



Eine Anwendung mit den **brainLight®**-Systemen entspannt – dies wurde vielfach durch Studien bestätigt. Entspannung bewirkt:



Optimierung der neuronalen Vernetzung im Gehirn und Angleichung z.B. an besonders wohltuende Thetawellen, die Kennzeichen tiefer Entspannung sind und für mehr Leistungsfähigkeit und Vitalität sorgen.



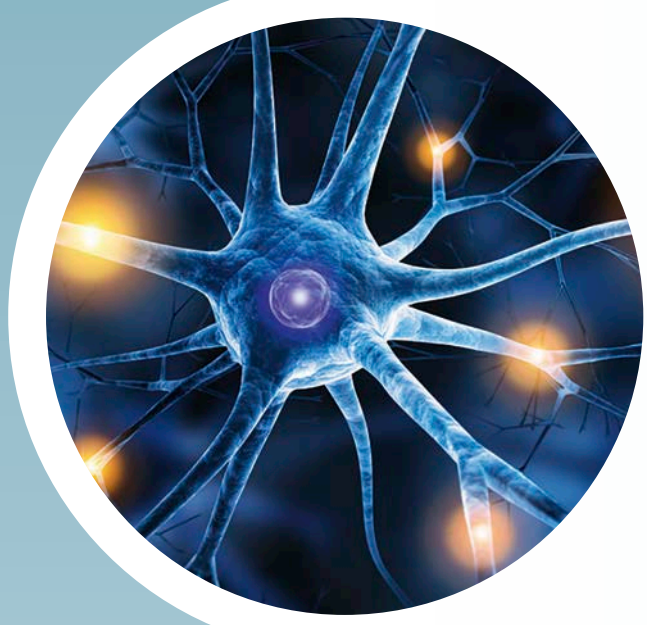
Reduzierung der Cortisol-Ausschüttung in der Nebenniere für weniger Stress. Die permanente Hochspannung, auf die sich der Körper begonnen hat als Normalzustand einzustellen, lässt auch auf Hormonebene nach und löst sich.



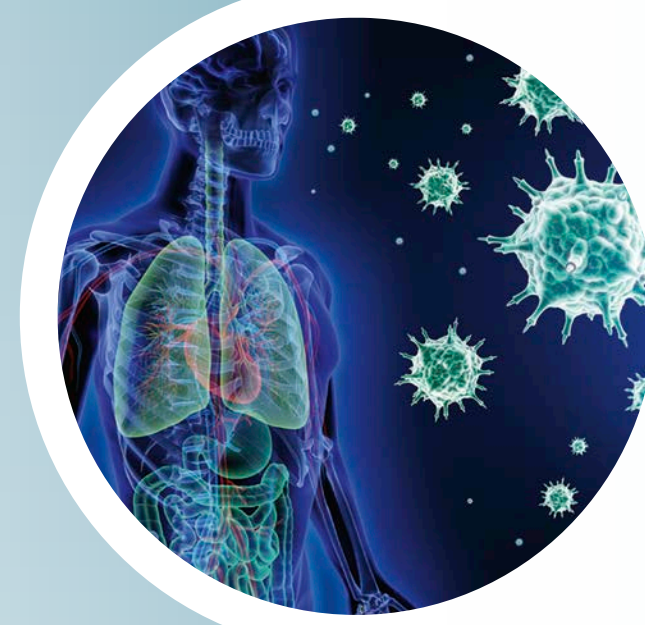
Verlangsamung von Herzschlag, Atmung und Kreislauf für mehr Gelassenheit im Alltag und eine höhere Stressresilienz. Die Wechselwirkung zwischen Anspannung und Entspannung von Körper und Geist wird harmonisiert und sowohl schonender wie effektiver.



Harmonisierung von Darmtätigkeit und Verdauung für ein besseres Wohlbefinden. Denn das vegetative Nervensystem kann ungestört in seinem eigenen natürlichen Rhythmus arbeiten und sich wieder besser einspielen und abstimmen.



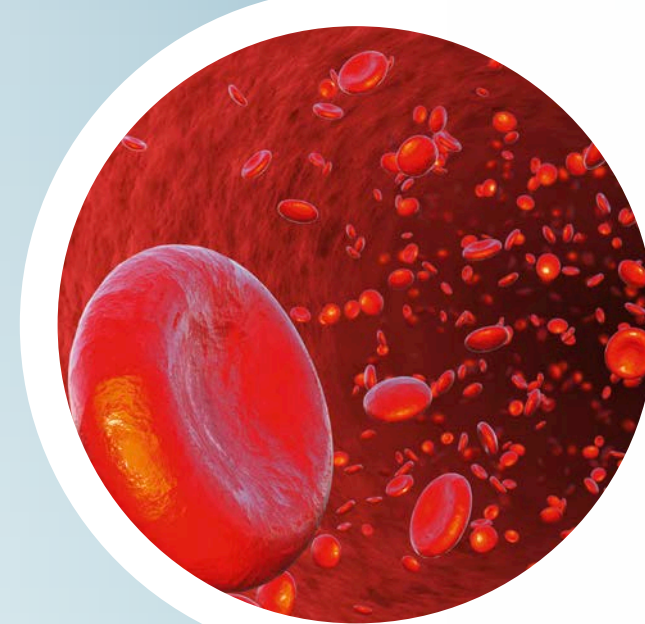
Auflösung von neuromuskulären und vegetativen Dysbalancen für mehr Gelassenheit im täglichen Leben. Der Parasympathikus ist der Teil des Vegetativums, der beruhigt und auf mehreren Ebenen für bessere Verdauung und Verarbeitung sorgt.



Stärkung des Immunsystems und Aktivierung der Selbstheilungskräfte zur Krankheitsvorbeugung. Denn die Immunzellen haben in tiefer Entspannung Zeit und Gelegenheit für die Ausscheidung von Abbauprodukten und für die Entgiftung des eigenen Stoffwechsels.



Ausgleich von skelettalen und faszialen Dysfunktionen v.a. im Bereich der Lendenwirbelsäule für bessere Beweglichkeit und Schmerzreduzierung auf muskulärer und neuronaler Ebene. In entspanntem Zustand werden Schmerzen weniger intensiv wahrgenommen.



In tiefer Entspannung erweitern sich die Blutgefäße und entspannen so gesehen auch selbst. Das führt zu einer Blutdrucksenkung und durch diese Entlastung wird Herz- und Kreislauf-erkrankungen vorgebeugt.

Einsatzgebiete:

- psychosomatische Funktionsstörungen
- Angstzustände und Depressionen
- chronische Schmerzzustände
- Arthrosen und Bandscheibenschäden
- stressbedingte Erschöpfungszustände
- Schlaganfallnachbehandlung
- Schlafstörungen
- chronische Müdigkeit
- Blutdruckerkrankungen

- stoffwechselbedingte Gesundheitsstörungen
- Dysregulation des Hormonhaushaltes
- geriatrischer Symptomkomplex
- Magen- und Darmerkrankungen
- Verdauungsbeschwerden
- Herzerkrankungen
- Migräne
- Frauenleiden
- Tinnitus

brainLight ist der perfekte Baustein für IHR Betriebliches Gesundheitsmanagement!

Weiterführende Informationen:



brainLight
Wirkungsweise



Studien belegen
die Wirksamkeit



www.brainlight.de

brainLight®

LIFE IN BALANCE