

## Samenvatting en interpretatie

De studie had tot doel na te gaan of het gebruik van de hhp massagetafel invloed heeft op het welzijn van mensen. Gezien de bereikte resultaten kan de vraag of het gebruik een positieve invloed had op het welzijn van de testpersonen, resoluut met ja worden beantwoord.

Het werd ook bewezen dat mannen en vrouwen niet overmatig verschillend oordeelden over de verbetering van het welzijn. Vermeldenswaard is dat de waarde die voordien/nadien bij het derde item "Hoe ontspannen bent u?" werd gegeven, bij de totale steekproef tot **153 %** was gestegen. Dat is vooral interessant tegen de achtergrond dat de meeste mensen in onze prestatiegerichte maatschappij de kennis van het "ontspannen" verloren lijken te hebben. Het "gespannen zijn" wordt dagelijkse kost, waardoor een vicieuze cirkel ontstaat: door spanningen ontstaat pijn, zonder dat meteen lichamelijke oorzaken kunnen gevonden worden. De pijnverwerking leidt dan weer tot veranderingen op lange termijn en kan bij mislukkingen leiden tot chronische aandoeningen. Het gaat hierbij om zowel lichamelijke als emotionele (onzekerheid, depressie, angst) of socio-economische (minder sociale contacten, beperkter in staat om te werken) veranderingen. En precies op dit punt bewijst de studie het potentieel van de tafel: **ze helpt de mensen te ontspannen.**

## Conclusie

**De tafel is - zoals meermaals werd bewezen - niet alleen bruikbaar voor de revalidatie, maar is ook voor preventie een belangrijk instrument. Zelfs na eenmalig gebruik ondervindt men een duidelijke verbetering van het welzijn. De erg efficiënte en snelle ontspanning, die optreedt bij het gebruik van de massagetafel, is bewezen.**

## Studie over de invloed van de hhp massagetafel op het welzijn

<b>Periode:</b>	14 maart 2005 tot 9 april 2005
<b>Plaats:</b>	Fitness Company, Karlsruhe Postgalerie
<b>Studiedeelnemers:</b>	629 Testpersonen

<b>Begeleiding:</b>	Prof. Dr. Alexander Woll
---------------------	--------------------------

### Uitvoering:

Markus Graf, B.A.	Peter Ewig, B.A.
Bahnhofstr. 44	Alte Karlsruher Str. 27
76137 Karlsruhe	76227 Karlsruhe
MarkusGraf2001@aol.com	peterewig@gmx.de

### Doel van de studie:

De studie had tot doel een antwoord te vinden op de vraag of het gebruik van de hhp massagetafel bij personen zonder speciaal gedefinieerd ziektebeeld tot een verbetering van het welzijn leidt.

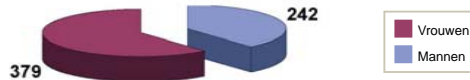
## Resultaten

### Opmerking vooraf

Bij deze studie is niet alleen het aantal testpersonen, maar ook het aantal interventies van belang. De reden hiervoor is dat de studie werd uitgevoerd aan de hand van een welzijnsvragenlijst. Vragen over het welzijn kunnen ook bij dezelfde personen van dag tot dag verschillende resultaten opleveren. De vragenlijsten zijn met SPSS geëvalueerd. Daarbij werden de gegevens van de personen voor de interventie vergeleken met de gegevens van de personen na de interventie. Dit gebeurde door het vergelijken van de gemiddelde waarden van de verschillende items voordien/nadien.

### Evaluatie

In de periode van 14 maart tot 9 april werden in totaal 629 interventies uitgevoerd. Dit gebeurde 242 keer bij mannen (38,5 %) en 379 keer bij vrouwen (60,3 %) (rest 8 = ontbrekende gegevens, komt overeen met 1,2 %).



Abt. 1.: Verdeling van de steekproef over mannen en vrouwen (N = 621)  
Vergelijking van de gemiddelden van de totale studie

### De volgende gemiddelden kwamen voor bij de vier vragen voordien:

	Gemiddelde	Standaard afwijking
Heeft u pijn?	7,494	2,609
Beweeglijkheid van de wervelkolom?	6,663	2,139
Hoe ontspannen bent u?	5,521	2,346
Ik voel me prima!	6,720	2,276

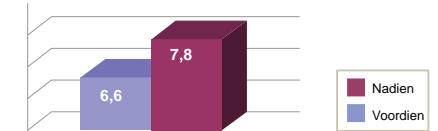
### De volgende gemiddelden kwamen voor bij de vier vragen nadien:

	Gemiddelde	Standaard afwijking
Heeft u pijn?	8,568	2,001
Beweeglijkheid van de wervelkolom?	7,863	1,849
Hoe ontspannen bent u?	8,458	1,668
Ik voel me prima!	8,684	1,583

### 1. Beweglijkheid van de wervelkolom

Hier steeg het gemiddelde van 6,66 voordien (N = 628) tot 7,86 nadien (N = 626), wat een stijging met 1,2 of een stijging tot 118% betekent.

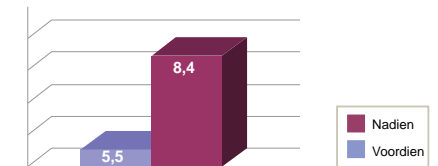
**Fazit: de beweeglijkheid van de wervelkolom verbetert al na de eerste toepassing.**



### 2. Hoe ontspannen bent u?

Hier steeg het gemiddelde van 5,52 voordien (N = 627) met 2,94 tot 8,46 nadien (N = 626), wat een stijging tot 153% betekent.

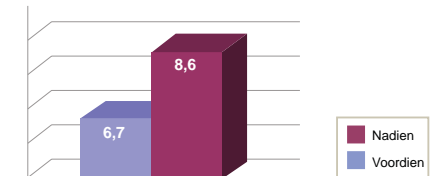
**Conclusie: de hhp massagetafel helpt de gebruiker erg snel een gezonde ontspannen toestand te bereiken.**



### 3. Ik voel me prima!

Hier steeg het gemiddelde van 6,72 voordien (N = 628) tot 8,68 nadien (N = 625), wat een verbetering van 1,96 of een stijging tot 129% betekent.

**Conclusie: meteen na het eerste gebruik ervaart de patiënt een aangenaam welzijnsgevoel.**



### 4. Heeft u pijn?

Opvallend is de verandering in categorie 5: voordien vielen slechts 47,2 % (komt overeen met 294 gegevens voordien bij deze vraag met N = 623), daarna waren het er 68,8 % (komt overeen met 426 gegevens nadien bij deze vraag met N = 619). In het schema is duidelijk een positieve verschuiving zichtbaar.

**Conclusie: patiënten met pijn voelen na de toepassing meteen verlichting.**

