

# Massagen am Arbeitsplatz

In der betrieblichen Gesundheitsförderung setzen auch mobile Massagen an. Als bequemer Programmteil im Gesundheitsmanagement vieler Unternehmen aktivieren die Massagen besonders viele Mitarbeiter zu mehr Körper- und Gesundheitsbewusstsein.

Denn viele bislang träge Mitarbeiter, die so den Erholungseffekt nach einer körperlichen Ausgleichsbehandlung erleben, zeigen leichter Interesse und Bereitschaft für mehr Eigeneinsatz. Das erhöht das Körpergefühl und senkt die Arbeitstage.

Der mit ca. 60% häufigste Grund für Krankschreibung und Leistungsausfall sind Rückenschmerzen ( belegt eine aktuelle Studie der medizinischen Universität der Charite Berlin )

Etwa 90% dieser Rückenschmerzen sind auf Muskelverspannungen zurückzuführen, welche durch Fehlbelastungen und Haltungsfehler der Wirbelsäule zustande kommen. Hier kann die regelmäßige Durchführung von Massagen für Linderung sorgen.