

Naturheilpraxis

mit Naturmedizin

Fachzeitschrift für Naturheilkunde,
Erfahrungsheilkunde
und biologische Heilverfahren

Klinische Studie bestätigt Nutzen von brainLight-Systemen

In Kanada wurde im vergangenen Jahr eine Studie mit 25 Probanden durchgeführt. Studiengegenstand war der brainLight-relaxTower 3D FLOAT, ein Wellnesssystem, bestehend aus zwei Komponenten. Zum einen der Licht-Ton-Entspannung, wahrgenommen über Visualisierungsbrille und Kopfhörer, und zum anderen der Shiatsu-Massage auf dem entsprechenden Sessel 3D FLOAT.

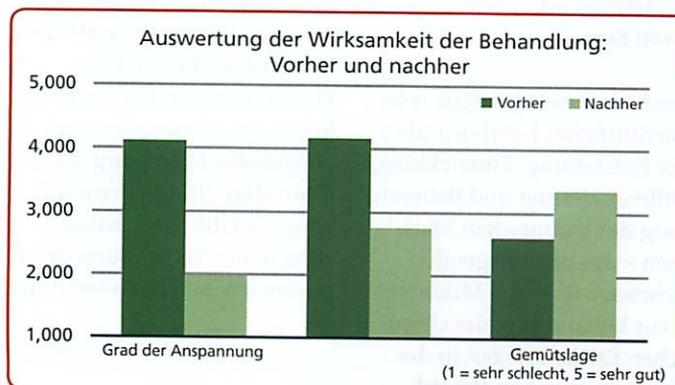
Die Prämisse der Studie war, dass Entspannung sich als hilfreich bei chronischen Schmerzen, Angststörungen sowie bei Schlaflosigkeit und Bluthochdruck erweist. Dies wurde bereits hinlänglich erforscht. Ziel war es, herauszufinden, ob sich das klinische Therapieangebot durch das brainLight-System sinnvoll ergänzen lässt. Die Fragestellung an die Probanden lautete deshalb, ob sich durch die Anwendung eine Milderung von wahrgenommenem Stress und eine Verbes-

serung von Entspannung und Gemütslage ergaben.

Die Testpersonen waren zwischen 20 und 65 Jahre alt und zu 75 Prozent weiblich. Eine Sitzung dauerte zwischen 30 und 40 Minuten, bei ein bis zwei Anwendungen pro Woche. Insgesamt war eine Bandbreite von sechs bis 20 Sitzungen vorgesehen. Befragt wurden die Probanden im Anschluss an das Gesamtprogramm zu ihren ursprünglichen Symptomen oder Anliegen, die Grund der Behandlung waren, und zum allgemei-

nen Eindruck des Treatments. Dazu wurde u. a. der Grad der Anspannung auf einer 5er-Likertskala abgefragt (1 = sehr entspannt, 5 = sehr angespannt). Außerdem sollte die Höhe des Stresspegels angegeben werden (1 = sehr niedrig, 5 = sehr hoch) und die Gemütslage (1 = sehr schlecht, 5 = sehr gut).

Der Grad der Anspannung betrug vorher im Durchschnitt 4,10, nachher 2,00, der Stresspegel vorher 4,15, nachher 2,75 und die Gemütslage vorher 2,60, nachher 3,35. (Siehe Balkendiagramm).



Die mittleren beiden Balken verdeutlichen den Stresspegel vor und nach der Anwendung.

Im Rahmen eines qualitativen Feedbacks gaben über 50 Prozent der Testpersonen an, dass das brainLight-System hilfreich ist in Bezug auf Entspannung, Stressbewältigung und einen besseren Umgang mit Ängsten. Ferner ist bemerkenswert, dass keiner der Probanden negative Auswirkungen oder Nebenwirkungen nannte. Mit der Erhebung sollte kein direkter Vergleich mit anderen Therapieformen wie Pharmakotherapie oder Psychotherapie gezogen werden.

Der in dieser Studie untersuchte brainLight relaxTower 3D FLOAT wurde 2012 von der Jury des Plus X Award als „Tiefenentspannungssystem des Jahres“ ausgezeichnet. Das Nachfolgemodell, der relaxTower 3D FLOAT PLUS erhielt die gleiche Auszeichnung 2013.

Quelle: brainLight