

Bindegewebsmassage

Bei der Bindegewebsmassage (BGM) handelt es sich um eine manuelle Reizbehandlung des Unterhautgewebes (hauptsächlich im Bereich des Rückens), bei der es zu reflektorischen Beeinflussung unserer Organe kommt.

Jedes Organ und Organsystem des menschlichen Körpers hat ein ihm zugehörendes, tastbares Segment im Bindegewebe. Die BGM beruht auf der Erkenntnis, dass verminderte Funktionsfähigkeit innere Organe und Organsysteme erhöhte Spannungen in diesem Segment (Spinalnervenregion) erzeugen.

Ist ein Organ oder Organsystem in seiner Funktion eingeschränkt, kann sich die Haut röten, Hauttemperatur-Schwankungen treten auf und das Bindegewebe verklebt. In einem Rückkoppelungsprozess beeinflusst wiederum das veränderte Bindegewebe die Funktion der Organe welche dadurch noch weiter an Funktionstüchtigkeit verlieren. Die BGM wirkt vom Prinzip her gleich wie die Fussreflexzonen-Massage. Sie wirkt über die entsprechenden Hautzonen, welche sich über den ganzen Körper erstrecken und auf Organe und innere Funktions-Kreisläufe einwirkt.

Durch langsames Streichen, Rollen, Quetschen der Haut mit den Fingerkuppen wird Druck und Zugreiz auf das unter der Haut liegende Bindegewebe ausgeübt. Damit wird die Durchblutung und der Stoffwechsel angeregt, Verklebungen aufgelöst und Schlackenstoffe abtransportiert. Haut, Bindegewebe und Muskulatur entspannen sich. Zusätzlich werden auch innere Funktions-Kreisläufe, das Immun- und Hormonsystem positiv beeinflusst. Besonders erwähnenswert ist die starke Wirkung auf das vegetative Nervensystem.

Die BGM ist nicht gerade die angenehmste Massage, aber sie ist wichtig für die Durchblutung des Bindegewebes und das optimale Funktionieren der inneren Organe.

Indikationen

Erkrankungen der Wirbelsäule (Lumbago, Thorakalsyndrom, M. Bechterew...)

Frakturen und Kontrakturen (Ellbogen, Schulter, Hüfte...)

Erkrankungen des Bewegungsapparates und der Haut (Tennisellbogen, Reizgelenke, Weichteilrheuma...)

Neurologische Erkrankungen (MS, Kopfschmerzen, Ischialgien...)

Innere Erkrankungen (Bronchitis, Gastritis, Blasenerkrankungen, Durchblutungsstörungen...)