

PRESSEMITTEILUNG

Impulse die den Puls beruhigen

Herz-Kreislauf-Erkrankungen immer noch Spitzenreiter unter den Erkrankungen und häufigste Todesursache in Deutschland / Tiefenentspannung statt Medikamente: Die sanften Griffe der Original Bowen Technik entspannen die Muskeln und stärken nachhaltig das Herz-Kreislauf-System

Bonn, 10. September 2015. Bluthochdruck, Arterienverkalkung, Herzinsuffizienz: Das sind nur die drei häufigsten Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Vier von zehn Todesfällen in Deutschland sind derzeit auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen zurückzuführen. Dabei kann jeder frühzeitig etwas dafür tun, um deren schwerwiegende Folgen wie Herzinfarkte, Schlaganfälle oder Wassereinlagerung zu vermeiden. Wirksame Prophylaxe sind zum Beispiel regelmäßige Bewegung und Entspannungstechniken.

Zum Herz-Kreislauf-System gehören der Herzmuskel, der große Körperkreislauf – er transportiert das sauerstoffreiche Blut – und der kleine Körperkreislauf – er transportiert das sauerstoffarme Blut – sowie Blut und Blutdruck. Diese Vorgänge und die daran beteiligten Organe werden durch das vegetative oder auch autonome Nervensystem gesteuert. Auf dieses hat aber unser Gehirn nur im geringen Umfang bzw. zeitweise Einfluss, das meiste (ca. 80 %) geschieht ohne unsere willentliche Einflussnahme.

Eine Entspannungstechnik, die das vegetative Nervensystem harmonisch beeinflussen kann, ist die Original Bowen Technik, kurz Bowtech genannt. Die Bowtech-Griffe werden an bestimmten Körperteilen – auf Muskeln, Sehnen oder Bindegewebe – und in festgelegter Reihenfolge angewandt. Diese sanften, nicht invasiven Griffe aktivieren den Parasympathikus, eine der drei Komponenten des vegetativen Nervensystems. Dies führt dazu, dass die Muskelspannung sich normalisiert, Blutdruck und Puls werden angepasst.

Muskel-Entspannung und regelmäßige Bewegung sind die wirksamste Vorbeugung, weil sie zur Entlastung des Herzmuskels führen. Der Bowtech-Lehrer Heiko Dörr beschreibt diese Wirkung so: „Ein trainiertes Herz-Kreislauf-System führt in der Regel zu einem normalen Blutdruck und einem niedrigen Puls. Das bedeutet: Sie schonen Ihr Herz. Jeder Schlag weniger, den Ihr Herz macht, schont den Herzmuskel. Eine Reduzierung um 5 Schläge in der Minute führt dazu, dass Ihr Herz in einem Monat 216 000 Schläge weniger macht. Rechnen Sie doch mal aus, was Sie da innerhalb von 10 Jahren ihrem Herzmuskel an Arbeit ersparen.“

Dabei ersetzt Bowtech keine medizinische Diagnose oder Behandlung. „Aber es unterstützt den Körper bei der Bewahrung eines inneren Gleichgewichts, das die Grundlage für eine gute gesundheitliche Verfassung ist. Bowtech dient also der Gesundheitsvorsorge, der Erholung und als Unterstützung medizinischer und psychotherapeutischer Therapien“, erläutert die Heilpraktikerin Regina Fischer, Vorsitzende des Vereins BOWTECH Deutschland e.V. mit bundesweit 600 Mitgliedern.

Bildtext zum Pressefoto:

Wirksame Vorbeugung gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Die sanften Bowtech-Griffe aktivieren den Parasympathikus, eine der drei Komponenten des vegetativen Nervensystems.

(Bildnachweis: BOWTECH Deutschland e. V.)

Bowen Therapy Academy of Australia (BTAA)

ist die weltweite Vereinigung, die die Lehre von Tom A. Bowen weitergibt und BOWTECH Lehrerinnen und Lehrer ausbildet. Weltweit sind etwa 80 BOWTECH Lehrerinnen und Lehrer und ca. 25.000 BOWTECH Practitioner in über 30 Ländern tätig.

Der Verein BOWTECH Deutschland e.V.

wurde 2002 gegründet und ist von der Bowen Therapy Academy of Australia anerkannt. Zurzeit hat der Verein ca. 600 Mitglieder, über 300 davon sind als ausgebildete BOWTECH-Practitioner im Internet zu finden: unter www.bowtech.de.

BOWTECH Akademie Deutschland GbR

ist die von der Bowen Therapy Academy of Australia legitimierte Ausbildungsstätte für BOWTECH Practitioner in Deutschland. Für Deutschland sind zurzeit (2015) vier BOWTECH Lehrerinnen tätig. Ausbildungsmöglichkeiten, Seminarorte und Seminartermine sind im Internet unter www.bowtech-akademie.de zu finden.

Weitere Informationen:

BOWTECH Deutschland e. V.

Regina Fischer, 1. Vorsitzende
Klostergasse 20b
63694 Limeshain
Telefon: 06048-446 99 87
E-Mail: 1.vorsitzender@bowtech-verein.de

Bowtech Akademie Deutschland

Ansprechpartner: Ute Grams
Björnsonstr. 30
24939 Flensburg
Ansprechpartner: Ute Grams
Tel. +49 (0)461-84 03 508
Fax: +49 (0)461-84 03 507
E-Mail: info@bowtech-akademie.de

Pressekontakt:

Bodo Woltiri
faccesso GmbH
Plittersdorfer Straße 81
53173 Bonn
Tel 0228 - 377 273 – 0245
E-Mail: b.woltiri@faccesso.net