

Rapskörner verschaffen Linderung

15.02.2010, 08:59 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *OIL + more*



Wanne mit Rapssamen

Viele Rheuma- und Arthrosegeplagte sind über Linderungsmöglichkeiten dankbar. Erwärmte Rapskörner können hier Abhilfe schaffen. Wie es geht, ist im Folgenden beschrieben:

Rapssamentherapie - alle Informationen

1. Anwendung

Prinzipiell gibt es zwei (Haupt-)Anwendungsfälle:

- zur Schulung der Koordination
- zur Mobilisierung von Gelenken

Schulung der Koordination:

Der Einsatz erfolgt hier bei Personen, die die Koordination des Auges (sehen!) und der Bewegung (Hände/Finger) schulen wollen. Das Auge sieht ein Rapskorn, welches es fassen soll.

Ebenfalls findet die Rapssamentherapie bei Personen Anwendung, die motorischen Fähigkeiten der Fingergelenke verbessern wollen.

Der Personenkreis für welchen diese Therapie denkbar ist, umfasst neben Kinder auch Unfallopfer und Personen welche Hirnschäden aufweisen.

Bei Kleinkindern haben Rapssamen den Vorteil, dass keine Erstickungsgefahr beim Verschlucken besteht.

Mobilisierung von Gelenken:

Gelenke welche steif geworden sind bzw. eine eingeschränkte Beweglichkeit aufweisen können durch die

Rapssamentherapie eine Linderung erlangen. In Frage kommen hier einerseits Personen mit Rheuma/Arthrose und andererseits Personen, welche z.B. nach Operationen die Beweglichkeit der Finger-/Handgelenke verbessern wollen.

2. Wirkungsweise

Auch hier ist zwischen den zwei Anwendungsmöglichkeiten zu unterscheiden.

Die Schulung der Koordination basiert auf das Ansprechen von Nerven, werden die Rapssamen zusätzlich erwärmt, so hat dies "nur" eine wohltuende Wirkung.

Die Wirkungsweise der Rapssamentherapie zur Mobilisierung von Gelenken erfolgt einerseits durch Wärme und andererseits durch die Bewegung der Gelenke, welche Mobilisiert werden sollen. Die Wärme hat hier nicht nur eine wohltuende Wirkung, sondern macht die Haut und das Gewebe um das gesamte Gelenk geschmeidiger.

3. Rapssamenbad

Unabhängig von dem Anwendungsfall werden die Rapssamen in einem geeigneten Gefäß erwärmt - die Größe des Gefäßes ist von den zu behandelnden Körperteilen abhängig. Der Raps selbst hält Temperaturen bis zu 150 °C aus, die Temperatur bei der Anwendung sollten jedoch nicht höher als 45 - 50 °C. betragen. Im Vordergrund steht hier das Wohlfühlen der Person, welche behandelt werden soll.

Ist die Rapsfüllung abgekühlt kann diese erneut erwärmt werden. Während des Abkühlens kann die Person die gewünschten Körperteile in die warme Rapssamen legen oder bei der Mobilisation die einzelnen Rapskörner greifen. Der Handel bietet auch Geräte an, welche die Rapssamen immer konstant auf einer einzustellenden Temperatur halten. Dies stellt natürlich eine Arbeitserleichterung dar, lohnt sich aber nur bei intensivem Einsatz.

Praxistipp zu Mobilisation:

geben Sie ein paar Weizenkörner in die Rapssamen und geben Sie dem Probanden die Aufgabe diese raus zu suchen. Bei Gruppentherapie können Sie einen kleinen Wettbewerb dahingehend ausloben, wer in einer gewissen Zeit die meisten Körner gefunden hat. (Sie dürfen auch gerne sagen, dass Ihr Lieferant Ihnen schlechte Ware geliefert hat und die Probanden dies jetzt ausbaden müssen)

Hinweis zum Einsatz von Microwellengeräten zur Erwärmung der Rapssamen:

werden die Rapssamen zu heftig erwärmt, platzen Sie wie Popcorn auf und sind unbrauchbar. Stellen Sie sicher, dass dies im Microwellenherd nicht passiert. Nehmen Sie sich einmal die Zeit und testen Sie mit welchen Einstellungen (Zeit, Leistung des Geräts) die gewünschte Temperatur erreicht wird und notieren Sie sich die Werte.

4. Geräte / Ausrüstung

Welche Geräte Sie benötigen hängt ganz wesentlich vom Einsatzzweck ab: wollen Sie ein Kniegelenk mobilisieren, so benötigen Sie eine wesentlich größere Menge an Rapssamen sowie einem Behälter als für einen verunfallten und operierten Finger. Grundsätzlich sollten die zu behandelten Körperteile mit mindestens fünffacher Dicke umschlossen werden: Fingerbreite 1,5 cm --> 7,5 cm umgebende Rapssamen.

Für ein Rapssamenbad der Hand empfehlen wir ein Behälter der Größe L x B x H = 20 x 35 x 8 cm. Als Alternative kann eine Auflaufform mit hoher Aufkantung genommen werden.

5. Hinweise:

Qualität der Rapssamen

Um vor kriechenden oder fliegenden Überraschungen sicher zu sein sollten Sie spezielle Therapieraps verwenden. Nur ganz wenige Anbieter (z.B. Fa. OIL+more) bieten sogenannte gewaschene Rapssamen an. Diese sind speziell für diesen Zweck aufbereitet worden und sowohl staub- als auch ungezieferfrei. Nicht gewaschene Rapssamen enthalten noch Staub und evtl. auch Eier oder Larven von Ungeziefer - teilweise wird dies als unhygienisch empfunden.

Hygiene

Eine nicht geringe Anzahl an Probanden hat ein Problem damit sich nach dem Rapssamenbad eine staubigen Hand zu waschen. Haben Sie mehrere verschiedene "Badbesucher, so empfiehlt es sich in jedem Fall gewaschene Rapssamen einzusetzen. Besucher empfinden sonst den Staub an den Körperteilen als "Dreck" vom Vorgänger.

Eine Reinigung der Rapssamen braucht im Regelfall nicht vorgenommen werden. Die Haltbarkeit der Rapssamen ist

stark von der Einsatzhäufigkeit abhängig. Einer Einsatzzeit von sechs Monaten steht nichts entgegen. Danach ist ein Austausch zu empfehlen.

Schüttet ein Proband seine Cola oder seinen Kaffee in das Rapssamenbad, so ist die Rapssaat unbrauchbar und muss ausgetauscht werden.

Gelangt etwas Wasser ins Rapssamenbad, so ist dieses durch umgehende thermische Behandlung zu entfernen. Erfolgt dies nicht, besteht die Gefahr der Schimmelbildung.

Benötigte Menge

1 kg Rapssamen haben ein Volumen von etwa 1,6 Liter. Entsprechend ist die benötigte Menge hochzurechnen. Für ein Rapssamenhandbad benötigen Sie etwa 2,5 kg = 4 Liter Rapssamen.

Alternativen

Als Alternative zur Wärmebehandlung können auch Rapssamenkissen als Auflage verwendet werden. Diese haben den Vorteil, gewaschen werden zu können (Handwäsche / Maschinenwäsche bei 30 °C). Wichtig ist hier, dass das Kissen umgehend nach dem Waschvorgang einer Temperatur größer 100 °C ausgesetzt und vollständig getrocknet wird (Gefahr der Schimmelbildung !!).

Hinweis

Die Rapssamentherapie stellt in keinsten Weise eine Heilungsmethode dar und ersetzt bei akuten Beschwerden in keinsten Weise den Besuch eines Arztes. Sofern Sie Beschwerden haben, wenden Sie das Rapssamenbad nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt an. In keinem Fall kann eine Anwendung bei akuten Verletzungen erfolgen.

Portrait

Die Firma OIL + more reinigt seit Jahren Rapssamen zu Therapiezwecken bzw. zur Verwendung in einem Rapssamenbad. Das eigens hierfür entwickelte Betriebsequipment ermöglicht es die Rapssamen mit einem Reinigungsgrad von 99,9% auf dem Markt anzubieten. Gleichzeitig werden die Rapskörner von Fremdkörnern sowie Larven und Insekteneier befreit.

Der Vertrieb erfolgt über die Internetdomain

www.echte-gesundheit.de

News-ID: 397839 • Views: 10402 (Stand: 29.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/397839/Rapskoerner-verschaffen-Linderung.html>