

Honigmassage – wichtige Hinweise und Kontraindikationen

Die Honigmassage ist eine kräftige Bindegewebe- und Entgiftungsmassage mit naturreinem Honig. Sie wirkt stark durchblutungsfördernd und kann den Kreislauf anregen. Bitte lies die folgenden Hinweise sorgfältig durch.



Wann darf keine Honigmassage durchgeführt werden?

- Bekannter Allergie gegen Honig, Propolis oder andere Bienenprodukte.
- Akuten Infektionskrankheiten (z.B. Grippe, fieberhafte Infekte).
- Offenen Wunden, frischen Operationsnarben, akuten Ekzemen, stark entzündlichen Hauterkrankungen oder unklaren Hautausschlägen im Behandlungsgebiet.
- Inneren Blutungen oder bekannter Blutungsneigung (z.B. Gerinnungsstörungen, frische Hämatome).
- Tumorerkrankungen, insbesondere im zu behandelnden Bereich (nur nach ärztlicher Rücksprache).
- Akuten schweren Herz-Kreislauf-Erkrankungen (z.B. frischer Herzinfarkt, akuter Schlaganfall).
- Thrombosen oder ausgeprägten Venenerkrankungen im Behandlungsgebiet.
- Nicht eingestelltem, stark erhöhtem Blutdruck.
- Schwangerschaft (nur nach ärztlicher Rücksprache).
- Einnahme starker Blutverdünner (z.B. Marcumar/DOAKs) ohne ärztliche Abklärung.

Besondere Vorsicht ist nötig bei

- Sehr empfindlicher, zu Blutergüssen neigender Haut.
- Geringer Schmerztoleranz (die Zupftechnik kann als intensiv bis schmerzhaft empfunden werden).
- Stark behaarten Regionen (hier wird eher von der Honigmassage abgeraten, da die Technik sehr unangenehm sein kann).

In diesen Fällen wird individuell entschieden, ob die Honigmassage geeignet ist.

Während und nach der Behandlung

- Melde sofort, wenn starke Schmerzen, Brennen, Schwindel, Übelkeit oder Atembeschwerden auftreten.
- Bei anhaltender starker Rötung, Schwellung, Quaddeln oder Juckreiz nach der Massage such bitte ärztlichen Rat.

Die Honigmassage ersetzt keine medizinische Behandlung. Bei gesundheitlichen Beschwerden wende dich bitte immer zuerst an deine Ärztin oder deinen Arzt.