

Hilft bei Schwindel und Altersbeschwerden: goFit-Fußreflexzonenmatte

Veröffentlicht am: 26.01.2010, 23:40

Pressemitteilung von: **digit media** // Herbert Grab

Schiers (Schweiz), 26. Januar 2010 - Regelmäßige Fußreflexzonenmassage verbessert enorm die Lebensqualität von Menschen über 60. Dies hat eine Gruppe von Wissenschaftlern am US-amerikanischen Forschungsinstitut Eugene, Oregon, herausgefunden. Die goFit-Gesundheitsmatte (www.gofit-gesundheit.com) liefert ihren Anwendern genau den Effekt, den die US-Experten in ihrer Studie nachgewiesen haben. Denn sie bildet auf kleinstem Raum die Oberfläche eines Kiesbetts nach. Zum gleichen Ergebnis kommt der St. Gallerer Arzt Dr. Damir Marincic. Nach den Erfahrungen des Schweizer Arztes Dr. Damir Marincic hilft der gezielte Einsatz der goFit-Matte älteren Menschen, sich wieder sicher auf ihren Beinen zu bewegen. "Durch geeignete Vorbeugungsmaßnahmen ließen sich viele Stürze vermeiden." Zu den Maßnahmen, die der Hals-Nasen-Ohrenspezialist mit nachweisbaren Erfolgen einsetzt, gehört das regelmäßige Gehen auf der goFit-Gesundheitsmatte. "Wir behandeln damit beispielsweise Patienten, die unter Schwindel und Gleichgewichtsstörungen leiden." Die Gründe für Gehprobleme sind vielfältig, wie der Arzt erklärt. In einem speziell ausgearbeiteten Rebalance-Training arbeitet er mit Patienten und Kursteilnehmern daran, möglichst viele der Risikofaktoren in den Griff zu bekommen. "Die goFit-Matte hat sich dabei aus ausgesprochen hilfreich erwiesen. Unsere Untersuchungsergebnisse zeigen, dass sich der regelmäßige Einsatz von goFit positiv auf die Fähigkeit auswirkt, Körperhaltung und Bewegungsabläufe zu kontrollieren sowie die Muskelkraft in Füßen und Beinen zu stärken." Viele der Betroffenen berichteten nach dem Einsatz der Matte von deutlichen Verbesserungen, so der Mediziner: "Die Patienten und Kursteilnehmer werden im Laufe der Behandlung sicherer, ihr Bewegungsapparat gehorcht ihnen besser. Das wirkt sich natürlich auf ihr Selbstwertgefühl aus und steigert ihre Bereitschaft, ohne Hilfsmittel wie Stöcke oder Rollator wieder aus dem Haus zu gehen." Die guten Erfahrungen mit der GoFit-Matte seien für viele Teilnehmer und Patienten Grund genug, sich nach einem Kurs oder Reha-Programm bei Dr. Marincic die Matte zu kaufen, um sie zuhause zu nutzen. Eine sinnvolle Investition, findet der Arzt: "Es gibt wenige medizinische Mittel, die sich so einfach einsetzen lassen und dabei so effizient wirken." Studie belegt: Bewegung auf der goFit-Matte verbessert Lebensqualität von älteren Menschen Die Menschen werden immer älter. Allerdings: Wir haben uns über Jahrtausende so entwickelt, dass unser Körper nicht automatisch über 60 und mehr Jahre beweglich, fit und geistig gesund bleibt. Diese Lücke zwischen biologischer Entwicklung und dem heute erreichbaren Lebensalter gilt es aktiv zu schließen. Ein wichtiger Schlüssel dazu ist regelmäßige Bewegung, wie Ärzte und Physiotherapeuten immer wieder betonen. Als besonders effizient hat sich dabei gerade für ältere Menschen das Gehen auf Kieselsteinen oder vergleichbaren Untergründen erwiesen, wie eine Gruppe von US-Wissenschaftlern herausgefunden hat. Der regelmäßige Spaziergang auf einem künstlichen Kiesbett wie der goFit-Matte verbessere die Lebensqualität von Menschen über 60 enorm, stellten die Wissenschaftler fest. Nach ihren Erkenntnissen wird der Blutdruck deutlich gesenkt, Gleichgewichtsstörungen verschwinden, das Schlafverhalten wird harmonischer und gesünder. Insgesamt sei das Gehen auf Kieselsteinen geeignet, den Alterungsprozess zu bremsen und die körperliche Leistungsfähigkeit zu steigern. Selbst eine beginnende Osteoporose könne verhindert werden. Fazit des Mediziners John Fisher aus Oregon: "Bei allen Studien-Teilnehmern verbesserte sich die Gesundheit gravierend". Kieswege sollten daher therapeutisch genutzt werden, so der Wissenschaftler. Die Studie in Eugene war von der amerikanischen nationalen Gesellschaft für Altersheilkunde in Auftrag gegeben worden. Sie wurde im Rahmen des amerikanischen Projekts "Global Acting on Aging" erstellt, das sich speziell um die Gesundheit älterer Menschen kümmert und systematisch nach Möglichkeiten sucht, das Leben im Alter positiv und lebenswert zu gestalten. goFit - das Kiesbett zuhause Die Oberfläche der

goFit-Gesundheitsmatte ist einem Kiesstrand nachempfunden, dessen verschieden hohe Kiesel sich nach allen Seiten bewegen können. Das tägliche Gehen auf der Matte, ideal sind zweimal 10 bis 15 Minuten, wirkt auf den gesamten Organismus wie ein Spaziergang auf einem Kiesstrand: Das körpereigene Stütz- und Haltesystem wird aktiviert, fast die gesamte Muskulatur wird gestärkt und der gesamte Bewegungsapparat stabilisiert. Darüber hinaus wird der Kreislauf angeregt und die Durchblutung verbessert sich. "Der tägliche GoFit-Spaziergang wirkt sich übrigens nicht nur positiv auf die Leistungsfähigkeit von Körper und Geist aus, sondern auch auf das gesamte seelische Gleichgewicht," erklärt Dietlinde Haverkamp, Geschäftsführerin des goFit-Herstellers. In ihrem Ursprungsland, der Schweiz, wird die goFit-Matte seit Jahren mit großen Erfolgen in physiotherapeutischen Praxen, Wellness-Zentren und im Privatbereich eingesetzt. Ihre regelmäßige Nutzung dient der Gesundheitsvorsorge, unterstützt Heilungsprozesse und lindert Beschwerden vielfältiger Art. Empfohlener Verkaufspreis für Endverbraucher pro Stück: 129 Euro inklusive Mehrwertsteuer. Mehr Informationen: www.gofit-gesundheit.com Bezugsquellen: - Telefon: 0041-71-917 2908- Internet: www.gofit-gesundheit.com - E-Mail: info@gofit.com

Hintergrund: Fußreflexzonenmassage heilt und wirkt anregend In Japan wissen Mediziner schon seit Jahrhunderten um die heilende Wirkung, die das Gehen auf einem Kiesstrand erzeugt. Basierend auf diesem einfachen Prinzip werden in asiatischen Badehäusern künstliche Kiesbeete angelegt, die ganz selbstverständlich vor und nach dem Bad mit nackten Füßen beschritten werden. Begeistert von dieser unkomplizierten Methode, das komplexe Geflecht der Fußreflexzonen zu stimulieren, haben auch die Amerikaner dieses System für viele ihrer Badehäuser übernommen. Fußreflexzonenmassage basiert auf der Erkenntnis, dass es für jedes Organ des Körpers eine entsprechende Reflexzone auf der Unterseite der Füße gibt. Das regelmäßige Massieren dieser Punkte steigert nicht nur die körpereigene Energie und Abwehrfähigkeit, sondern gilt als eine der wirkungsvollsten Methoden der persönlichen Gesundheitsvorsorge. Die VitaBeach-Gesundheitsmatte ist der Kiesstrand zuhause, im Büro oder unterwegs. Viele Beschwerden körperlicher, aber auch psychischer Art lassen sich durch das Gehen auf der Matte deutlich lindern. Bei einer Fülle von Krankheiten, die mit Medikamenten oder sonstigen therapeutischen Mitteln behandelt werden müssen, ist die Massage der Fußreflexzonen eine sinnvolle Ergänzung der ärztlichen Therapie. Über die goFit-Fitnessmatte (www.gofit-gesundheit.com): Die goFit-Fitnessmatte ist eine handliche, 50 x 50 Zentimeter große, an den Ecken abgerundete Matte aus pflegeleichtem, antistatischem Zweikomponenten-Matt-Polyurethan (Kunststoff). Ihre Oberfläche ist einem Kiesstrand nachempfunden, dessen verschieden hohe Kiesel sich nach allen Seiten bewegen können. Diese Eigenschaften machen die Matte zu einem hoch effizienten medizinischen Gerät für die mechanische Fußreflexzonenmassage. Sie basiert darauf, mit den Füßen über einen Untergrund zu gehen, der die gesamten Reflexzonen der Füße gleichmäßig aktiviert. Die goFit-Matte ist sowohl für den Einsatz in Praxen als auch für die Verwendung zuhause konzipiert. Das regelmäßige Massieren der Reflexzone auf der Unterseite der Füße steigert die körpereigene Energie und aktiviert die natürlichen Abwehrmechanismen. Darüber hinaus gilt die mechanische Fußreflexzonenmassage in der alternativen Medizin als eine der wirkungsvollsten Methoden der persönlichen Gesundheitsvorsorge. Viele Beschwerden körperlicher, aber auch psychischer Art lassen sich durch die Fußreflexzonenmassage mit der Matte deutlich lindern. Und bei einer Fülle von Krankheiten, die mit Medikamenten behandelt werden müssen, ist die Massage der Fußreflexzonen eine sinnvolle Ergänzung der ärztlichen Therapie.

Kundenkontakt: goFit Team Bahnhofstr. 126 bCH 7220 Schiers Tel.: 0041-71-917 2908 Fax: +43 (0) 5577-88 162 Mail: info@gofit-gesundheit.com Internet: www.gofit-gesundheit.com Pressekontakt: digit media Herbert Grab Schulberg 572124 Pliezhausen Tel.: +49 (0) 7127-57 07 10 Mail: herbert.grab@digitmedia-online.de

Pressekontakt

Herr Herbert Grab
Geschäftsführer

digit media
Schulberg 5
72124 Pliezhausen, Deutschland

Telefon: +49.7127.5707-10
E-Mail: herbert.grab@digitmedia-online.de
Website: www.digitmedia-online.de

Firmenportrait

Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Pressportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Pressportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.io/haftungsausschluss>