdung der Muskulatur bei Hypertonus, Hartspann und Hypotonus
- » Löst Narben und Gewebsverklebungen
- » Verbessert Trophik und Turgor von Haut und Bindegewebe
- » Schmerzauflösung
- » Wirkt über Reflexbögen auf innere Organe
- » Eutonisiert und stabilisiert das Vegetativum
- » Psychische Entspannung

Studien

Im Rahmen einer Pilotstudie zur psychologischen Wirkung der Massage wurden bei 38 Patienten nach einer Behandlungsserie von 6 klassischen Massagen folgende Veränderungen festgestellt:

- » Verminderung der Schmerzstärke
- » Reduktion des Schmerzmittelkonsums innerhalb der letzten 14 Tage
- » Leichte Verbesserung der Lebenszufriedenheit
- » Zunahme von Entspannung, Gelassenheit und Optimismus.