

Die medizinische Massage

Therapeuten EMR und ASCA registriert sowie
Krankenkassen anerkannt



Die Bezeichnung **Medizinische Massage** ist ein Sammelbegriff, unter dem verschiedene Behandlungstechniken aus dem Bereich der Massage und der Krankengymnastik zusammengefasst werden. Die Vielfalt der Massagemethoden spiegelt sich auch im Berufsbild wieder: Die Ausbildung zum staatlich anerkannten Medizinischen Masseur mit Fachausweis des Schweizerischen Roten Kreuzes (FA SRK) beinhaltet das Erlernen der **Klassischen Massage, der manuellen Lymphdrainage, der Bindegewebs- und der Fussreflexzonenmassage sowie der Techniken der Elektro- und der Hydro-Therapie.**



Durch eine Massage werden die massierten Muskeln und Sehnen gedehnt und entspannt. Darüber hinaus fördert eine Massage die Durchblutung und die Stoffwechselrate. Sie steigert den Muskeltonus und die Motorik der Lymphgefäße und wirkt sich positiv auf das Kreislauf- und das Immunsystem aus. Dadurch können Verspannungen gelöst und Schmerzen gelindert werden. Die Art, Reihenfolge und Intensität der Handgriffe richtet sich nach der angewandten Methode und den Bedürfnissen des Patienten.

Medizinische Massage

Die Techniken der medizinischen Massage fördern die Durchblutung, entspannen die Muskulatur und wirken schmerzlindernd. Der Stoffwechsel wird angeregt, Schadstoffe und Gewebsflüssigkeiten können ausgeleitet werden, das Gewebe wird besser mit Nährstoffen versorgt und der körpereigene Heilungsprozess wird dadurch unterstützt. Die medizinische Massage eignet sich für all jene, die unter chronischen Schmerzen oder unter Verspannungen leiden. Ausserdem wirkt sie gegen Stauungen im Gewebe (Ödeme) und gegen Verklebungen und Narben.



Manipulativ-Massage nach Dr. Terrier

„Terrier“ ist eine Form der manuellen Therapie für alle peripheren Gelenke sowie für die Wirbelsäule, die der Schweizer Spezialarzt für Rheumatologie und physikalische Medizin und Pionier der Manualmedizin **Dr. med. J. C. Terrier (1918-1992)** entwickelte. „Terrier“ verbindet Quer- und Längsfriktionstechniken sowie fasziale Griffe mit der gleichzeitigen und gelenkschonenden und kontrollierten Mobilisation. Dabei kommen ebenfalls Zentrierungs-, Traktions-, Gleit-, und Lateralisierungstechniken („Gaping“) zur Anwendung. Das Terrier-Konzept ermöglicht die gewebspezifische Massage reflexgestörter Strukturen, gelenkschonende Mobilisation sowie ein optimaler Palpations- und Mobilisationsbefund während der Behandlung.



Triggerpunkt-Therapie

Triggerpunkte sind Verhärtungen in der Muskulatur, die häufig als Quelle von akuten und chronischen Schmerzen übersehen werden. Auch Bewegungseinschränkungen, Muskelschwächen, Beeinträchtigung der Koordination oder Gefühlsstörungen können durch Triggerpunkte verursacht werden. Mit der geeigneten Therapie lassen sich diese Beschwerden oft vollständig beseitigen. Triggerpunkte und das umliegende Bindegewebe werden mittels manueller Techniken behandelt und durch Dehnungsmethoden ergänzt.

Quelle: Fotos: Madies Schmidt
Ph. med. J. C. Terrier
Physikalische &
Rehabilitative Medizin
Hamburg

Manuelle Lymphdrainage und komplexe physikalische Entspannung

Nach Unfällen oder Operationen kann das verletzte Gewebe anschwellen. Der Grund dafür sind Wasser-einlagerungen oder Blutergüsse. Diese überschüssige Flüssigkeit darf nicht zu lange im Körper verbleiben. Mit der Technik der Lymphdrainage wird der Abtransport der Lymphflüssigkeit gefördert. Dabei legt der Therapeut selbst Hand an und bringt anschliessend Kompressionsbinden an.

Klassische Massage

Die bekannte, klassische Massage wirkt bei Muskel-verspannungen, Verhärtungen, Kopf-schmerzen, Reizdarm oder Erschöpfungssyndromen. Durch gekonnte, unterschiedlich starke Handgriffe des Therapeuten werden Haut, Unterhaut und Muskulatur gezielt angesprochen. Die klassische Massage kann als Teil- oder Ganzkörper-massage angewendet werden.

Fussreflexzonen-Massage

Manchmal wirkt ein bisschen Druck Wunder. Dann nämlich, wenn wir gezielt den Finger auf einen bestimmten Reflexpunkt im Fuss halten und damit Selbstheilungskräfte anregen. Jeder Körperteil, jedes Organ und jede Drüse hat seinen Reflex in der entsprechenden Zone des Fusses. Mit gezieltem Massieren können die in diesen Zonen reflektierten inneren Organe beeinflusst werden und so die Gesundheit stärken

Ultraschall-Therapie

Hochfrequenter Schall hilft nicht nur, die Lage von Babys im Mutterleib zu überprüfen, er dient auch therapeutischen Zwecken. Dabei wird mit Schwingungen Gewebe unter der Hautoberfläche angeregt. Damit wird die Heilung beschleunigt und totes Gewebe (nach einer Operation oder einem Unfall) aus dem Körper befördert.



Elektro-Therapie

Vor allem bei chronischen Beschwerden hilft Strom. Die Elektrotherapie lindert Schmerzen, indem über Elektroden niederfrequenter Strom an den Körper verabreicht wird. Die Spannung ist nur leicht zu spüren und in keinem Fall schmerzhaft.

Taping

Tapes sind Klebebänder, die direkt auf der Haut angebracht werden. Dabei gibt es zwei Techniken: Das klassische, starre Tape schützt, stützt und schränkt die Beweglichkeit ein. Das ist durchaus erwünscht, denn gerade nach Verletzungen hilft das starre Tape, das Gelenk zu stabilisieren.

Häufiger setzen wir das sogenannte Kinesio-Tape ein. Gerade weil es elastisch ist und alle Bewegungen mitmacht, wirkt das Kinesio-Tape bei einer langen Liste von Symptomen: Bewegungseinschränkungen, Sport-verletzungen, Schulterinstabilität, Schleudertraumata, Arthrose, Kopfschmerzen, Bandscheibenprobleme, Migräne...



Ihre Vorteile - unsere Leistung

- > Die Krankenkasse Zusatzversicherung übernimmt die Kosten oder Teilkosten der Therapie. Ein ärztliche Verordnung ist ein Vorteil aber kein Zwang. Eine telefonische Nachfrage lohnt sich.
- > Fachgerechte Befundung mit Anamnese, Inspektion und Palpation
- > Gemeinsame Definierung von Behandlungsziel und Behandlungsplan
- > Verlaufszzeichen- und Zustandskontrolle bei jeder Therapie
- > Fachliche Beratung und Vermittlung zwischen Patient und Arzt
- > Beweglichkeit und Schmerzfremheit ohne Medikamente
- > Steigerung der Immunabwehr
- > Senkung von Pulsfrequenz und Blutdruck
- > Reduktion von Stress
- > Stabilisierung des vegetativen Nervensystems
- > Verbesserung des Zellstoffwechsels im Gewebe
- > Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und des Wohlbefindens

HEALTH FOR BEAUTY

Studio: Rietstrasse 5, 8703 Erlenbach
Reservation : Tel. 0848 901 911 oder Tel. 043 477 1919
Email : mail@healthforbeauty.ch

Sie bezahlen nicht gerne fürs Eincremen ?

Die **Massage** [[ma'sa:ʒə](#)] (von [frz.](#) *masser* „massieren“, aus [arab.](#) [مسس](#) „berühren; betasten“ oder aus [griech.](#) *μάσσω* „kauen, kneten“) dient zur mechanischen Beeinflussung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur durch Dehnungs-, Zug- und Druckreiz. Die Wirkung der Massage erstreckt sich von der behandelten Stelle des Körpers über den gesamten Organismus und schließt auch die Psyche mit ein.

Die Zusatzversicherungen der Krankenkassen in der Schweiz übernehmen in den meisten Fällen die Kosten oder Teilkosten der Therapien von unseren EMR (Erfahrungsmmedizinisches Register) -Therapeuten. Ein Telefon zur Nachfrage bei der eigenen Zusatzversicherung lohnt sich auf alle Fälle. Sie brauchen KEINE ärztliche Verordnung für die Therapie.

Bei uns werden Sie richtig therapiert !!!

Die Massage ist eines der ältesten Heilmittel der Menschheit. Franz Kirchberg hat dies in seinem Buch treffend formuliert:

„Wie jeder Mensch instinktiv eine geschwollene und deshalb schmerzende oder gestoßene Stelle seines Körpers reibt oder drückt und so versucht, den durch die Spannung verursachten Schmerz zu mindern, so wird dieses instinktive Mittel wohl auch als Heilmittel zu allen Zeiten angewandt worden sein.“

– FRANZ KIRCHBERG: *Handbuch der Massage und Heilgymnastik* ([1926](#))

