



Entspannt leben auch mit körperlichen Behinderungen

Eine Behinderung zählt zu den größten Stressfaktoren überhaupt. Neben dem psychischen Stress, anders zu sein als andere Menschen in der Umwelt, manche Dinge nicht so zu können wie andere, sich weniger liebenswert zu fühlen, etc. ist auch der körperliche Stress ziemlich hoch. Hinzu kommt, dass man, wenn man durch eine Behinderung in seinen Bewegungen eingeschränkt ist, automatisch die gesunden Körperteile verspannt.

Hält die Anspannung länger an, kommt es zu chronischen Verspannungen. Meistens beginnt es mit Verspannungen im Nackenbereich, die sich mit der Zeit über den gesamten Rücken ausdehnen. Die angespannten Muskeln können auf die Nerven entlang der Wirbelsäule drücken. Dadurch kann der Informationsfluss zwischen dem Gehirn und dem Rückenmark gestört werden.

Wie wirkt sich diese chronische Anspannung auf die Dauer aus?

Die circa 70 Billionen Zellen des menschlichen Körpers sind von den Informationen abhängig, die das Gehirn über die Nerven weiterleitet, um richtig funktionieren zu können. Ist dieser Informationsaustausch gestört, geht es dem Betroffenen nicht gut. Das kann bis hin zu chronischen Schmerzen gehen.

Damit es gar nicht erst so weit kommt, sollte man vorbeugen, indem man Verspannungen und Stress abbaut. Dies ist sicher nicht immer einfach, wenn man an seiner Lebenssituation – der Behinderung – nichts ändern kann. Doch ist es nicht gerade dann sinnvoll, viel für die eigene Gesundheit und die Lebensqualität zu tun?

Mit Vitametik® kann der Körper sanft entspannen

Die Vitametik® ist eine sanfte, ganzheitliche Gesundheitspflege. Sie unterstützt nicht nur dabei, körperliche Verspannungen zu lösen, sondern kann sich auch positiv auf psychischen Stress auswirken. Bei der Anwendung wird ein gezielter Impuls an der Halsmuskulatur ausgelöst, auf der Seite wo der Klient am stärksten verspannt ist. Dadurch kann die Entspannung in Gang gesetzt werden. Die Nerven können den Impuls „Ich bin entspannt“ entlang der Wirbelsäule an die anderen verspannten Muskeln weiterleiten.

Die Vitametik® ist sanft, schmerzfrei, ohne Risiko und Nebenwirkungen. Sie kann vom Säugling bis ins hohe Alter eingesetzt werden. Die Anwendung folgt den allzeit gültigen Lebensgesetzen von Gesundheit und Regeneration und kann die Selbstheilungskräfte eines jeden Menschen unterstützen. Deshalb ist sie eine gute Ergänzung zur Behandlung beim Arzt oder Heilpraktiker.

Weitere Informationen finden Sie im Buch „Vitametik® – eine Antwort auf Stress“ von Volker Hoffmann. ISBN 3-927 389-32-3, € 18,00, auch als Hörbuch erhältlich: ISBN 3-927 389-33-1, € 18,00.

Informationen über die Vitametik® und die Adressen der Vitametik®-Praxen erhalten Sie beim:

Das Buch erhalten Sie beim Verlag oder in jeder Buchhandlung:

Berufsverband für Vitametik® e.V. (BVV)
Geschäftsstelle
Fliederweg 16
76275 Ettlingen
Tel. 0180 5 007301
eMail: info@vitametik.de
www.vitametik.de

ART & GRAFIK VERLAG
Fliederweg 16
76275 Ettlingen
Tel. 07243 91270
Fax 07243 949220
eMail: info@art-grafik-verlag.de