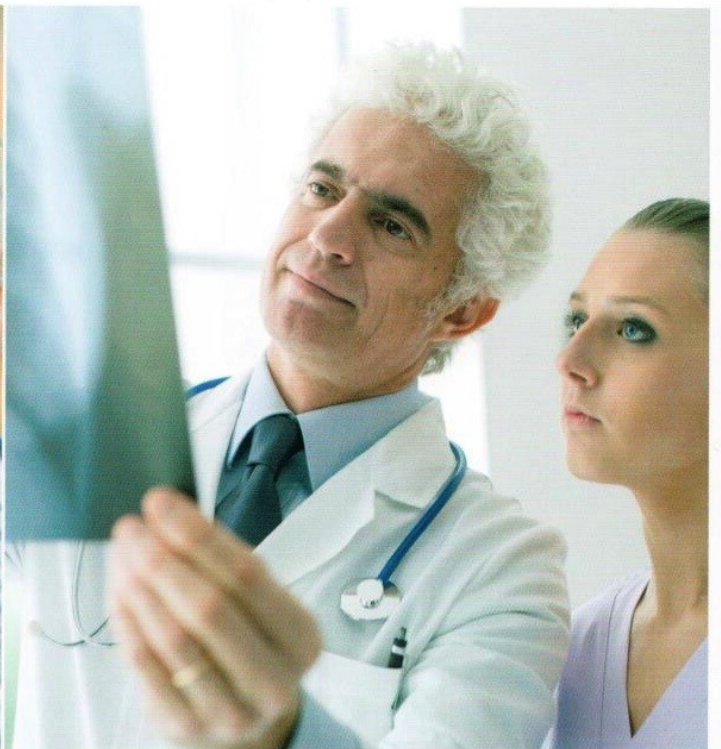


2
16

P.E.G *aktiv*

Der Informationsservice für unsere Mitglieder



Unsere Themen

- Dr. Christof Veit und Dr. Frank Heimig in der PEG-DIE AKADEMIE
- Strategisches Einkäufer Meeting
- Eugen Münch-Preis Ausschreibung 2016
- Resilienz – ein wichtiges Thema

Regenerieren in der Mind-Body-Balance

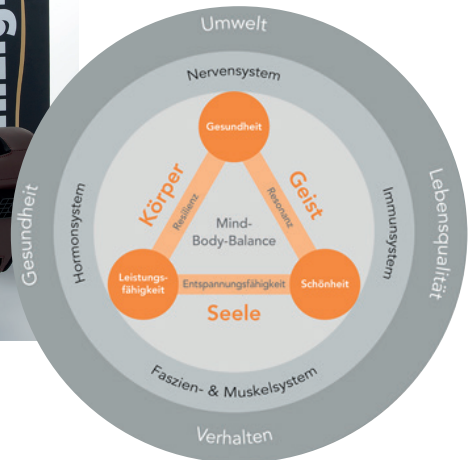
Durch Tiefenentspannung kann der Körper Krankheiten erfolgreich vorbeugen.

Die Stärkung der eigenen Lebensenergie hilft nicht nur kranken, sondern auch gesunden Menschen. Bei dem Mind-Body-Balance-Ansatz der brainLight GmbH geht es, in Anlehnung an die Mind-Body-Medizin (MBM), im Kern um Achtsamkeit, Entspannung und Veränderung des Life-Styles. Mit Mind-Body-Balance und Tiefenentspannung sind eine höhere Stressresilienz, mehr Lebensenergie und eine bessere Regeneration möglich.



brainLight-relaxTower mit 3D Shiatsu-Massagesessel
FLOAT PLUS.

Mind-Body-Balance:
Harmonisierung des Nervensystems sowie des Muskel- und Faszien-systems durch audiovisuelle Entspannung führt zur nachhaltigen Reduktion von Angst, Stress und Schmerzen und beeinflusst den Heilungsprozess positiv



Die Mind-Body-Medizin berücksichtigt körperliche, psychische, soziale und spirituelle Aspekte des Menschseins. Sie wurde an der Harvard Medical School ab den 1970er Jahren eingeführt und hat sich inzwischen landesweit etabliert. Im Fokus der MBM stehen vor allem die Interaktionen und Interdependenzen zwischen Gehirn, Geist, Körper und Verhalten. Prinzipien der MBM sind u. a. das Achtsamkeitsprinzip, das Flow-Prinzip, die Selbstheilung, Selbstwirksamkeit und Selbsthilfe sowie die Resilienz, Kohärenz und Homöostase.

Im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung hat sich dieser integrative bzw. ganzheitliche Ansatz bereits erfolgreich durchgesetzt. Denn nur mit Kompetenzen aus einem interdisziplinären Netzwerk, die zu einem neuartigen medizinischem Ansatz für betriebliche Gesundheit führen, wird sich die Gesundheit der Beschäftigten nachhaltig fördern lassen. Die brainLight GmbH als Vorreiter unterstützt

brainLight®

LIFE IN BALANCE

das MBM-Konzept und hat sich diesem integrativen Ansatz gemäß dem Motto „Mind-Body-Balance durch Mind-Body-Relaxation“ verschrieben. Denn durch regelmäßige, bewusste Tiefenentspannung kann der Körper Krankheiten erfolgreicher vorbeugen.

Die brainLight GmbH unterstützt mit ihren Systemen eine entspannte, menschenwürdige und nachhaltige Medizin, die die Selbstheilung fördert und die individuellen Bedürfnisse der Patienten, der Angehörigen und des medizinischen Personals berücksichtigt. In ihrer Kombination von Entspannungstechnologien für Körper und Geist sind die brainLight-Produkte einzigartig und sorgen für tiefe körperliche und geistige Regeneration, für eine Harmonisierung des vegetativen Nervensystems und nachhaltige Tiefenentspannung.

Der Themenbereich Nachhaltigkeit und Gesundheit birgt viele Facetten, die beim ganzheitlichen Verständnis von Medizin ansetzen und über Umwelt- und Verbraucherschutz bis hin zu Menschenrechten reichen: Im Sinne der Nachhaltigkeit fördert eine solche Medizin ein verstärktes Bewusstsein für den Zusammenhang von Mensch und Umwelt.



Nachhaltige Medizin: Einzelne Maßnahmen sind nur dann wirksam, wenn sie in ein Gesamtkonzept integriert sind. Es ist wichtig, Menschen langfristig, also nachhaltig, zu motivieren, mehr Verantwortung für die eigene körperliche und seelische Gesundheit zu übernehmen.

Dabei sind Gesundheit und Krankheit keine festen Pole, sondern entstehen immer wieder neu im individuellen Zusammenspiel zwischen krank machenden Faktoren und heilenden Kräften. Insofern ist ein Gebot zur Nachhaltigkeit in der Medizin auch nur dann sinnvoll, wenn es nicht um die Bewahrung eines Status quo geht, sondern wenn Gesundheit als dynamischer Prozess verstanden wird, der – auch bei existenzieller Krankheit – Räume für Heilung und innere Entwicklung ermöglicht. Ziel ist, die Lebens- und Prozessqualität für die Patienten spürbar zu steigern.

Das Projekt „Angstfreier Operationsaal“ (AFRO) am Klinikum Westfalen in Lünen unter der Leitung von Chefarzt Dr. Holger Sauer ist ein herausragendes Beispiel für ganzheitliche bzw. nachhaltige Medizin. Medizinische Prozeduren sind für Patienten häufig mit Angst und Stress verbunden. Angst zu haben, z. B. vor einer Operation, ist eine normale menschliche Reaktion. Das Ziel einer nachhaltigen Medizin sollte es sein, den Patienten ihre Ängste und den Stress so weit wie möglich zu nehmen, denn diese können schädliche Langzeitfolgen für Körper und Geist haben. Es besteht damit die medizinische Notwendigkeit, den Patienten mit Angst und Stress und Schmerzen nicht allein zu lassen.

Medikamentöse Gegenmaßnahmen helfen laut Dr. Sauer nur begrenzt und tragen nicht zur Verbesserung der Situation bei. Das Klinikum Westfalen nutzt hier gezielt die weltweit einzigartigen brainLight-Systeme, um Stress und Ängste zu reduzieren und die Heilungs- und Regenerationsprozesse positiv zu unterstützen. Nach sechs Jahren Laufzeit des Projekts „Angstfreier Operationsaal“ sind die Ergebnisse beeindruckend.

Die brainLight-Entspannungssysteme entspannen im Rahmen eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) einerseits direkt das Klinikpersonal und tragen damit zur Reduktion von jobbedingten Belastungen und zu einem besseren sozialen Klima bei. Von besser gelaunten und zufriedeneren Klinikmitarbeitern profitieren natürlich auch die Patienten, die andererseits ebenfalls die brainLight-Systeme nutzen können. So können Angst, Stress und Schmerzen bei den Patienten reduziert und damit der Heilungsprozess positiv beeinflusst werden. Dies wirkt sich wiederum stressreduzierend auf das Klinikpersonal aus. Der Einsatz der ganzheitlichen brainLight-Systeme hat sich als intelligenter und wesentlicher Baustein im Setting Medizin & Heilkunde erwiesen, um bei Mitarbeitern und Patienten für eine exzellente und nachhaltige Prozess- und Lebensqualität zu sorgen.

JUST SAGASSER M.A.

**Leiter Unternehmenskommunikation
brainLight GmbH**

Hauptstr. 52 | 63773 Goldbach

Tel. 06021/ 5907-13

jost.sagasser@brainlight.de | www.brainlight.de