

Gesundheit im Alltag

goFit – die Gesundheitsmatte fürs Büro Schmerzlinderung und Vorbeugung steuerlich begünstigt

Kümmertshausen (Schweiz), 17. Februar 2009 – Die meisten berufstätigen Menschen sitzen zu viel und bewegen sich zu wenig. Viele leiden deshalb an Rückenschmerzen oder mehr oder minder starken Einschränkungen des Bewegungsapparates. Die goFit-Gesundheitsmatte (www.gofit-gesundheit.com) beugt solchen Beschwerden vor oder hilft sie zu lindern. Darauf weist das Schweizer Vita Beach Team, Hersteller der Vita-Beach-Matte, hin.

Vorbeugen ist wichtig. Umso mehr, als der Staat neuerdings den Einsatz bestimmter Mittel und Maßnahmen zur Gesundheitsvorsorge am Arbeitsplatz steuerlich begünstigt – Stichwort: „Betriebliche Gesundheitsförderung“. Das deutsche Jahressteuergesetz 2009 gewährt demnach „Steuerfreiheit und folglich auch Sozialversicherungsfreiheit von jährlich 500 Euro je Arbeitnehmer für Leistungen des Arbeitgebers zur betrieblichen Gesundheitsförderung“ (§ 3Nr. 34 EStG-E).

Welche Mittel und Maßnahmen dazu gehören, steht im Sozialgesetzbuch (SGB) V. Dort ist unter anderem explizit die „Vorbeugung und Reduzierung arbeitsbedingter Belastungen des Bewegungsapparates“ genannt. Im Klartext: Wer durch überwiegend sitzende Tätigkeit im Büro seinen Bewegungsapparat in Mitleidenschaft zieht, kann die Anschaffung einer goFit-Fußreflexzonenmatte steuerlich absetzen. Denn die Matte sorgt durch Stimulierung der Fußreflexzonen und ihre anregende Wirkung für effiziente Vorbeugung und -linderung bei arbeitsbedingten Beschwerden.

Die goFit-Matte bewährt sich im Alltag bei vielen körperlichen wie seelischen Beschwerden. Denn sie wirkt auf den gesamten Organismus wie ein Spaziergang auf einem Kiesstrand: Das körpereigene Stütz- und Haltesystem wird aktiviert und der Stoffwechsel angeregt, Gang und Körperhaltung verbessern sich, die Gelenke werden entlastet und stabilisiert. Fast die gesamte Muskulatur, vor allem aber die Rückenmuskeln werden gestärkt.

So urteilt Prof. Dr. Uhlemann, Fachärztin an der Klinik für Innere Medizin der Friedrich-Schiller-Universität Jena, das Laufen auf der Matte bewirke „eine Reduzierung von unspezifischen Rückenschmerzen und eine Verbesserung des Allgemeinbefindens.“ Einige Patienten, die an ihrer klinischen Untersuchung teilnahmen, wollten laut Prof. Dr. Uhlemann „nach der vierwöchigen Behandlung auf die Matte nicht mehr verzichten. Wir haben ihnen deshalb unsere Testmatten mit nach Hause gegeben, und sie nutzen sie weiterhin täglich.“

Wichtig für den Einsatz im Büro: Die Matte entfaltet ihre gesundheitsfördernde und wohltuende Wirkung auch schon, wenn man sie sich einfach vor den Schreibtischstuhl legt und die Füße darauf hin und wieder ein bisschen bewegt.

„Eureka“ Innovationspreis und Gold-Medaille

In der Schweiz wird die goFit-Gesundheitsmatte seit Jahren in physiotherapeutischen Praxen und Wellness-Zentren, aber auch im privaten Umfeld für Gesundheitsvorsorge und Fitness, zur Unterstützung von Heilungsprozessen und Linderung von Beschwerden eingesetzt. Auf der Weltausstellung für Innovationen „Eureka“ in Brüssel erhielt die Matte den Innovationspreis und die Gold-Medaille mit Urkunde.

Die Matte aus der Schweiz ist jetzt auch auf dem deutschen Markt zu haben. Verkaufspreis für Endverbraucher pro Stück: 129 Euro. Dafür gibt´s beim Physiotherapeuten in der Regel gerade mal vier bis fünf Fußreflexzonenmassagen.

Bezugsquellen:

- Telefon: 0041 71 917 29 08
- Internet: www.gofit-gesundheit.com
- E-Mail: info@gofit-gesundheit.com

Hintergrund: Fußreflexzonenmassage heilt und wirkt anregend

In Japan wissen Mediziner schon seit Jahrhunderten um die heilende Wirkung, die das Gehen auf einem Kiesstrand erzeugt. Basierend auf diesem einfachen Prinzip werden in asiatischen Badehäusern künstliche Kiesbeete angelegt, die ganz selbstverständlich vor und nach dem Bad mit nackten Füßen beschritten werden. Begeistert von dieser unkomplizierten Methode, das komplexe Geflecht der Fußreflexzonen zu stimulieren, haben auch die Amerikaner dieses System für viele ihrer Badehäuser übernommen.

Fußreflexzonenmassage basiert auf der Erkenntnis, dass es für jedes Organ des Körpers eine entsprechende Reflexzone auf der Unterseite der Füße gibt. Das regelmäßige Massieren dieser Punkte steigert nicht nur die körpereigene Energie und Abwehrfähigkeit, sondern gilt als eine der wirkungsvollsten Methoden der persönlichen Gesundheitsvorsorge. Die goFit-Gesundheitsmatte ist der Kiesstrand zuhause, im Büro oder unterwegs. Viele Beschwerden körperlicher, aber auch psychischer Art lassen sich durch das Gehen auf der Matte deutlich lindern. Bei einer Fülle von Krankheiten, die mit Medikamenten oder sonstigen therapeutischen Mitteln behandelt werden müssen, ist die Massage der Fußreflexzonen eine sinnvolle Ergänzung der ärztlichen Therapie.