

Klangmassage bei Bluthochdruck



*Masterarbeit von Dr. med. Jens Gramann (Herzpraxis Berlin), 2013
Studiengang „Komplementärmedizin - Kulturwissenschaften“ an der Europa Universität Viadrina in Frankfurt/Oder*

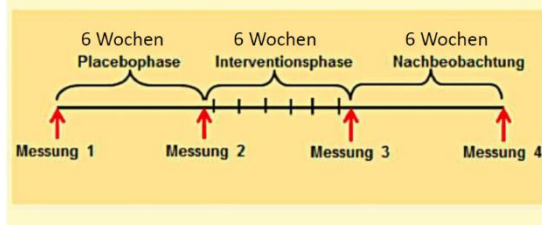
Zum Untersuchungsdesign:

- Mit 10 Hypertonie-Patienten, eingeteilt in 2 Gruppen á 5 Probanden
- Sie erhielten neben der leitliniengerechten Schulmedizinischen Behandlung die Gruppen
 - 6 Sitzungen Peter Hess®-Basis-Klangmassage oder
 - 6 Sitzungen Progressive Muskelrelaxation
 - und jeweils Anleitungen für tägliche Eigenübungen
- Blutdruck senkende Medikamente wurden während der Studiendauer nicht verändert

© Internationaler Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V.

Klangmassage bei Bluthochdruck

Wirksamkeit der Klangmassage im Vergleich zur Progressiven Muskelrelaxation in der adjuvanten Therapie der essentiellen Hypertonie



Zum Untersuchungsdesign:

- Messung des Blutdrucks mittels ambulanten 24-Stunden-Langzeitblutdruckmessung
- Messung des Stress- und Entspannungsverhaltens mittels 24-Stunden-Herzratenvariabilitätsmessung
- Erhebung der individuellen Stressverarbeitung mittels Stressverarbeitungsfragebogen nach Janke und Erdmann (SVF 120)

© Internationaler Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V.

Klangmassage bei Bluthochdruck



Ergebnisse:

- Die Studie liefert erste wissenschaftliche Hinweise auf eine hervorragende blutdrucksenkende Wirkung der Klangmassage.
- Es zeigt sich ein mehr als doppelt so starker Effekt der Klangmassage als in der Vergleichsgruppe mit Progressiver Muskelrelaxation.
- Es gab Hinweise auf einen Langzeiteffekt der Klangmassage: Im Vergleich von MZP 3 zu MZP 4 kam es zu einem weiteren Blutdruck senkenden Effekt.

Eine statisch signifikante Überprüfung der Ergebnisse bleibt weiteren Forschungen vorbehalten.

© Internationaler Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V.