

# Ganzheitliche Rücken-Wellness mit Jadewell

*Rückenschmerzen gehören zu jenen akuten oder chronischen Schmerzen, unter denen wohl jeder Mensch im Laufe seines Lebens einmal zu leiden hat, und sie gelten nach wie vor als das Volksleiden Nummer eins. Wenn die Funktionen der Wirbelsäule gestört sind, wirkt sich das auf den gesamten Organismus aus. Dass die Ursachen für Leiden der inneren Organe auch an der Wirbelsäule liegen können, wird leider immer noch viel zu wenig beachtet.*

## Die Bedeutung der Wirbelsäule

Man sagt, dass eine gesunde Wirbelsäule zu einem erfüllten, gesunden und langen Leben führt. Die Wirbelsäule ist der Dreh- und Angelpunkt des Körpers, seine zentrale Achse und Stütze. Sie ist verbunden mit allen inneren Organen, Muskeln und Nerven. Tatsächlich wird sogar die Hirnaktivität von der Funktion der Wirbelsäule reguliert.

Wir Menschen haben sieben Halswirbel, zwölf Brustwirbel, fünf Lendenwirbel und drei bis fünf Wirbel bilden das Kreuz- und Steißbein. Von der Wirbelsäule umgeben, stehen das Rückenmark, Nerven, Blutgefäße und Lymphknoten miteinander in Kontakt. Die Funktion der Wirbelsäule hängt dabei stark von dem Zustand der einzelnen Wirbel und der sie verbindenden Bandscheiben ab. Wenn die Mobilität der Wirbel oder die Elastizität der Bandscheiben nachlässt, lassen auch die Reflexe nach.

Werden die Wirbel oder Bandscheiben gar deformiert oder geschädigt, werden die Nervenbahnen an bestimmten Regionen zusammengedrückt und das Ergebnis kann eine Funktionsstörung der Organe sein, die von diesen Nerven kontrolliert werden. Das Hauptanliegen jeder chiropraktischen Behandlung ist daher die Korrektur der Wirbelfehlstellungen, um so indirekt auch für eine Normalisierung der Organ-, Muskel-, Nerven- und Gewebefunktionen zu sorgen.

Wenn man sich die Bedeutung der Wirbelsäule vor Augen hält, wird deut-

Text: Peter Pauls

lich, wie wichtig ihre Gesunderhaltung als ein Element einer gesunden Lebensführung ist. Eine kranke Wirbelsäule kann zu Beschwerden wie Hexenschuss, Tinnitus und Bandscheibenproblemen führen. Eine gesunde Rückenhaltung, richtiges Sitzen und Heben, eine rückenfreundliche Matratze sowie das Warmhalten des Rückens sind einfache Möglichkeiten, die Wirbelsäule zu schonen und gesund zu erhalten.

## Ganzheitliche Rücken-Wellness

Bei Rückenbeschwerden gibt es ausgesprochen viele therapeutische Möglichkeiten – von der chiropraktischen Behandlung über Krankengymnastik, Krafttraining, Massage, Wärmeanwendungen bis hin zur Akupunktur und Akupressur. Im Bereich der alternativen Gesundheit werden zudem zahlreiche spezielle Methoden und Konzepte angeboten wie zum Beispiel die Alexander-Technik, Rolfing, Zilgri, Osteopathie oder Craniosakrale Therapie – um nur einige zu nennen.

Zentrale Elemente vieler dieser Anwendungen sind die Korrektur der Wirbelstellung, die Dehnung der Wirbelsäule, die Massage und das Drücken bestimmter Punkte entlang der von der Traditionellen Chinesischen Medizin beschriebenen Hauptmeridiane des Körpers sowie der Einsatz von Wärme zur Lockerung der verspannten oder verhärteten Muskulatur.

Entsprechend dieser ganzheitlichen Prinzipien wurde auch die Jadewell-Thermo-Massageliege entwickelt und zu einem hervorragenden Werkzeug für die therapeutische Arbeit, aber auch für die einfache Anwendung zu Hause konzipiert. Neueren Untersuchungen zufolge hilft sie nicht nur Schmerzen und Unbehagen stufenweise abzubauen, sondern eignet sich auch zur Aktivierung und

Unterstützung der eigenen Selbstheilungskräfte.

## Die Jadewell-Thermo-Massage

Die Jadewell-Thermo-Massageliege vereint die Effekte von Massage, Akupressur, Licht- und Wärme, kombiniert mit der natürlichen Heilkraft der Jadesteine. Die warmen Jade-Massagerollen gleiten vom Kopf über die Wirbelsäule entlang bis zu den Füßen und massieren dabei den Körper mit sanftem Druck. Dadurch wird die Durchblutung angeregt, die Muskulatur gelockert und Verspannungen werden gelöst. Die angenehme Tiefenwärme sorgt für Entspannung und Wohlbefinden für Körper und Seele.

Aber warum ausgerechnet Jade? Die Jade ist sowohl in China als auch in Mexiko seit Jahrtausenden als Heilstein bekannt und auch die modernen Steineilkenkunde rühmt sie für ihre entgiftende, heilende und stärkende Wirkung auf den gesamten Organismus. Die Schwingung der Jade vermittelt Ruhe und Ausgeglichenheit, schenkt Harmonie und Lebensfreude.

Jade schwingt mit der gleichen Wellenlänge, die von unseren Zellen ausgestrahlt wird. Darum können sich die Schwingungen der Jade sanft auf unseren Körper übertragen und unsere Gesundheit unterstützen. Außerdem ist Jade als ein natürlicher Überträger von Infrarotstrahlen bekannt. Wenn man Jade erhitzt, sendet sie negativ geladene Ionen aus, die für das körpereigene „Anti-Aging-System“ essenziell sind. Aus diesen Gründen werden die Massage-Köpfe der Jadewell-Thermo-Massageliege ausschließlich aus diesem Halbedelstein angefertigt.

In die Jade-Massagerollen der Jadewell sind Lampen eingebaut, die mit Helium gefüllt sind. Dieses Edelgas hat die Fähigkeit, Infrarotstrahlen in einer besonderen Wellenlänge zu emittieren, wenn es erwärmt wird. Daher ermöglicht die Benutzung von mit Helium gefüllten Glühlampen eine effizientere und effektivere Hitzeinduktion als traditionelle Methoden. Wissenschaftlich belegt ist, dass die Wärme, die von Helium erzeugt wird, viermal besser als bei traditionellen Methoden geleitet wird.

*Das Herzstück der Jadewell Thermo-Massageliege: die Massageköpfe des Bettes sind aus Jade angefertigt, die von asiatischen Mediziniern mit Langlebigkeit und innerer Harmonie in Verbindung gebracht wird. Das hat eine beinahe mystische Wirkung: Verjüngung des Körpers und der Seele und Hilfe bei der Suche nach der Harmonie Ihres Körpers.*

Die Infrarotwärme dringt während der Jade-Massage tief in das Gewebe und die Muskelschichten ein und ermöglicht so eine bessere Durchblutung. Dabei wird der Zellstoffwechsel erhöht und Giftstoffe können besser abgebaut werden. So wird im ganzen Körper eine bessere Versorgung mit nährstoffreichem Blut erreicht, was sich wiederum positiv auf die Funktion und den allgemeinen Zustand aller Organe und Systeme auswirkt.

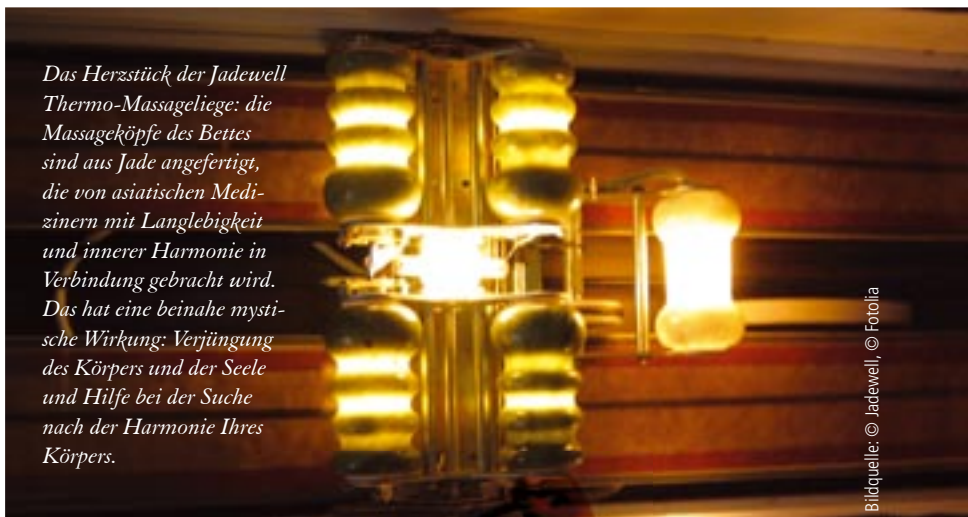
## Wirbelsäulendehnung und Akupressur

Während der Jadewell-Thermo-Massage wird die Wirbelsäule Wirbel für Wirbel sanft gedehnt. Gereizte Nerven können aufatmen und durch die zusätzliche Wirkung der Tiefenwärme kann sich auch das Nervensystem optimal erholen. Die Bandscheiben werden gelockert und können sich besser regenerieren. Die Muskulatur wird gekräftigt und die Flexibilität der Wirbelsäule wird mit jeder Anwendung verbessert.

Entlang der Wirbelsäule verlaufen nach den Erkenntnissen der Traditionellen Chinesischen Medizin die Hauptmeridiane des menschlichen Körpers mit den wichtigsten Meridian- oder Akupunkturpunkten, die in der TCM bekannt sind.

Wenn die warmen Jade-Massagerollen beidseitig der Wirbelsäule entlanggleiten, üben sie auf diesen Punkten eine sanfte Akupressur aus und stimulieren diese. Dabei wird der Energiefluss (Chi-Fluss) verstärkt, Blockaden werden beseitigt und das Energiesystem ausgeglichen. Untersuchungen von Akupunktur-Experten zufolge hilft die Jadewell Massageliege so sehr effizient, die Energiebahnen des Körpers zu harmonisieren. Im Besonderen wird die Balance zwischen rechtsseitigem und linksseitigem Meridian-System wiederhergestellt, das in zentraler Verbindung zu den inneren Organen steht. Diese Vorstellung entspricht in etwa den Erkenntnissen von der Bedeutung der Wirbelsäule als „zentraler Nervenleitung“ und der Bedeutung einer gesunden Wirbelsäule für den gesamten Organismus, die wir schon oben geschildert haben.

Von entscheidender Bedeutung ist dabei auch die Massage und Akupressur der oberen Wirbelsäule und der



Bildquelle: © Jadewell, © Fotolia





Nackenregion, die vielen Menschen heute besondere Probleme bereitet. In der Massageliege ist eine Jaderolle speziell für die Nackenmassage ausgerichtet, um dort den richtigen Massageeffekt zu erzielen.

Darüber hinaus besitzt die JadeWell-Thermo-Massageliege noch einen externen Projektor mit elf Jadekugeln, der zur Behandlung mit Wärme und Infrarotstrahlen auf jede beliebige Körperstelle gelegt werden kann.

### **Der JadeWell-Effekt**

Natürlich ersetzt die JadeWell-Massageliege weder eine medizinische Behandlung noch eine Diagnose bei ernsten Rückenleiden. Aber bei regelmäßiger Anwendung kann sie durchaus eine große Unterstützung sein und wird von zahlreichen Ärzten, Physiotherapeuten und Chiropraktikern zur unterstützenden Behandlung empfohlen. Denn die

regelmäßige Anwendung hilft nicht nur, die Beweglichkeit der Wirbelsäule zu verbessern, sondern auch Schmerzen und Unbehagen stufenweise und nachhaltig abzubauen.

Darüber hinaus ist sie ein ganz wunderbares Wellness-Gerät mit Verwöhn-Effekt, eine Neuheit, in der geschickt altes Wissen aus der Traditionellen Chinesischen Medizin mit moderner Technik und Erkenntnissen aus der heutigen Medizin kombiniert wurden, um optimale Wirksamkeit zu gewährleisten.

Und das Wirkspektrum ist außerordentlich vielfältig: JadeWell lockert die Muskulatur, löst sanft Verspannungen und Verhärtungen, entlastet die Bandscheiben, mobilisiert die Wirbelsäule, verbessert die Durchblutung, fördert dadurch den Stoffwechsel und die Entgiftung, beschleunigt Heilungsprozesse und Regeneration, baut Stress und Müdigkeit ab, gibt neue Energie und Vitalität – und sie macht wirklich Spaß! Wer die Massageliege einmal am eigenen Leib erfahren hat, möchte diese Erfahrung nicht mehr missen.