

Résumé et interprétation

L'étude avait pour but de déterminer si l'utilisation de la table de massage HHP possédait des répercussions sur le bien-être des personnes. Au vu des résultats obtenus, on peut répondre à cette question par l'affirmative : l'utilisation de la table de massage a un effet positif sur le bien-être des personnes ayant participé à l'étude.

On peut également constater que, sur le plan de l'amélioration du bien-être, la différence entre hommes et femmes n'est pas fortuite. Il ressort en particulier de cette étude que la valeur avant/après pour la troisième question "Vous sentez-vous détendu ?" a augmenté de **153 %** pour l'ensemble de l'échantillon. Il est surtout intéressant de considérer en arrière-plan de cette étude que, dans notre société axée sur les résultats, la plupart des gens semblent avoir perdu la capacité à se "détendre". Les "tensions" deviennent quotidiennes et provoquent une réaction en chaîne "infernale" : Les tensions donnent naissance à des maux qui n'ont pas réellement de causes pathologiques. Le traitement de la douleur présente des effets à long terme et peut même conduire à des affections chroniques en cas d'échec. On peut citer par exemple des effets psychologiques (incertitude, dépression, angoisse) ou socioéconomiques (réduction des contacts sociaux, diminution de la capacité de travail). Et c'est exactement sur ce point que porte notre étude relative aux possibilités de la table de massage : **Elle aide les gens à se détendre.**

Bilan

La table de massage ne constitue pas seulement, comme démontré à maintes reprises, un outil de rééducation. C'est aussi un important allié dans le domaine de la prévention. Après une seule utilisation, elle conduit déjà à une augmentation nette du bien-être. Il est prouvé que l'utilisation de la table de massage induit une relaxation extrêmement rapide et efficace.

Etude de l'effet de la table de massage HHP sur le bien-être

Durée de l'étude : 14. mars 2005 au 09. avril 2005
Lieu de l'étude : Fitness Company, Karlsruhe Postgalerie
Nombre de participants : 629 personnes

Tuteur : Prof. Dr. Alexander Woll

Exécution :

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

But de l'étude:

L'étude avait pour but d'élucider la question : "l'utilisation de la table de massage HHP chez des personnes sans tableau clinique spécialement défini conduit-elle à une amélioration du bien-être ?"

Résultats

Remarque préliminaire

Dans cette étude, on ne s'intéresse non pas au nombre de personnes testées mais au nombre d'interventions. Ce choix repose sur le fait que l'étude est menée à l'aide d'un questionnaire relatif au bien-être. De plus, les réponses, par une même personne, aux questions relatives au bien-être peuvent varier d'un jour à l'autre. Les résultats des questionnaires sont interprétés à l'aide de SPSS. Les réponses fournies par les personnes avant l'intervention sont comparées aux réponses données par ces personnes après l'intervention. Pour cela, on compare la valeur moyenne des réponses à chaque question avant et après l'intervention.

Le tableau ci-après présente les valeurs moyennes pour les réponses fournies aux 4 questions **avant** l'intervention:

	Valeur moyenne	Ecart-type
Ressentez-vous de la douleur ?	7,494	2,609
Mobilité de la colonne vertébrale	6,663	2,139
Etes-vous détendu ?	5,521	2,346
Je me sens bien !	6,720	2,276

Valeurs moyennes pour les réponses fournies aux quatre questions **après** l'intervention:

	Valeur moyenne	Ecart-type
Ressentez-vous de la douleur ?	8,568	2,001
Mobilité de la colonne vertébrale	7,863	1,849
Etes-vous détendu ?	8,458	1,668
Je me sens bien !	8,684	1,583

Interprétation

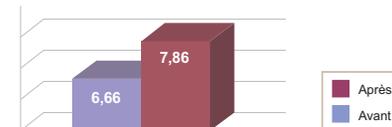
Au total, dans la période du 14 mars au 9 avril, 629 interventions ont été pratiquées. 242 interventions (38,5%) ont été effectuées chez des hommes, 379 chez des femmes (60,3 %) (Reste 8 = Données manquantes; ce qui représente 1,2 %).



1. Mobilité de la colonne vertébrale

Au cours de cette étude, la valeur moyenne augmente de 6,66, avant (N = 628), à 7,86, après (N = 626), ce qui représente une augmentation de **1,2** soit de **118%**.

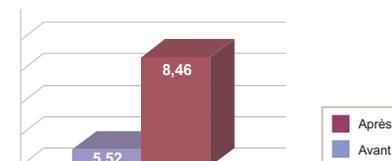
Bilan : La mobilité de la colonne vertébrale s'améliore dès la première intervention.



2. Etes-vous détendu ?

La valeur moyenne avant (N = 627) augmente de 2,94 pour atteindre 8,46 après (N = 626). Cela reflète une amélioration du bien-être de **153%**.

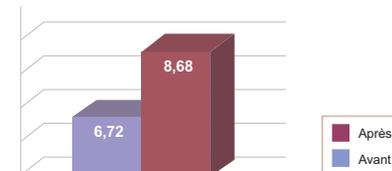
Bilan : La table de massage HHP aide les utilisateurs à atteindre très rapidement un état de relaxation bénéfique.



3. Je me sens bien!

La valeur moyenne avant l'intervention s'élevait à 6,72 (N = 628), après l'intervention elle atteignait 8,68 (N = 625). Cela représente une amélioration de **1,96** soit de **129%**.

Bilan : Dès la première utilisation, le patient éprouve une agréable sensation de bien-être.



4. Ressentez-vous de la douleur ?

En ce qui concerne la catégorie cinq, le changement est frappant : Avant l'intervention, seulement 47,2% des personnes interrogées ont répondu par la négative (294 réponses négatives à cette question pour N = 623), tandis qu'après l'intervention à 68,8 % avaient répondu par la négative (426 réponses négatives pour à cette question pour N = 619). Le diagramme illustre clairement le déplacement vers les réponses positives.

Bilan : Les patients qui souffrent ressentent un soulagement immédiat après l'intervention.

