



Rhythmische Massage
nach Dr. med. Ita Wegman

Rhythmus trägt Leben

Leben äussert sich in Rhythmen. Arrhythmische Lebensumstände, andauernde Überforderungen erzeugen Dysbalancen und begünstigen krankhafte Prozesse.

Die Methode **Rhythmische Massage nach Dr. med. Ita Wegman** ist eine eigenständige Therapieform innerhalb der **Anthroposophischen Medizin** und wird weltweit in Spitälern, Reha-Kliniken, Institutionen für Sonder- und Sozialpädagogik sowie Massagepraxen angewendet.

Die Rhythmische Massage berücksichtigt das dynamische Zusammenspiel von Leib, Lebenskräften, Seele und Geist.

Indikationen

Verspannungen, Verhärtungen, Erkrankungen des Bewegungsapparates, Wirbelsäulensyndrome, posttraumatische Veränderungen, organfunktionelle Störungen (Kreislauf, Atmung, Stoffwechsel), Tumorleiden sowie das psychosomatische Spektrum mit Erschöpfungszuständen, Depression, Schlaf- und Ernährungsstörungen.

Die Rhythmische Massage ist in folgenden Fachrichtungen indiziert:

- Frauen- und Kinderheilkunde
- Neurologie, Rheumatologie
- Orthopädie, Chirurgie
- Geriatrie
- Erkrankungen der inneren Organe
- Heil- und Sonderpädagogik
- Palliativ Care
- Psychosomatik und Psychiatrie

Nicht angezeigt ist die Rhythmische Massage bei akut entzündlichen Erkrankungen.

Das Besondere der Rhythmischen Massage

Die verschiedenen Griffe werden am Körper differenziert rhythmisch angewendet und die Organe Herz, Niere, Blase, Leber und Milz mit speziellen Einreibeformen unterstützt. Mit weichen, fließenden, saugenden Griffen löst die Rhythmische Massage das Gewebe von der Tiefe zur Peripherie. Das belebend Rhythmische findet sich in den Massagegriffen wie auch in der Behandlungsabfolge.

Da die einzelnen Teile des Organismus mannigfaltig miteinander in Verbindung stehen, beschränkt sich die Behandlung nicht auf den Ort der Erkrankung. Zur Ableitung und Ausgleichung von Störungen werden oft auch andere Körperregionen mit einbezogen.

Wirkung

Durch die geschulten Hände des Therapeuten/der Therapeutin wird der Flüssigkeitsstrom achtsam unterstützend über das Unterhautzellgewebe rhythmisiert.

Die Wirkung zeigt sich in den rhythmischen Funktionen des Menschen: die Atmung vertieft sich, die Herz-Kreislauf-Tätigkeit sowie der gesunde Wach-Schlaf-Rhythmus werden verbessert, die Verdauung angeregt.

Die Lebenskräfte werden gestärkt, körperliche sowie seelische Spannungen ausgeglichen und harmonisiert, Schmerzen gelindert und die Durchwärmung gefördert. Auf die seelischen Prozesse kann sie erhellend, entspannend, beruhigend wirken.

Die Besonderheit der Rhythmischen Massage liegt in der vielschichtigen Wirkungsweise.

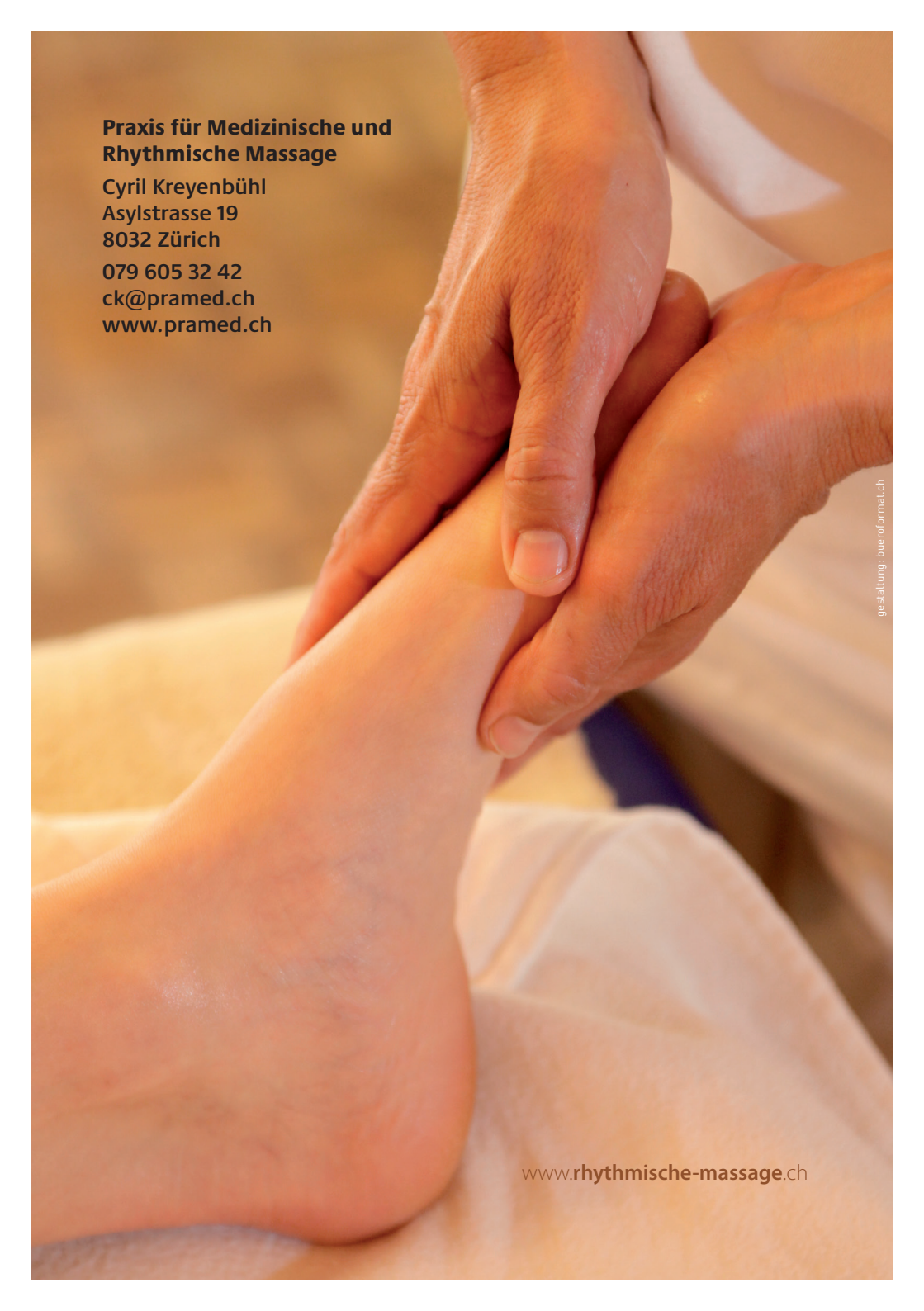
Der Behandlungsablauf sowie die einzelne therapeutische Sitzung orientieren sich zeitlich und in der Gestaltung am Behandlungsziel, welches mit der Klientin/mit dem Klienten geklärt und festgelegt wird.

Die Klientin/der Klient bringt sich mit Rückmeldungen über Reaktionen, Veränderungen und Bedürfnisse aktiv in den Genesungsprozess ein. Durch diese Mitarbeit wird die Eigenwahrnehmung gefördert, Verhaltensmuster werden reflektiert und Anpassungen im Alltag und im Behandlungsprozess ermöglicht. Eine Nachruhe rundet die Behandlung ab und bietet den notwendigen Raum für die Reaktionen des Organismus (u. a. Aktivierung der Selbstheilungskräfte, Stärkung der Ressourcen).

Die Rhythmische Massage wird über die Zusatzversicherung abgerechnet und ist von den meisten Krankenkassen anerkannt. Die Erstattung der Therapiekosten muss mit der Krankenkasse geklärt werden.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.rhythmische-massage.ch

Dort finden Sie auch die 2015 erschienene Studie über Rhythmische Massage, welche ihre Wirkung auf die Wärmeverhältnisse und die Herzfrequenzvariabilität (Anpassungsfähigkeit des Herzrhythmus) aufzeigt.



**Praxis für Medizinische und
Rhythmische Massage**

Cyril Kreyenbühl
Asylstrasse 19
8032 Zürich
079 605 32 42
ck@pramed.ch
www.pramed.ch