

## Tabelle zu den Wirkungsweisen von Massagen

Neben diversen Becken mit Thermal- und Solewasser sowie Saunalandschaften werden in Thermen und Thermalbädern in aller Regel auch unterschiedliche Massagen angeboten. Die theoretischen Grundlagen und die Behandlungstheorien variieren dabei je nach Massageart deutlich und auch die Wirkungsweisen können höchst unterschiedlich ausfallen.

Hinzu kommt, dass nicht alle Wirkungsweisen tatsächlich nachgewiesen sind, sondern es eine mindestens genauso große Anzahl an nur vermuteten Wirkungsweisen auf den menschlichen Körper gibt.

Die nachfolgende Grafik fasst daher nur die wichtigsten Wirkungsweisen von Massagen zusammen, die unabhängig von der konkreten Massageart zu beobachten sind.

