

Massagepraktiken (NHP)

Massieren gehört zu den ältesten Behandlungsmethoden der Welt und in allen Kulturkreisen haben sich Heilmassagen entwickelt. Neben der klassischen Massage, die vom schwedischen Masseur Pehr Henrik Ling (1776-1839) entwickelt wurde, entstanden im Lauf der Zeit viele verschiedene Techniken und Sonderformen.

Durch die verschiedenen Massagegriffe übt der Masseur auf die Haut und die darunter liegenden Gewebe einen Reiz aus, der von Nervenendigungen aufgenommen und weiter-geleitet wird. Durch Kneten oder Reiben können Verspannungen gelockert und Schmerzen beseitigt werden. Darüber hinaus wirkt eine Massage auch auf das vegetative Nervensystem, wodurch Körperfunktionen wie Atmung, Verdauung und Kreislauf positiv beeinflusst und die Selbstheilungskräfte des Organismus angeregt werden.

Bereits in chinesischen Schriften aus dem Jahr 2600 v.Chr. wurden Massagehandgriffe beschrieben, und auch in der indischen Heilkunst sind frühe Beschreibungen von Massagen in Verbindung mit ätherischen Ölen und Kräutern bekannt. Die griechischen Ärzte Hippokrates (460-377 v.Chr.) und Galenos (129-199 n.Chr.) wendeten Massagen als Heilmethoden an und trugen dadurch zu deren Verbreitung in Europa bei. Während des Mittelalters gerieten die Massagemethoden teilweise in Vergessenheit. Erst im 16. Jahrhundert setzte der französische Chirurg Ambroise Paré (1510-1590) wieder Massagen zur Rehabilitation nach Operationen ein und etablierte die Behandlung auf diese Weise erneut in der Medizin.

Quelle: EMR