

Abschalten mit Licht und Ton

Audio-visuelle Stimulation führt zu schneller Entspannung – Borgholzhausenerin setzt Wellness-Trend

Von Kendra Taktak
(Text und Foto)

Borgholzhausen
(WB). Unter dem englischen Fachbegriff »Müdigkeits-« wörtlich Geistesmaschine – hält ein neuartiges Gerät zur Entspannung Einzug in die Wellness-Szene. In Borgholzhausen können stressgeplagte Menschen bereits in den Genuss solcher Anwendung kommen: in der Vitalbiss-Wellnessoase.

Konzentrationssteigerung, Stressresistenz, Vitalität und mehr Kreativität verspricht die Beschreibung dieser audio-visuellen Stimulationsgeräte. Und Vitalbiss-Inhaberin Sandra Leitz-Brüggehenke betont, dass diese positiven Effekte sich schnell einstellen. »Das habe ich durch eigene Anwendung selbst erfahren, zudem kann ich es immer wieder von meinen Kunden, sagt sie. Die entspannende Wirkung der »Brainlights« – so der Name ihrer Geräte – sei so intensiv, dass man sich nach der Behandlung wie ein neuer Mensch fühle und vor Lebensfreude nur so sprühe – ein Wundermittel auch gegen die neue Volkskrankheit Burnout.

»Die Anwendung lässt sich, je nach Wunsch und Bedarf, verschiedenste Varianten von Massage- und Licht- und Tontherapie kombinieren. Möglich ist auch die Kombination mit einer Sauerstoffbehandlung. Foster Bestandteil sind jedoch Kopfhörer und Spezialbrille, an deren Gläsern innen LED-Leuchten angebracht sind.

Die Behandlung funktioniert so, dass rhythmische Töne und Lichtimpulse Einfluss auf die Gehirnwellen nehmen. Kombiniert mit Stimu-

tionen über Ohr und Auge bewirken, dass das Gehirn von dem normalen Wach- in einen Entspannungszustand überleitet. Auch Schlaf- und Traumphasen sollen sich so steuern lassen, wie Studien belegen.

»Ein Vorteil dieser Behandlung ist, dass die Entspannung sehr schnell eintritt. Schon eine Anwendung von zehn Minuten hat einen erheblichen Effekt«, erklärt Sandra Leitz-Brüggehenke. Auch Menschen, die viel beschäftigt sind und wenig Zeit haben, können binnen kurzer Zeit Kraft aufbauen. Wer mehr Zeit zur Verfügung hat, kann Programme von bis zu 40 Minuten wählen.

»Entspannung ist ungemein wichtig. Das scheinen viele Menschen heutzutage aber zu verdrängen«, berichtet die Wellness-Fachfrau von ihren Beobachtungen. Viele sind nur darauf aus, möglichst viel jeden Tag zu leisten, und nehmen keine Rücksicht auf ihre persönliche Verfassung.

»Ein Vorteil dieser Behandlung ist, dass die Entspannung sehr schnell eintritt.«

Sandra Leitz-Brüggehenke, Wellness-Expertin

Im Fehler, den die geborene Krankenschwester aus eigener Erfahrung kennt, sich habe in einer leichten Position in einer

psychiatrischen Klinik gearbeitet und nach dabei überfordert – Burnout, erzählt sie. Das war für sie der ausschlaggebende Impuls, sich zur Lehrerin für Gesundheitsberufe weiterzubilden und schließlich mit der Wellness-Oase in Borgholzhausen auf eigenen Beinen zu stehen. sich habe damals so etwas gesucht, wie ich es heute

aufgebaut habe.« Ihr persönliches Ziel ist es, nicht nur für Menschen mit Erkrankungen, sondern auch für die Gesunden da zu sein. »Krankheit ist schmerzhaft und nicht zu heilen, bevor es so weit gekommen ist.« Ihr Betrieb hält weitere Geräte zu Trainings- und Entspannungszwecken bereit, außerdem arbeitet sie mit der Diplom-Kosmetikerin Petra Ströf zu zusammen. Sich selbst fühlen und sich wohl fühlen, liegt nah bei Sandra.

Doch bleibt ihr Fokus ein medizinischer: sich habe immer den ganzen Menschen im Blick, betont Sandra Leitz-Brüggehenke. Liegt eine Schwangerschaft vor? Hat der Kunde einen Herz-



Die Behandlung mit einer »Müdigkeitsmaschine« umfasst bei Bedarf mehr als die Stimulation durch Licht- und Ton-Impulse. Sandra Leitz-Brüggehenke zeigt eine

Jade-Thermal-Liege, bei der warme Jadekugeln den Rücken massieren. Die Infrarot-Tiefenwärme dringt bis zu zehn Zentimeter weit in den Körper.

»Krankheit ist schmerzhaft und nicht zu heilen, bevor es so weit gekommen ist.« Ihr Betrieb hält weitere Geräte zu Trainings- und Entspannungszwecken bereit, außerdem arbeitet sie mit der Diplom-Kosmetikerin Petra Ströf zu zusammen. Sich selbst fühlen und sich wohl fühlen, liegt nah bei Sandra.

Doch bleibt ihr Fokus ein medizinischer: sich habe immer den ganzen Menschen im Blick, betont Sandra Leitz-Brüggehenke. Liegt eine Schwangerschaft vor? Hat der Kunde einen Herz-



So sieht die Brillenbrille von innen aus. Man trägt sie mit geschlossenen Augen und nimmt die Lichtreflexe durch die Linse wahr.

schriftlicher oder künstliche Hilfsmittel? Klären die Beschwerden auf einen Bandscheibenverfall hinweisen? Nicht nur werden derartige Besonderheiten in die Ausrichtung der Therapie

einbezogen, sie veranlassen die angehende Heilpraktikerin – sie absolviert derzeit eine Ausbildung dazu – unter Umständen auch dazu, zu einem Arztbesuch zu rufen.



Auch Kinder profitieren von der audio-visuellen Stimulation. Dieser kuschelige Delfin dient dabei als bequeme Ruhestätte.