

# DAMIT'S IHNEN GUT GEHT



*Gerda Kiesel*

Fachinstitut für Heilmassagen

# KIESL'S MASSAGE-INSTITUT!

*Es tut dir alles furchtbar weh,  
vom Kopf bis runter zu dem Zeh',  
besuchst das Massage-Institut,  
die Kiesel's machen's wieder gut.*

*Gehst rauf die Stiege,  
liegst gleich auf der Liege,  
mit dem Leintuch bedeckt,  
wirst gleich mal gestreckt.*

*Mit den Händen berührt,  
so wird man massiert,  
für Kreislauf und Darm,  
das Herz wird ganz warm.*

*Lymphdrainage und Fußreflex,  
alles hilft, man ist perplex,  
die Nerven kommen nicht zu kurz,  
jeder Schmerz kommt dann zu Sturz.*

*Auch Moor, Fango, Schlick und Heu,  
wir bleiben jetzt den Kiesel's treu,  
alles wird intensiv behandelt,  
man geht heraus, gleich wie verwandelt.*

*Der Hydrojet entspannend wirkt,  
jedes Organ Erleicht' rung spürt,  
die Wirbelsäule richt' sich auf,  
zwanzig Jahre hast wen'ger drauf.*

*D'rum mach diese Massage Kur,  
zu Kiesel's findest leicht die Spur,  
dein Kopf sitzt wieder ganz gerade,  
du kann dann gehen, zur Parade.*

eine Patientin

# INHALT

Vorwort	4	<b>Kneippen</b>	
Firmenchronik	5	Geschichte	20
Ärztlicher Leiter	6	Kneippen bei Kiesel	22
Serviceleistungen	7	Indikationen	23
<b>Massagen &amp; Therapien</b>		<b>Güsse</b>	
Entwicklung	8	Einleitung	24
Stellenwert	8	Knieguss	26
Wirkungsweise	9	Schenkelguss	26
Studien	9	Unterguss	26
Klassische Massage	10	Arm-guss	27
Heilmassage	10	Rückenguss	27
Akupunkt-Massage	11	Oberguss	28
Manuelle Segmenttherapie	11	Vollguss	28
Bindegewebsmassage	12	Nackenguss	28
Lymphdrainage	12	Gesichtsguss	29
Dorn-Therapie	13	Wassertreten	29
Schröpfen	13		
Fußreflexzonen-therapie	14	<b>Rücken-Therapie mit Kraft-Training</b>	30-31
Spezielle Schulter- und Hüftbehandlung	14		
Cranio-Sacrale Therapie	15	<b>Spezial-Angebote</b>	
Unterwasserdruckstrahlmassage	15	Kneipp-Schnupperpaket	32
Elektrotherapie	16	Kneipp-Wohlfühl-tage	32
Hydroelektrisches Vollbad	16	3 x Energie tanken	32
Ultraschall-Behandlung	16	6 Tage nur für mich	32
Wickel	17		
Heilsame Ölwickel	17	<b>Solarium</b>	33
Packungen: Heu, Moor	18		
Das Heu als Naturheilmittel	18		
Magnetfeldtherapie	19		
Hydro-Jet	19		



Gerda Kiesel  
gewerbliche, medizinische Heilmasseurin  
Lehrbeauftragte HMM neu

# VORWORT

„ES GIBT BENEIDENS-  
WERTE MENSCHEN,  
DIE LASSEN SICH  
VERWÖHNEN  
UND ES GIBT  
KLUGE MENSCHEN,  
DIE VERWÖHNEN  
SICH SELBST.“ Kiza

Naturheilverfahren, wie wir sie Ihnen anbieten, sind Heilmethoden, die der Vorbeugung, Linderung und Verbesserung der Symptomatik dienen. Sie sprechen die selbst-regulativen Kräfte des Organismus an und sind natürlichen Ursprungs.

Unsere nicht-medikamentösen Behandlungsmethoden reichen von Kneipp-Güssen über Bewegungs-

therapie bis zur regenerierenden, wohltuenden, entspannenden Massagebehandlung. Alle unsere hoch qualitativen naturheilkundlichen Anwendungen lassen wir in ein therapeutisches Gesamtgebäude einfließen, um Ihnen die besten Therapieergebnisse zu ermöglichen.

**Ein schönes Gefühl, den richtigen Masseur gewählt zu haben.**

# CURRICULUM VITAE

GERDA KIESL · GEB. AM 17. FEBRUAR 1966 IN NEUFELDEN

## **Berufslaufbahn & Firmenchronik**

Lehre (Masseur)	1980 bis 1983
Meisterprüfung (Masseur)	1988
Abschluss Unternehmer	1988
Eigener Betrieb in Neufelden	seit 1988
Eigener Betrieb in Linz	seit 2002
Prüfung med. Heilmasseur nach § 84 MMHmG	2003
Indir. Vertragspartner aller Kassen	seit 2003

## **Weitere Tätigkeiten**

- » Trainerin im Wifi-Linz  
(Erwachsenenbildung) 1985 bis 2006
- » Lehrbeauftragte für Heilmasseur neu
- » Massageausbildung an der  
Body & Health Academy, Haslach seit 2003

## **Abnahme der Unternehmerprüfung**

(durch Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer)  
seit 1996, Angelobung 2003

## **Unterrichtstätigkeit an der Body & Health Academy, Haslach**

### ***Fachbereichsleiter für folgende Ausbildungen***

- » Gewerblicher Masseur
- » Med. Masseur
- » Heilmasseur neu

### ***Lehrgang für Masseure***

- » Klassische Massage
- » Bindegewebemassage nach Dicke
- » Segmentmassage nach Quillitsch
- » Hydro-Thermo-Balneotherapie
- » Funktionsmassage
- » Reflexzonenmassage am Fuß  
nach Hanne Marquardt

### ***Vorbereitung zur Befähigungsprüfung***

- » Klassische Massage
- » Bindegewebemassage nach Dicke
- » Segmentmassage nach Quillitsch
- » Hydro-Thermo-Balneotherapie
- » Klassische Massage
- » Fußreflexzonenmassage nach Hanne Marquardt

### ***Weiterbildung für Therapeuten***

- » Refresherkurse für manual-  
neuraltherapeutische Massage
- » Mobilisieren, Dehnen, Kräftigen
- » Triggerpunkt-Behandlung
- » Dorn-Bräuß Methode

Dr. Wolfgang Weigl  
unser ärztlicher Leiter



Studium Humanmedizin von 1993 bis 1998.  
Anschließend Ausbildung zum Arzt für Allgemeinmedizin im LKH Rohrbach, KH der Barmherzigen Schwestern, Kinderklinik und AKH.

Nach Beendigung der Ausbildung im AKH Wechsel an die neurochirurgische Abteilung des WJKH. Dort tätig für 4 ½ Jahre.

Diplom für:  
manuelle Medizin, Akupunktur,  
Neuraltherapie, Notarzt

Seit Jänner 2007 tätig in der eigenen  
Praxis für Allgemeinmedizin.  
4020 Linz, Hatschekstraße 1

# Gerda Kiesl

# SERVICE- LEISTUNGEN

## Schnuppertraining

Wohlbefinden & Vitalität – eine gesunde Lebensweise, bei der auch die Lebensfreude nicht zu kurz kommt, ist für Sie enorm wichtig. Persönliche Beratung und Gespräche sowie Einzel- und Gruppenaktivitäten zum Kennenlernen, Ausprobieren und Üben stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung.

## Rückruf-Service

Sie haben Fragen an uns? Wir rufen Sie gerne zurück. Schreiben Sie uns Ihre Nachrichten per E-Mail ([naturheilmassage.kiesl@aon.at](mailto:naturheilmassage.kiesl@aon.at)) – wir beantworten sie gerne. Oder nennen Sie uns einfach Zeiten, an denen wir Sie zurückrufen dürfen. Wir setzen uns möglichst bald mit Ihnen in Verbindung und helfen Ihnen gerne!

## Warum anders wo mehr bezahlen?

- » 10x Massagebehandlungen plus 1 gratis
- » Wirtschaftlich, ökonomisch & sparsam denken!

## Aktuelle medizinische Vorträge

- » Migräne & Spannungskopfschmerz
- » Herz-Kreislaufkrankungen
- » Burn-out, Erschöpfung, Depression

Termine auf Anfrage in unserer Praxis.

## Wechselnde interessante Angebote

- » Nordic Walking
- » Beckenbodentraining für Frauen
- » Beckenbodentraining für Herren
- » Vital-Training an Physiogeräten
- » Kostengünstige Fußpflege
- ... und vieles mehr

Kooperation mit Ärzten für Allgemeinmedizin, Orthopädie, Neurologie.

**Das Fachinstitut für Heilmassage & naturheilkundliche Anwendungen Kiesl setzt auf Kooperation mit der Medizin.**

# MASSAGEN & THERAPIEN



MASSAGETHERAPIE – EIN THERAPIEVERFAHREN DER PHYSIKALISCHEN THERAPIE, IST EINE MASSNAHME, DIE AKTIVE KÖRPERLICHE REAKTIONEN HERVORRUFT UND IN RUHELAGE DES PATIENTEN DURCHGEFÜHRT WIRD. ES WERDEN BESTIMMTE GRIFFTECHNIKEN EINGESETZT, DIE JE NACH GEWEBEBEFUND MECHANISCHE REIZE ZUR ANWENDUNG BRINGEN.

## Entwicklung

Die Massage ist eine der ältesten Therapieformen in der Geschichte des Menschen. Massageartige Handgriffe wurden zu Heilzwecken z.B. in China in Verbindung mit der Akupunktur bereits 2600 v. Chr. betrieben, auch im alten Ägypten wurde zu dieser Zeit (um 2300 v. Chr.) die Massage auf eine Relief dargestellt. In der griechischen Antike wurde die Massage von Hippokrates, Galen, Asklepios und Asklepiades angewandt.

Im Mittelalter wurde auch in Bädern massiert, im 16. Jh. verschwand die Massage aus der ärztlichen Behandlung. Ling (1776-1839) aus Schweden entwickelte die klassische bzw. schwedische Massage, die er in Verbindung mit aktiver Bewegungstherapie einsetzte.

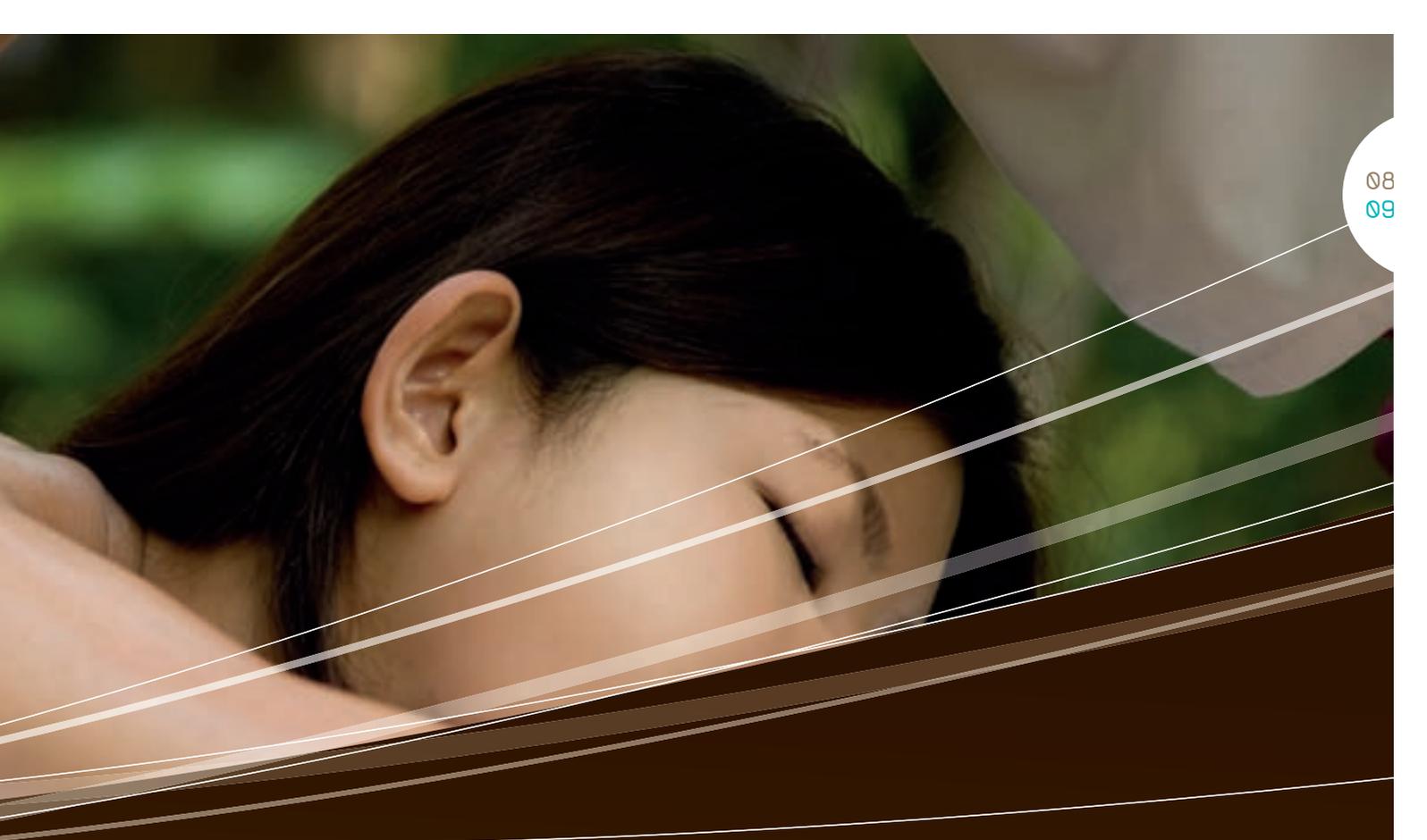
Voraussetzung für eine Weiterentwicklung der Massage waren im 20. Jh. die wissenschaftlichen Erkenntnisse von Mac Kenzie (1917),

welche die Grundlagen für den viszerokutanen bzw. viszeromuskulären Reflex schufen. Im 19. und 20. Jh. wurden folgende Spezialmassagen entwickelt:

- » Reflexzonenmassage
- » Bindegewebsmassage von Dicke (1884-1952), Teirich-Leube und Kohlrausch, welche die wissenschaftlichen Grundlagen erarbeiteten;
- » Periost- und Kolonbehandlung, entwickelt von Vogler (1899-1969); Krauß (1909-1991) untermauerte sie wissenschaftlich;
- » Segmentmassage von Gläser und Dalicho und Heilmassage von Hamann
- » Manuelle Lymphdrainage von Vodder (1932-1936)

## Stellenwert

Als Urform der physikalischen Therapie ist die Massage integraler Bestandteil der Schul-



medizin sowie der klassischen Naturheilverfahren. Sie ist wissenschaftlich begründet, hat klare Indikationen und Kontraindikationen und wird in der Universität im Fach physikalisch-rehabilitative Medizin gelehrt. Von vielen Menschen geschätzt, als betonte menschliche Zuwendung, als echte „Behandlung“, kommt der Massage in einer immer mehr apparatgläubigen und unpersönlichen Medizin auch aus diesem Grund eine große Bedeutung zu. Bei bestimmten funktionellen Störungen und Krankheitsbildern ist die Massage unentbehrlich. Diese von den Krankenkassen anerkannte physikalische Therapie umfasst folgende anerkannte Therapieverfahren:

- » Klassische Massage
- » Reflexzonentherapie
- » Unterwasserdruckstrahlmassage
- » Manuelle Lymphdrainage

### **Wirkungsweise**

Durch eine individuelle, befundgerechte Behandlung wird schmerzlindernd therapiert. Die Gelenkbeweglichkeit sowie die gesamte Durchblutung verbessert sich zunehmend. Schmerzhaft verkrampfte sowie verkürzte Muskeln werden optimal gelöst und gedehnt. Schmerzen, die durch funktionsbeeinträchtigte, innere Organe entstehen, werden durch die reflektorischen Wechselwirkungen ver-

bessert. Fachgerechte Heilmassagen unterstützen medizinische Behandlungen auch positiv bei Angstzuständen und Anspannungen.

### **Wirkungen**

- » Steigert die örtliche Durchblutung
- » Entstaut den Venen- und Lymphbereich
- » Reguliert den Muskeltonus; Entmüdung der Muskulatur bei Hypertonus, Hartspann und Hypotonus
- » Löst Narben und Gewebsverklebungen
- » Verbessert Trophik und Turgor von Haut und Bindegewebe
- » Schmerzauflösung
- » Wirkt über Reflexbögen auf innere Organe
- » Eutonisiert und stabilisiert das Vegetativum
- » Psychische Entspannung

### **Studien**

Im Rahmen einer Pilotstudie zur psychologischen Wirkung der Massage wurden bei 38 Patienten nach einer Behandlungsserie von 6 klassischen Massagen folgende Veränderungen festgestellt:

- » Verminderung der Schmerzstärke
- » Reduktion des Schmerzmittelkonsums innerhalb der letzten 14 Tage
- » Leichte Verbesserung der Lebenszufriedenheit
- » Zunahme von Entspannung, Gelassenheit und Optimismus.



## KLASSISCHE MASSAGE

**... die Massage ist eine Therapiemethode zur positiven Beeinflussung von Spannungen der Haut und der Muskulatur, Narben- und Zirkulationsstörungen durch Dehnungs-, Zug- und Druckreize.**

### Anwendungsgebiete

- » Chron.-rheumatischer Formenkreis, chron.-rheumatoide Arthritis, Arthrosen, spondylogene vertebrale Schmerzsyndrome, Weichteilrheumatismus
- » Hartspann, Muskelhärten im Rückenbereich, Tendomyosen
- » Neurologische Erkrankungen (schlafte Lähmung)
- » Posttraumatische und postoperative Zustände am Bewegungsapparat
- » Innere Erkrankungen (Herzerkrankungen, essentielle Hypertonie, Atemstörungen bei Emphysebronchitis)
- » Zur präventiven Maßnahme

## HEIL- MASSAGE

**... diese Behandlungen werden auf Rezept verordnet, aus diesem gehen hervor: therapiebezogene Diagnose, Art und Lokalisation der Massage, Anzahl und Zeitraum, sowie für die Behandlung wichtige Hinweise.**

### Anwendungsgebiete

größerer Anwendungsbereich als bei der klassischen Massage, da auch Unterhautbindegewebe, Faszie und Periost behandelt werden

- » Orthopädische Erkrankungen
- » Organische Funktionsstörungen
- » Rheumatischer Formkreis
- » Vegetative Dysbalancen
- » Psychoge Belastungen
- » Immunologische Schwächen



## AKUPUNKT- MASSAGE (NACH PENZEL)

**Die Regulationstherapie Akupunkt-Massage regt gezielt die Selbstheilungskräfte des Körpers an und eignet sich damit besonders zur Behandlung funktioneller Störungen jeder Art.**

### Anwendungsgebiete

*Bei Funktionsstörungen des*

- » Bewegungsapparates
- » Verdauungssystems
- » Urogenitalsystems
- » Hormonsystems
- » Vegetativums
- » Atmungssystems
- » Stoffwechsels
- » Kreislaufsystems

*Bei folgenden Schmerzen*

- » Kopfschmerzen
- » Rückenschmerzen
- » Gelenkschmerzen
- » Chronischen Schmerzen
- » Migräne
- » Ischialgien
- » Trigeminusneuralgien
- » Rheumatische Schmerzen

## MANUELLE SEGMENTTHERAPIE (NACH QUILITZSCH)

**Durch gezielte Palpation (abtasten, fühlen) aller erreichbaren Gewebsschichten kann man Organfunktionsstörungen erkennen. Diese Therapie ist besonders zur Früherkennung von Störungen innerer Organe, sowie als Möglichkeit zur Unterscheidung zwischen Arthrogenen und viszeralen Beschwerdebildern geeignet.**

### Anwendungsgebiete

- » Herzerkrankungen
- » Atemwegserkrankungen
- » Leber- und Gallenblasenerkrankungen
- » Nieren- und Blasenerkrankungen
- » Gynäkologische Erkrankungen
- » Gefäßerkrankungen
- » Kopfschmerz, Migräne





Das  
Original

## BINDEGEWEBE- MASSAGE (NACH DICKE)

Als großflächiges Sinnesorgan enthält die Haut sehr viele Rezeptoren, die alle der „Reizaufnahme“ dienen und über Warnsysteme die Außenwelt mit inneren Organen verbindet.

Die Reize der BGM werden über Nervenbahnen in das Zentralorgan Gehirn und in das Rückenmark weitergeleitet.

**Störungen innerer Organe, Nerven, Knochen, Muskeln und Gefäße können auf zugeordnete Haut- und Unterhautsegmente projiziert werden.**

### **Anwendungsgebiete**

#### *Funktionsstörungen des Bewegungsapparates*

WS-Syndrome, Arthrose, Rheumatische Erkrankungen

#### *Funktionsstörungen innerer Organe*

Atemwege, Verdauungsorgane, Urogenitalorgane

#### *Funktionsstörungen der Gefäße*

Arterielle Durchblutungsstörung, Migräne

#### *Neurologische Erkrankungen*

Poresen, Spastiken

#### *Allgemeine Überlastung*

## LYMPHDRAINAGE (NACH DR. VODDER - DAS ORIGINAL)

Durch spezielle, schonende Grifftechnik, überwiegend an der Körperoberfläche, wird der Abtransport von Gewebeflüssigkeit gefördert.

### **Anwendungsgebiete**

#### *Sekundäres Lymphödem*

Nach operativer Tumorentfernung mit Ausräumung und/oder Bestrahlung der regionären Lymphknoten, z.B Tumoren der Brust, des kleinen Beckens, des HNO-Bereiches

#### *Primäres Lymphödem*

bei Hypo- oder Aplasie der Lymphgefäße

#### *Schwellung verschiedener Ursachen*

Phlebödem mit/ohne Ulcus Cruis, posttraumatisches/postoperatives Ödem, Libödem bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, Lähmungsödeme, ischämische und idopatische Ödeme

#### *Neurovegetative Syndrome*

sympathische Reflexdystrophie, Migräne, Trigeminusneuralgie



## DORN- THERAPIE

**Die Dorn-Therapie richtet sich in erster Linie auf die eingeschränkte Wirbel- und Gelenkbeweglichkeit.**

**Subluxierte Gelenke – mit entsprechend vergrößertem Gelenkspalt – findet man vor allem an Beinen, Armen und dem Kreuzbein.**

Jeder vergrößerte Gelenkspalt bedeutet eine Blockade und verursacht mit der Zeit Schmerzen. Solche „herausgerutschten“ Gelenke sind nicht voll belastungsfähig.

Bei der Dorn-Therapie wird durch Druck, Zug, Dehnung und Bewegung behandelt.

Das Ergebnis einer solchen Behandlung ist eine schmerzfreie Bewegung.

### Anwendungsgebiete

- » eingeschränkte Gelenkfunktion
- » eingeschränkte Wirbelsäulenfunktion

Es wird Ihnen möglich sein, sich wieder schmerzfrei zu bewegen.

## SCHRÖPFEN (MIT HEISSEN GLÄSERN)

**Das Schröpfen wird zu den ab- und ausleitenden Verfahren gezählt. Diese Therapie wird zu den Hautreizmethoden gerechnet. Mit der Schröpftherapie lassen sich über Hautareale innere Organe beeinflussen.**

### Anwendungsgebiete

- » Kopfschmerzen
- » Migräne
- » Asthma bronchiale
- » chron. Bronchitis
- » Halsschmerzen
- » Herz-Kreislaufkrankungen
- » Verdauungsprobleme
- » Rheumatische Erkrankungen
- » Zyklusstörungen
- » Entzündungen der Harnwege





## FUSSREFLEX- ZONENTHERAPIE (NACH HANNE MARQUARDT)

**Jeder Bereich der Fußsohle wirkt reflektologisch auf einen bestimmten Körperteil oder ein Organ. Der Therapeut bedient sich einer speziellen Grifftechnik, die die Reflexzonen des Fußgewebes heilend aktiviert.**

### Anwendungsgebiete

- » Statisch/muskuläre Fehlhaltungen  
z.B. Schulter-Armsyndrom
- » Ischialgien
- » Myogelosen
- » Blockaden der Wirbelgelenke
- » funktionelle Organbeschwerden  
z.B. Hepatopathien
- » Obstipation
- » Menstruationsbeschwerden
- » Allergien, ...

## SPEZIELLE SCHULTER- & HÜFTBEHANDLUNG

**Hierbei handelt es sich um eine Kombination verschiedener Massagetechniken, Gelenkentlastung und Dehnung.**

**Bei dieser speziellen Behandlung werden die Gewebsstrukturen um die bewegungseingeschränkten Gelenke massiert, entlastet und entstaubt.**

**Diese Therapie wirkt schmerzlindernd und funktionsverbessernd, da Verkürzungen und Verspannungen beseitigt werden.**

### Anwendungsgebiete

#### *... der speziellen Schulterbehandlung*

Alle Störungen im Bereich Hand-Ellbogen-Arm-Schulter-Halswirbelsäule, z.B. Tennisellbogen, Taubheitsgefühl in den Fingern, ...

#### *... der speziellen Hüftbehandlung*

Alle Störungen des Bewegungsapparates im Bereich Fuß-Knie-Hüfte-Kreuz-Lendenwirbelsäule z.B. Coxarthrose, Lumbalgien, ...



## CRANIO-SACRALE THERAPIE

Das Cranio-Sacral System besteht aus den Membranen und der cerebrospinalen Flüssigkeit, die das Gehirn und das Rückenmark umgeben und schützen. Es erstreckt sich von den Knochen des Schädels, Gesichts und Mundes – dem Cranialen Anteil – bis zu den Beckenknochen – dem Sacralen Anteil.

Da dieses wichtige System die Entwicklung und Funktionsfähigkeit des Gehirns und Rückenmarks beeinflusst, können eventuell Probleme innerhalb dieses Systems zu einer Vielfalt von sensorischen, motorischen oder anderen neurologischen Symptome führen.

### **Methoden und Anwendungsgebiete:**

Die Cranio-Sacrale-Therapie ist eine sanfte manuelle Methode - mit einer leichten Berührung werden eventuelle Spannungen festgestellt und behandelt.

Dadurch werden die natürlichen Heilungsmechanismen des Körpers stimuliert, um damit die Motorik zu verbessern, die Beweglichkeit zu steigern, die negativen Auswirkungen von Stress entschwinden zu lassen, den Widerstand gegen Krankheiten zu stärken und die Gesundheit zu unterstützen.

## UNTERWASSERDRUCK- STRAHL-MASSAGE

Die Unterwasserdruckstrahlmassage ist eine Massage, die im Wannenbad mit Hilfe eines Wasserdruckstrahles durchgeführt wird.

### **Die Wirkung der UWM:**

- » Detonisierung der verspannten Muskulatur
- » Anregung des Gewebsstoffwechsels
- » Vegetativ- psychische Entspannung

### **Anwendungsgebiete**

- » bei verspannter Muskulatur
- » zur vegetativ-psychischen Entspannung
- » zur Schmerzlinderung
- » bei chron. Erkrankungen am Stützapparat
- » Nachbehandlung bei Frakturen
- » Nachbehandlung nach Bandscheiben-OP
- » Sportverletzungen
- » Arthrose





## ELEKTROTHERAPIE

**Elektrotherapeutische Therapieverfahren werden nach Anweisung des Arztes bei uns durchgeführt.**

Elektrotherapie im

- » niederfrequenten Bereich
- » mittelfrequenten Bereich
- » hochfrequenten Bereich

### Anwendungsgebiete

- » gesteuerte Muskelstimulation zur Verbesserung der Organfunktion
- » durchblutungsfördernd
- » reguliert Muskeltonus
- » Nervenstimulation



## HYDROELEKTRISCHES VOLLBAD

**Auch Stangerbad genannt.**

**Der Patient sitzt in einer mit Wasser gefüllten Wanne, dabei wird er von konstantem Gleichstrom (Galvanismus) durchflutet. Es handelt sich um eine Kombination aus einer elektrophysiologischen Anwendung mit einem Wärmereiz.**

### Anwendungsgebiete

- » bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises
- » periphere Durchblutungsstörungen
- » Osteoporose

## ULTRASCHALL-BEHANDLUNG

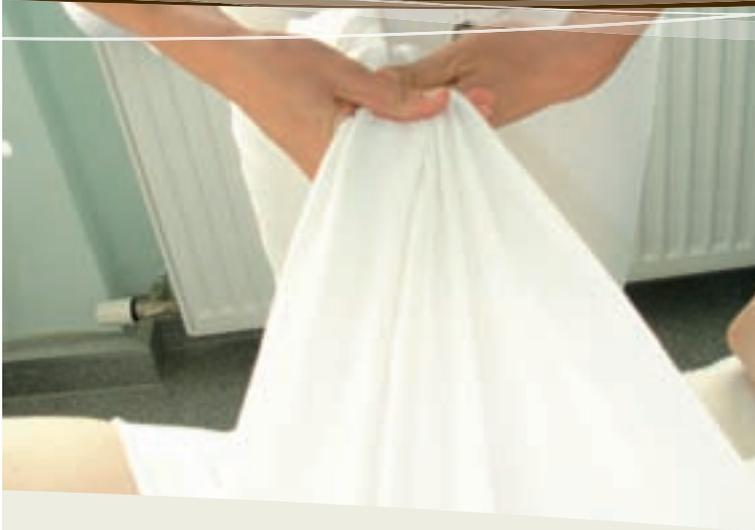
**Zur Behandlung wird ein Schallkopf auf die krankhafte Stelle gesetzt, der mittels Ultraschall Wärme im Körperinneren erzeugt.**

**Die Ultraschalltherapie ist ein medizinisches Verfahren zur Beschleunigung und Unterstützung von Selbstheilungsprozessen.**

Wirkung: schmerzlindernd, durchblutungsverbessernd und entkrampfend

### Indikationen

Arthrosen, Muskelschmerzen, Narbenschmerzen  
Sehnenentzündungen, Frakturen



## WICKEL

Mit den natürlichen Wirkstoffen aus der Natur: Senfmehl, Bockshornklee, Ingwer, Heilkräuter und Heilerde ...

... eine wahre Wohltat bei allen chron. Beschwerden an Gelenken

### Anwendungsgebiete

- » Arthrose im Kniegelenk
- » Arthrose im Schultergelenk
- » Arthrose in der Hüfte
- » Schmerzen an der Wirbelsäule
- » Durchblutungsstörungen

## HEILSAME ÖLWICKEL

Wir verwöhnen Sie mit speziellen Ölmixturen, u.a Rosmarin, Thymian, Eukalyptus, Minze, Johanniskraut, Melisse, ...

### Anwendungsgebiete

- » bei Nervosität
- » bei Nervenschmerzen
- » bei Muskelschmerzen, ...





## PACKUNGEN HEU, MOOR

**Heu fördert die Durchblutung, regt den Stoffwechsel an, löst Krämpfe und wirkt schmerzlindernd.**

### Anwendungsgebiete

- » Arthrose
- » Bronchitis
- » Verspannungen
- » Rückenbeschwerden

**Moor entkrampft, entgiftet und entschlackt, fördert den Abtransport von Stoffwechselendprodukten und mobilisiert die eigenen, natürlichen Abwehrkräfte.**

### Anwendungsgebiete

- » Chron. entzündliche Erkrankungen des Bewegungsapparates
- » Rheuma

## DAS HEU ALS „NATURHEILMITTEL“

**Schon Pfarrer Kneipp beschrieb in seinen Büchern die vielfältigen Anwendungen mit dem Naturheilmittel Heu. Besonders in Form von Heubädern, Heublumensäcken und Heublumenbädern.**

Unser Heu – reich an wertvollen Heilkräutern, wie Kamille, Johanneskraut, Schafgarbe, Ringelblumen, Spitz- und Bergwegerich und verschiedene Kleesorten – entwickelt nach dem Mähen einen besonderen, intensiven und angenehmen Heugeruch.

Der wohlriechende Stoff heißt „Kumarin“ und ist, neben den ätherischen Ölen und Gärstoffen, Kohlensäure, Milchsäure, Carotin (Pro Vitamin A) und Vitamin D, ein wichtiger Bestandteil des Heus.

Das Kumarin und die anderen Wirkstoffe dringen durch die Haut in den Körper ein und wirken dort sehr anregend auf das Bindegewebe und das vegetative Nervensystem. Kumarin wird auch als das „Opium der Naturheilkunde“ bezeichnet.



## MAGNETFELD- THERAPIE

**Da im Prinzip jedes Krankheitsbild auf eine Stoffwechsel- bzw. Durchblutungsstörung zurückzuführen ist, wird verständlich, weshalb Wissenschaftler davon ausgehen, dass beinahe bei allen Erkrankungen eine Magnetfeldtherapie angebracht ist. Schmerz ist nichts anderes als der Schrei des Gewebes nach fließender Energie – konkret: Magnetfeldern.**

Generell ist zu sagen, dass durch Magnetfeldtherapie der Stoffwechsel angeregt und die Durchblutung verbessert wird.

Die Körperzellen werden vermehrt mit Sauerstoff versorgt, körperbelastende Giftstoffe werden abtransportiert.

### Anwendungsgebiete

Arthritis, Arthrose, Bandscheibenschaden, Endoprothesenlockerung, chron. Gelenkschmerzen, chron. Schulterabnutzung, Hüftgelenkschmerzen, Hexenschuss, Ischias, Knochenbruch, Kreuzschmerzen, Morbus Bechterew, Muskelschwäche, Myositis, Ödeme der Beine, Osteoporose, postoperative Schmerzen, Polyarthritits, Rheumatismus, Stoffwechselstörungen, Tinnitus, Trigeminusneuralgie, Coxarthrose, Immunschwäche, Asthma, Blutarmut, Depression, Hautkrankheiten, usw.

## HYDRO – JET

**Eine Kombination der klassischen Massage mit der Unterwassertherapie. Sie werden dabei nicht nass.**

### Anwendungsgebiete

- » Reversible Funktionsstörung der WS
- » Subakute Lumbago (Hexenschuss)
- » Fibromyalgie (Muskel-Bindegewebs-Knochenschmerzen)
- » Psychovegetative Dystonie (Muskelprobleme)
- » Initiale Osteoporose (Knochenschwund)
- » Chron. Polyarthritits (Gelenksentzündung)
- » Muskuläre Übermüdung
- » Funktionsstörung der WS bei Patienten mit (medikamentöser) Gerinnungsstörung
- » Rückenschmerzen
- » Ermüdungserscheinungen
- » Überlastung, Stress
- » Verkrampfung
- » Überarbeitung
- » Muskelverspannungen
- » Gewebeschwäche
- » Nach einer Schwangerschaft
- » Bei Gewichtsreduzierung





## SEBASTIAN KNEIPP UND DIE HEILENDE KRAFT DES WASSERS.

**Die Geschichte von Pfarrer Sebastian Kneipp:** 1889 eröffneten die Franziskanerinnen von Reute in Biberach an der Riß im Jordanbad die erste ärztlich geleitete Kneipp'sche Wasserheilanstalt Deutschlands. Nach diesem Vorbild bildeten sich viele weitere Kneippkurorte.

**Ausschnitt aus dem Leben Kneipps**  
Kneipps tägliche Wasseranwendungen waren inzwischen zum festen Bestandteil seines Lebens geworden. Aber wie sollte er sie ausführen? In München fand er keine Möglichkeit, heimlich und unbemerkt in die Isar zu steigen. Freibäder gab es noch nicht, ein öffentliches Baden war zu jener Zeit absolut unvorstellbar. Da sah er zufällig den Gärtner, der mit dem Gießen der Blumen beschäftigt war, und das brachte ihn auf eine Idee. Abends vor dem Schlafengehen stellte er sich die gefüllte Gießkanne im Innenhof bereit. Und dann, mitten in der Nacht, wenn alles schlief, verabreichte Sebastian Kneipp sich seine Wasseranwendungen.

Nach und nach suchten viele Menschen Kneipps Hilfe, und er konnte gar nicht anders, als sie zu behandeln. Er brachte es nicht übers Herz, sie einfach wieder weg zu schicken.

Das brachte ihm so manchen Ärger ein! So wurde Kneipp nach Wörishofen versetzt, in der Hoffnung, dass er in dieser Einsamkeit kein Aufsehen mehr erregen würde. Die Bewohner des Dörfchens hätten sich wohl nie träumen lassen, was die Ankunft dieses Mannes für ihren Ort, für sie selbst, für ihre Zukunft und die Zukunft ihrer Nachfahren noch bedeuten würde. Kneipp machte sich sogleich ans Werk und brachte frischen Wind in das beschauliche Nest.

Am helllichten Tag liefen drei geistliche Herren (Kneipp, sein Vetter Funk und der gichtkranke Pfarrer von Kirchdorf) barfuss durch die feuchten Wiesen. Letzteres war zu damaliger Zeit eine Ungeheuerlichkeit – das ganze Dorf war außer sich! Immer mehr Kranke



# KNEIPPEN

standen täglich an der Klosterpforte. Auch den Bauern fiel auf, dass viele fremde Leute ins Dorf kamen. Im Jahr 1863 übertraf der Zulauf in Wörishofen alles bisher Dagewesene. Die Bevölkerung ärgerte sich wohl über die vielen „armen Schlucker“, doch gleichzeitig kamen auch immer mehr geistliche Herren in hoher Zahl und von großem Ansehen zum Kuren. Immer mehr vornehme und wohlhabende Leute kamen und nahmen Quartier im örtlichen Gasthof.

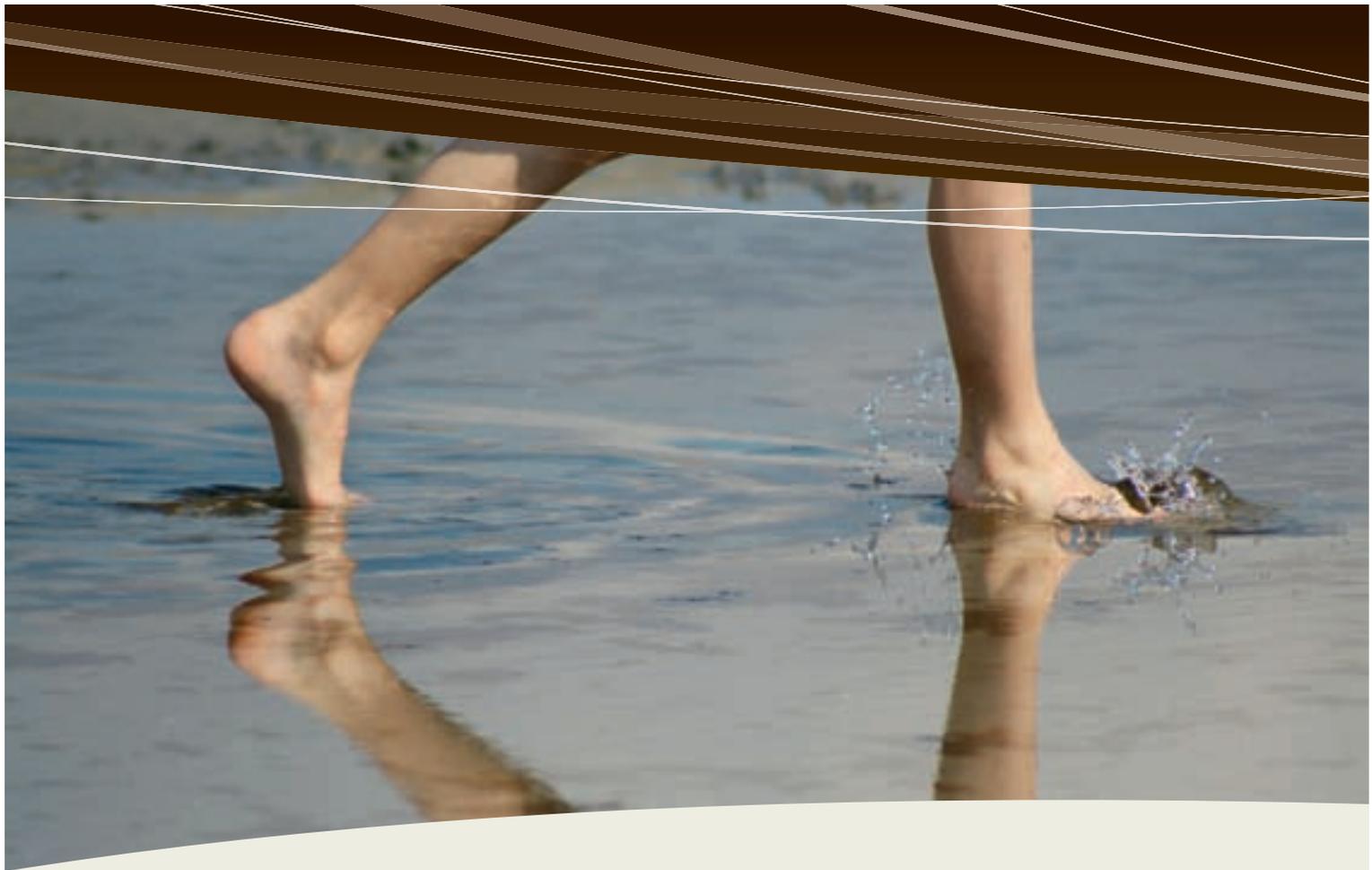
Je mehr (auch im Schlechten) über Kneipp geredet wurde, desto mehr Menschen zog es nach Wörishofen. Mittlerweile kamen nicht nur Kranke, sondern auch Neugierige, die einfach mal sehen wollten, ob denn all diese Geschichten von den Barfüßigen in Wörishofen stimmten. In den Zeitungen las man Schlagzeilen wie: „Feine Damen laufen barfuß in Wörishofen und zeigen vor aller Öffentlichkeit ihre nackten Beine.“ – Für die damalige Zeit ein Skandal.

## Die ersten „Kurahäuser“

Mittlerweile fuhr die Postkutsche vom Bahnhof Türkheim nach Wörishofen 5x täglich, bis aufs Dach voll gestopft mit Reisenden. Immer mehr Zeitgenossen wurden nun zu Anhängern und Unterstützern der Wasserkur, gehörten zum Kreis der „Getreuen“ Bader, Wörishofen war auf dem Weg zum Kurort.

Als im August 1889 insgesamt 4.000 Heilsuchende in Wörishofen versammelt waren, war dies der bisherige Rekord. Das kleine Dorf platzte aus allen Nähten. Die Betten in den Gasthäusern waren komplett belegt. Alle profitierten und machten gute Geschäfte. Sogar Heuböden wurden an die ärmeren Kneippgäste vermietet. Im Jahr 1893 zählte Wörishofen insgesamt 33.130 Kurgäste sowie über 100.000 „sonstige Zuläufer und Passanten“.

Die Kneipp-Medizin und Kneipp-Kur werden heute auch von der Schulmedizin anerkannt und als begleitende Therapie eingesetzt.



## KNEIPPEN BEI KIESL

**Die Kneipp-Kur begründet einen ganzheitlichen Ansatz der Naturmedizin, der auf fünf Säulen ruht:**

### **1. Hydrotherapie**

... nutzt in vielfältiger Weise die Heilkraft des Wassers. Die bekanntesten Anwendungen sind Güsse und Wassertreten.

### **2. Ernährungstherapie**

... stellt vielseitige Vollwertkost in den Vordergrund.

### **3. Bewegungstherapie**

... aktiviert den Körper und die Organe. Dabei soll auf einengende Kleidung verzichtet werden. Als intensive Form der Bewegung und sanfte Abhärtungsmethode hat Kneipp das barfuß laufen empfohlen.

### **4. Phytotherapie**

... nutzt die Möglichkeiten der Heilpflanzen.

### **5. Ordnungstherapie**

... mit dieser Therapie hat Kneipp schließlich den Weg zu einer bewussten und die Gesundheit erhaltenden Lebensführung beschrieben.



## INDIKATIONEN

**Die zahlreichen Kneipp-Anwendungen – von unserem Institutsarzt auf den Gast sorgfältig abgestimmt – bewähren sich zur Behandlung vieler Beschwerden und Erkrankungen.**

### **Präventionskur**

Leistungssteigerung, Stärkung der Abwehrkräfte, Stressbewältigung

### **Erkrankungen des Bewegungsapparates**

Abnützungerscheinungen an der Wirbelsäule, den Gelenken, den Gelenkscapseln, Bändern und Sehnen, rheumatische Erkrankungen, krankhafter Spannungszustand der Muskulatur

### **Nervöse Funktionsstörungen**

Migräne, neurovegetative Regulationsstörungen, Schlafstörungen, Kräftigung nach Operationen

### **Herz- und Kreislauferkrankungen**

Bluthochdruck, Kreislaufstörungen bei zu niedrigem Blutdruck, Durchblutungsstörungen, Venenerkrankungen

### **Erkrankungen der Atemwege**

Akute und chronische Bronchitis, Aufbau nach Lungenentzündung



# GÜSSE



## KALTE, WARME ODER WECHSELWARME

Tun Sie Körper, Geist & Seele etwas richtig Gutes! Sie werden als kalte, warme oder wechselwarme Knie-, Schenkel-, Unter-, Brust-, Ober-, Rücken-, Voll-, Nacken-, und Gesichtsguss eingesetzt.

### **Anwendungsgebiete:**

Durchblutung, Verspannungen

### **Unter den therapeutischen Gussbehandlungen versteht man ...**

Behandlungsmethoden der Hydrotherapie, die sich einen Temperaturreiz zu Nutze machen, um den Wärmehaushalt des Körpers wieder in ein Gleichgewicht zu bringen.

Durch Wärme- oder Kältereize soll das vegetative Nervensystem angesprochen werden. Dabei gilt als Grundprinzip: Soviel Wärme wie nötig, soviel Kälte wie möglich.

### **Die Arten der therapeutischen Gussbehandlungen ...**

kann man einerseits nach der Art der Durchführung unterscheiden:

#### **Druckstrahlgüsse / Blitzstrahlgüsse**

Bei den Druckstrahlgüssen wird der Wasserstrahl mit mittlerem oder starkem Druck (bis 3 Bar) auf den Körper bzw. die zu behandelnden Teilregionen gerichtet.

Druckstrahlgüsse mit mittlerem Druck  
(0,5 - 1 Bar (50-100 kPa))

Druckstrahlgüsse mit hohem Druck  
(1 - 3 Bar (100 - 300 kPa))

### **Kneippsche Güsse / Flachgüsse**

Bei Flachgüssen wird im Gegensatz zu den Druckstrahlgüssen der Wasserstrahl nur mit geringem Druck auf den Körper bzw. Teilregionen gerichtet.

**Neben dieser Unterscheidung differenziert man nach den Körperregionen, auf die die Gussbehandlung angewendet wird:**

Schenkelgüsse, Armgüsse, Oberguss, Vollguss, Rückenguss, Nackenguss

**Neben diesen Differenzierungen kann man die Güsse auch nach der Temperatur unterscheiden:**

kalte Güsse: (bis ca. 18 ° C Wassertemperatur), warme Güsse: (zwischen 18 - 22 ° C Wassertemperatur), heiße Güsse: (zwischen 36 - 43 ° C Wassertemperatur), wechselwarme Güsse: (zunächst 36 - 38 ° C, dann 18 ° C Wassertemperatur), ansteigende Güsse: (von anfangs 30 ° C bis ca. 43 ° C Wassertemperatur)

### **Die Anwendungsgebiete ...**

der Güsse sind abhängig von der Temperatur und der Stärke, mit der das Wasser auf die einzelnen Körperregionen gerichtet wird.

### **Beispiele:**

- » Ansteigende Güsse oder heiße Rücken-, Nacken- und Lumbalgüsse lösen Verspannungen.
- » Kalte Güsse dienen der Abhärtung bzw. Verbesserung der Durchblutung.



## KNIEGUSS

### Wirkung

kreislaufanregend auf Organe des kleinen Beckens, weibl. und männl. Geschlechtsorgane

### Indikation

gehäufte Urindrang, Blasenschwäche, Bettnässe, Kolitis, Hämorrhoiden, kalte Füße, örtliche Entzündungen der Haut, Venen, Muskulatur, Sehnen, Sehnenscheiden, Gelenke, akuter Gichtanfall, Krampfadern, Lähmungen, Abhärtung, Kopfschmerz, Migräne, Augenentzündungen, Neuralgie, Katarrhe (Schnupfen, Pharyngitis), Bronchitis, Pfortaderstauung, Lungenstauung

## SCHENKELGUSS

### Wirkung

Kreislauf wird lokal angeregt, Regulierung gestörter Zirkulation

### Indikation

Krampfadern, Muskelrheumatismus und Lähmungen der Extremitäten, Koxalgie, aktivierte Koxarthrose, Gesäßmyogelosen

## UNTERGUSS

... für Unterleib und Beine

### Wirkung

Stauungszustände in Magen-Darmbereich

### Indikation

Hyperazidität, Spasmen der Magen-Darmmuskulatur, Meteorismus, Gallenblasenvergrößerung, Gries- und Steinbildung, Diabetes mellitus



## ARMGUSS

### Wirkung

Kreislaufanregung der Arme, Ableitung, anregende Wirkung auf das Herz (Puls wird gleichmäßig, Herzmuskelkraft verbessert, Atmung tiefer und voller)

### Indikation

kalte Hände, marmorierte Haut, rheumatische Beschwerden in den Armen, nervöse Störungen (Schreibkrampf), Neuralgie und Lähmungen, nervöse und organische Herzstörungen, Stauungsvorgänge am Kopf und Hals (Druck-Schwindelgefühl, Kopfschmerzen), Schleimhautkatarrhe von Hals und Nase

## RÜCKENGUSS

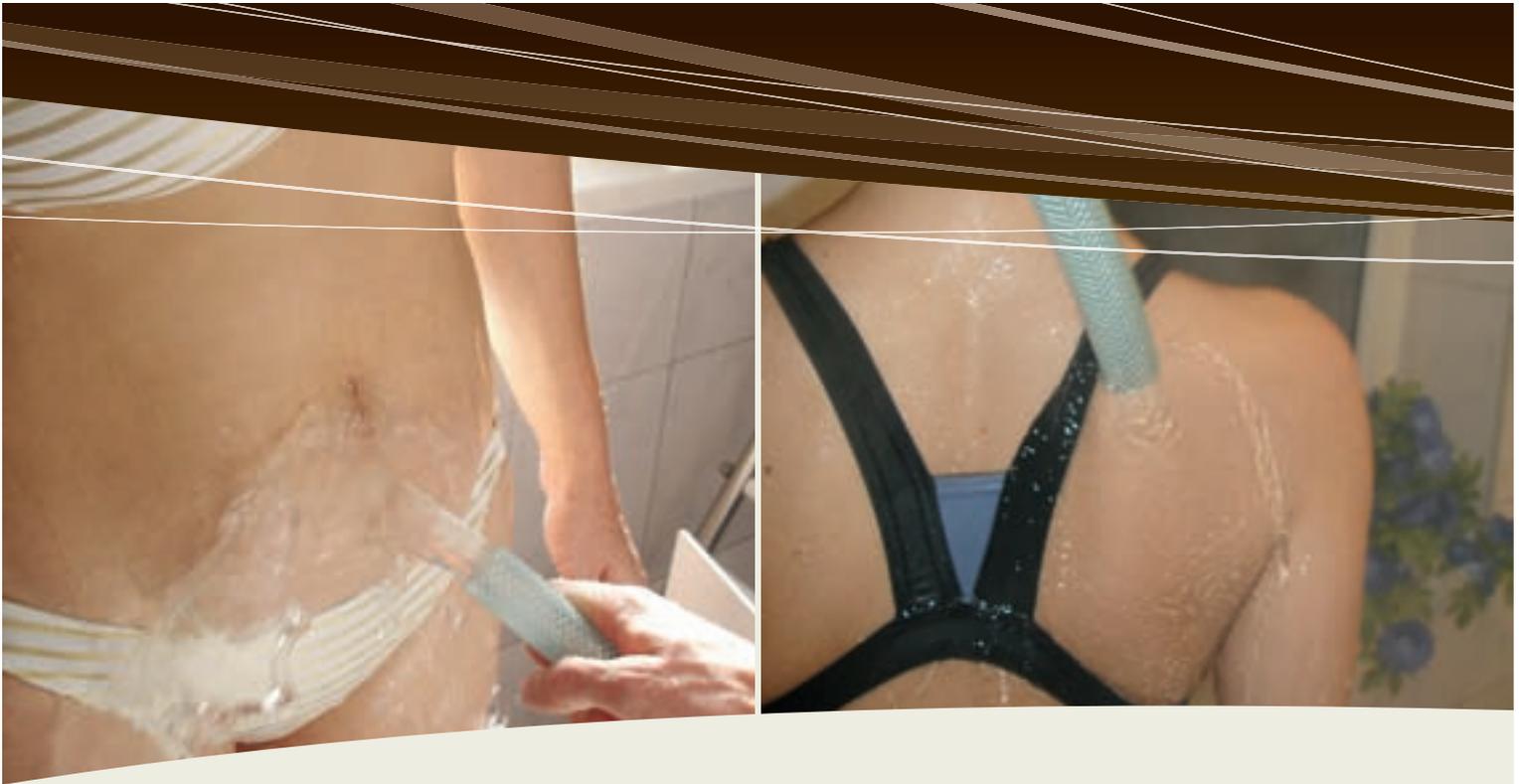
### Wirkung

Verbesserte Durchblutung des Rückens und des Rückenmarks regt die Atmung sowie die Tätigkeit von Herz und Baueingeweiden an.

### Indikation

Schwäche der Rückenmuskulatur, Skoliosen, Rückenschmerzen bei pondylosis deformans, Rückenmarkserkrankungen, Encephalomyelitis disseminata („Multiples Sklerose“), Bronchialasthma (fördert Auswurf), bei fast allen Lungenerkrankungen wohltuend und erleichternd, Adipositas: regt Stoffwechsel stark an





## OBERGUSS

... für Oberkörper und Arme

### **Wirkung:**

verbesserte Durchblutung der Thoraxorgane (Lunge-Rippenfell-Herz), ableitende Wirkung

### **Indikation:**

Abhärtungsmittel, Neigung zu Katarrhen der oberen Luftwege, akute und chron. Bronchitis (nicht bei Frösteln verabreichen!), Asthma bronchiale und Emphysem, fördert das Abhusten, Schmerzlinderung bei Pleuraschwartenbildung, Kehlkopf- und Stimmbänderkrankungen, Anregung der Herz- und Atemtätigkeit, Kopfschmerzen, Benommenheit und nervöse Störungen der Beine und des Bauchraumes.

## VOLLGUSS

### **Wirkung**

allgemein kräftigend, aufbauend und stärkend

nur bei gutem Allgemeinbefinden nach vorherigen kleinen Güssen

### **Indikation**

Adipositas, Abhärtung, Nervenberuhigung nach geistiger Tätigkeit

## NACKENGUSS

### **Wirkung**

heilsame Durchblutung und Entkrampfung für Kopf, Nacken und Schultergürtel

### **Indikation**

vasomotorischer Kopfschmerz, Migräne, Kopfschmerz bei Muskelverspannungen im Schulter- und Nackenbereich, Zervikobrachi-alsyndrom, Epikondyalgie, Plyarthrosen der Hand- und Fingergelenke, Vertigo und Tinnitus, Wetterfühligkeit, depressive Stimmungslagen.



## GESICHTSGUSS

### Wirkung

regt Durchblutung von Gesichts- und Kopfschleimhaut an, strafft schlaffe Haut (Schönheitsguss)

### Indikation

Gesichtsneuralgien, Migräne, Erschöpfung, Augenmüdigkeit nach z.B. längerem Lesen

## WASSERTRETEN

### Wirkung

Abhärtung (ähnliche Wirkung wie Knieguss), Ableitung zu den Füßen

### Indikation

Hämorrhoiden (abends anwenden), Angina pectoris vasomotorica, Angstneurose (abends anwenden), chronisch kalte Füße, Hypotonie



# RÜCKEN- THERAPIE MIT KRAFT-TRAINING

DAS RÜCKENZENTRUM KIESL IM KAMPF  
GEGEN EINE VOLKSKRANKHEIT.

IHR WOHLBEFINDEN IST UNSER ZIEL!



Ungleichgewichte im muskulären System sind Bestandteil nahezu jedes Rücken- oder Gelenkproblems.

Optimal auf den jeweiligen Beschwerdezustand abgestimmte Übung verbessert die Koordination, löst Verspannung und stabilisiert. In weiteren Schritten werden sowohl das Körperbewusstsein geschult, als auch die Körperhaltung verbessert.

Das individuelle Trainingsprogramm wird nach anatomisch-physiologischen Grundlagen aufgebaut, d.h., für jeden Teilnehmer werden geeignete Übungsformen erstellt. Um eine kontinuierliche Verbesserung der Leistungsfähigkeit zu erreichen, müssen beständig

weitere Bewegungsreize gesetzt werden. Daher ist klar, dass ein einmaliges Training pro Woche nicht von nennenswertem Erfolg sein wird.

**2-3 Trainingseinheiten pro Woche** können als ausreichend bewertet werden.

Vor allem der Nicht-Sportler muss erkennen, dass nur durch **regelmäßiges Training** eine Verbesserung seiner Leistungsfähigkeit erzielt werden kann.

Durch die besondere Effektivität des Rücken- und Gelenktrainings können häufig schon nach kurzer Zeit das Kraftniveau verbessert und eine erhebliche funktionelle Stabilität mit nachlassenden Schmerzen erreicht werden.



# UNSERE SPEZIAL- ANGEBOTE

## DAS KNEIPP- SCHNUPPERPAKET

Kneippen stärkt und festigt die Gesundheit. Neben dem Herzstück der Kneipp-Kur, der Wassertherapie (wohlig warm und erfrischend) kombiniert mit der Anwendung von Heilkräutern, liegt besonderer Wert auf einer ausgewogenen, gesunden Ernährung und Bewegung. Kneippen - ein sinnvoller Weg zu einem gesunden und harmonischen Leben.

### Leistungen:

- 2 Heilmassagen
- alle vom Arzt verordneten Kneippanwendungen, wie z.B regenerierende Kräuterbäder, heilende Güsse, ...
- 2 EH Gruppengymnastik
- ... und alle Annehmlichkeiten des Hauses

## DIE KNEIPP- WOHLFÜHLTAGE

Kneippen beugt auch Krankheiten vor und ist somit eine Alternative mit Zukunft! Es lohnt sich, die Natürlichkeit der Kneipp-Anwendungen kennen zu lernen und ihre wohltuende Wirkung zu spüren.

### Leistungen:

- 2 Heilmassagen
- Wohlfühlknieguss
- Wohlfühlrückenguss
- 2 EH Gruppengymnastik

## 3 X ENERGIE TANKEN

### Leistungen:

- 3 entspannende Heilmassagen
- 3 regenerierende Kräuterpackungen
- 3 x erholsames Hydro-Jetten

## 6 TAGE NUR FÜR MICH

### Leistungen:

- 6 Heilmassagen
- 2 Wohlfühlkniegüsse
- 2 Wohlfühlrückengüsse
- 2 Wohlfühlarmgüsse
- 3 EH Gruppengymnastik

**Preise und weitere Angebote aus unserem großen Leistungsspektrum erhalten Sie auf Anfrage.**



# SOLARIUM

SONNE -  
UND NUR NOCH TRÄUMEN

## **Ergoline 500 Solarium**

- » attraktive, gesunde Bräune
- » Osteoporose - Prophylaxe
- » Regeneration für Haut, Hormone  
und Immunsystem
- » Pflegeprodukte





Frau **Hanne Marquardt**, Gründerin der ersten Ausbildungsstätte für „Reflexzonenbehandlung am Fuß“ in Deutschland (1960). Hier im Gespräch mit Gerda Kiesl über Therapieansätze bei Patienten.

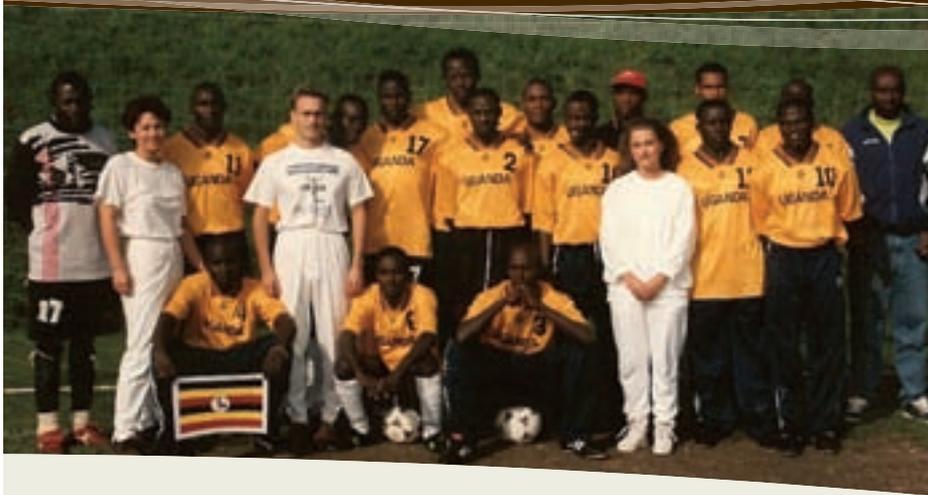


Das Institut Kiesl legt größten Wert auf **med.-therapeutische Weiterbildung**.

Zu unserer Qualitätssicherung gehört ständiges **firmeninternes Training** mit unserem Physiotherapeuten Harald.

Als Lehrbeauftragte für Heilmassage demonstriert Gerda Kiesl ihren Schülern am Skelett den **Ablauf einer Behandlung**.





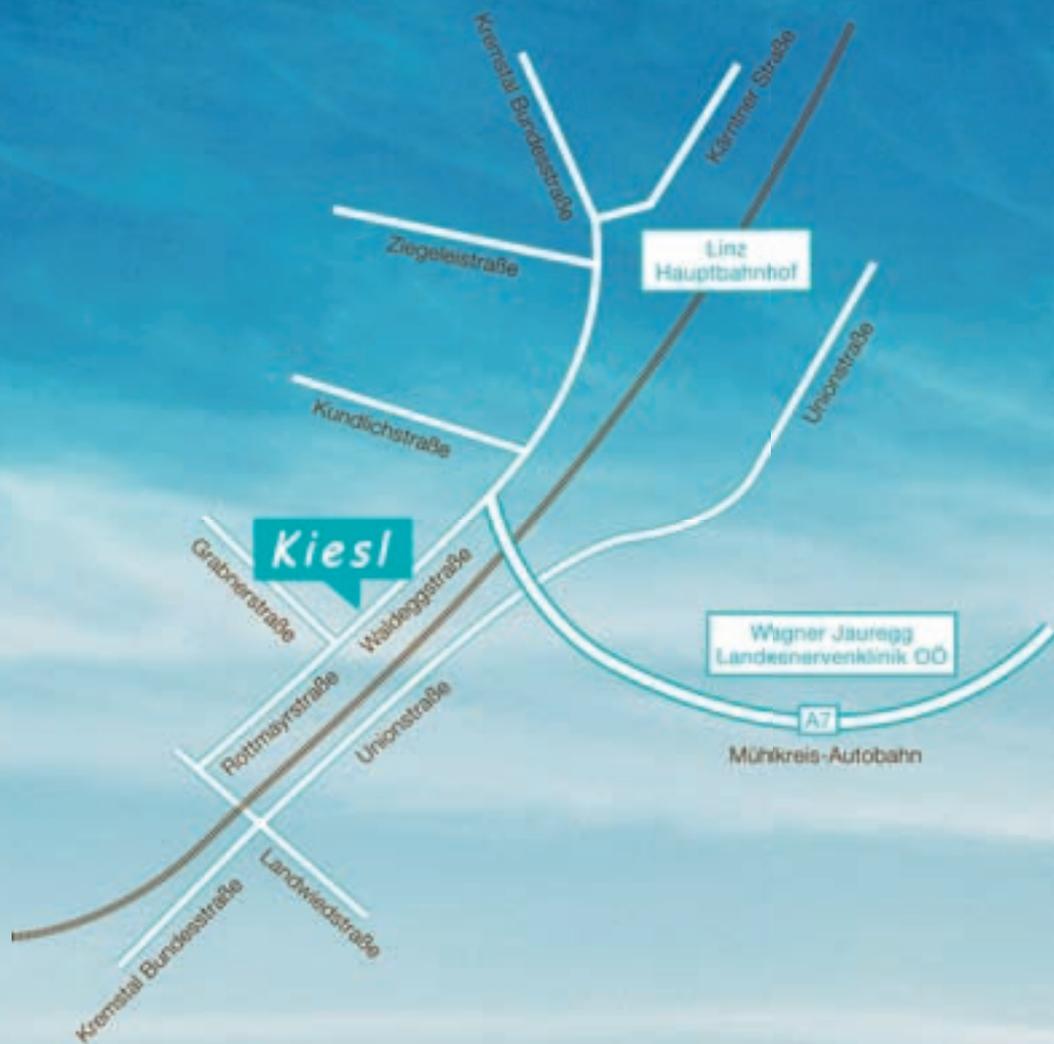
Gerda Kiesel betreute erfolgreich mit ihren Mitarbeitern das **Nationalteam von Uganda**, während ihres Trainingsaufenthaltes in Österreich

Ein **kräftiger Beckenboden** ist goldes Wert – unsere Damen sind eifrig am Trainieren. Ein Tabu-Thema bei Männern, aber nicht mehr bei uns – auch unsere Herren sind sehr interessiert an den Übungen.

## GESUNDHEIT VERSCHENKEN GUTSCHEIN

Machen Sie jemandem eine Freude und verschenken Sie einen Gesundheits-Gutschein von Kiesel - dem Fachinstitut für Heilmassage.





4020 Linz, Waldeggstraße 114  
(neben GH zur Schießhalle)  
Tel.: +43 (0) 732 - 66 80 60  
E-Mail: [naturheilmassage.kiesel@aon.at](mailto:naturheilmassage.kiesel@aon.at)  
[www.naturheilmassage-kiesel.at](http://www.naturheilmassage-kiesel.at)

**Öffnungszeiten:**  
Montag bis Freitag:  
8 bis 18 Uhr  
und nach Vereinbarung

**Gerda Kiesel**  
Fachinstitut für Heilmassagen