

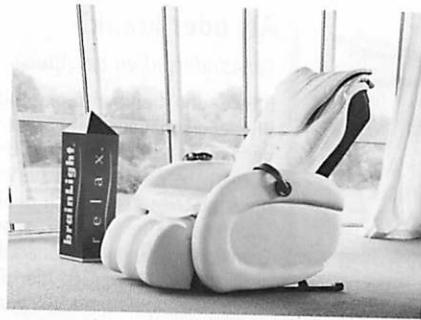
CO.med

Fachmagazin für Komplementärmedizin

20. Jahrgang

April 2014





dem brainLight-System abschalten und entspannen kann. Sowohl im Hinblick auf die Gesundheit als auch auf die Leistungsfähigkeit lassen sich leichte bis mittelstarke Verbesserungen feststellen, besonders in den Bereichen Rückengesundheit, innere Ausgeglichenheit und Konzentrationsfähigkeit.

Zusammenfassend kann man sagen, dass die regelmäßige Anwendung eines brainLight-Entspannungssystems im Arbeitsalltag über einen Zeitraum von 12 Wochen einen gemäßigt positiven Effekt auf das psychische und physische Wohlbefinden sowie das Sozialverhalten hat.

Diese Aussage könnte zukünftig unter verschärften Bedingungen weiter erforscht werden: Studenten der Universität Stuttgart haben sich das ehrgeizige Ziel gesetzt, im Rahmen der Ausschreibung „Inspiration Mars“ der Mars-Society ein Konzept für einen bemannten Vorbeiflug am Mars im Jahr 2018 zu erarbeiten. Die Isolation bei gleichzeitiger Einschränkung von Platz und Privatsphäre bedeutet für die Besatzung großen Stress. Eine aussichtsreiche Lösungsmöglichkeit kann die audio-visuelle Stimulation sein. Hier ist die Verwendung eines brainLight-Systems vorgesehen. Sollte das Team Mars18 unter die besten zehn Finalisten kommen, wird ihr Konzept bei der NASA in Kalifornien vorgestellt.

Weitere Informationen:

brainLight GmbH
Hauptstr. 52
D-63773 Goldbach
www.brainlight.de
<http://studien.brainlight.de>

Studie

Brainlight-Systeme: Return on Invest von Entspannung im BGM ist gewährleistet

Lange Zeit galt es als umstritten, ob der Return on Invest (ROI) von Entspannungsmaßnahmen im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) existent ist. Jetzt hat die brainLight GmbH, der bundesweit führende Anbieter im Teilbereich Entspannung des BGM, eine Studie zu diesem Thema beauftragt, um zu überprüfen, ob sich ein audiovisuelles Entspannungssystem, welches kombiniert mit einem Shiatsu-Massage-Sessel für tiefe Regeneration sorgt, positiv auf die Gesundheits- und Arbeitssituation der Mitarbeiter auswirkt.

Die fast 4.000 Messungen, die während der aktuellen dreimonatigen Studie durchgeführt wurden, bestätigen vorangegangene brainLight-Studien. Nämlich, dass man mit