

Dauerbrause

Eine Therapie, die zugleich entspannend, hoch wirksam und ohne Nebenwirkung ist gibt es nicht?

Doch! Die Dauerbrause.

Als eine der modernsten Hydrotherapien (Wasseranwendungen) nutzt sie die heilenden Kräfte des Lebenselixiers Wasser. Um 1918 in Amerika entdeckt, wurde sie von Dr. Lust, einem Schüler Kneipps, propagiert. Bald darauf fand diese Art der Therapie, aufgrund ihrer ausgezeichneten Wirkung, auch bei Vertretern der Naturheilkunde in Deutschland Zuspruch.

Die moderne Hydrotherapie ist gerade auch für ältere Menschen gut verträglich, angenehm und intensiv wirksam. Die Dauerbrause findet Anwendung bei einer Vielzahl von Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen.

Anwendung

Die Bäder unter der Dauerbrause erfolgen entkleidet und bequem im Liegen auf einer Badewanne. Aus einer Höhe von etwa zwei Metern trifft Wasser in feinstem Strahlform auf den Körper und massiert eine kreisförmige Fläche von 30 cm Durchmesser. Nach kurzer Anleitung kann der verstellbare Brausknopf von Ihnen selbst beliebig verschoben werden. So wandern die angenehm warmen Strahlen von ca. 37-38°C nacheinander über alle Körperteile. Optimal ist eine Bebrausung von mindestens 10 Minuten pro Körperstelle. So wird der ganze Körper, beginnend mit den Füßen, behandelt. Um eine optimale Wirkung zu erreichen, sollte die Hydrotherapie über einen Zeitraum von 2-4 Wochen täglich wiederholt werden und mindestens eine Stunde andauern.

Wirkung

Eine Dauerbrausekur bringt vielfältige positive Wirkungen mit sich. Der warme Wasserstrahl sorgt unter anderem für eine zarte Wassermassage.

Muskelverhärtungen bessern sich in kurzer Zeit, des weiteren tritt tiefe Entspannung und eine optimale Durchblutung ein. Die Gefäße weiten sich, Sauerstoff gelangt in die Zellen und Gewebsschlacken sowie Giftstoffe werden abgeführt.

Die Dauerbrause bietet, im Gegensatz zur Sauna, ein besonders schonendes Kreislauftraining. Durch die abwechselnde Bebrausung einzelner Körperpartien entstehen sanfte Kältereize – hervorgerufen durch die Verdunstung der in der Nachbarschaft versprühten Wassertröpfchen.

Über die Reflexzonen der Haut regen die Wasserstrahlen die Durchblutung und Funktion der inneren Organe an.

Eine große Bedeutung kommt der Brause auch im Hinblick auf die Entgiftung zu. Ausscheidungsorgane, wie z.B. Leber und Niere, werden angeregt, Schlackenrückstände abzutransportieren.

Durch eine Veränderung des Ionisationszustandes der Luft, verursacht die Dauerbrause eine wohltuende Wirkung auf das Nervensystem, was sich u.a. günstig auf Migräneleiden auswirkt.

Aufgrund der guten Verträglichkeit ist diese Art der Wasseranwendung auch für kreislaufschwache Menschen, z.B. mit einer Herzinsuffizienz, geeignet, da das Wasser, im Gegensatz zum Wannenbad, sofort wieder abfließt und daher keinen Druck auf die Gefäße ausübt.

Erfolge der Dauerbrause gibt es u.a. bei folgenden Indikationen:

- **Allergien** (z.B. allergisches Asthma, Heuschnupfen)
- **Cellulite, Bindegewebsschwäche**
- **Durchblutungsstörungen** (z.B. kalte Hände / Füße, AVK, Geschwüre)
- **Entschlackung, Entgiftung** (bei Übersäuerung)
- **Gelenkschmerzen** (z.B. Arthritis, Arthrose)
- **Hautkrankheiten** (z.B. Neurodermitis)
- **Herz-Kreislaferkrankungen** (z.B. hoher Blutdruck, Kollapsneigung)
- **Immunschwäche** (z.B. häufige Infekte)
- **Kopfschmerzen** (z.B. Spannungskopfschmerz, Migräne)
- **Muskelverspannungen** (z.B. Myogelosen, Wadenkrämpfe)
- **Nierensteine**
- **Regeneration nach Verletzung u. Operationen**
- **Rheuma** (z.B. Polyarthritis)
- **Rückenschmerzen** (z.B. Lumboischialgie, Bandscheibenschaden, HWS-Syndrom)
- **Stoffwechselstörungen** (z.B. Diabetes, Gicht, Verdauungsprobleme)
- **Stresssyndrom** (z.B. psychovegetative Erschöpfung, Schlafstörungen, Depression)

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, sprechen Sie uns einfach an.
Wir beraten Sie gerne.