



OptimeVale

Massage & Rehab

Besöksadress: Artillerigatan 95 115 30 Stockholm
www.optimevale.se

Lite historia

Massage är en gammal manuell behandlingmetod där musklerna bearbetas med händerna genom mekanisk bearbetning. Massage i olika former förekommer i de flesta kulturer och härstammar bl a från Kina, Indien, det gamla Grekland och Romarriket. I Egypten användes massage 3.000 år före Kristus liksom i sumerriket bortemot 4.000 år före Kristus.

Massageliknande tekniker omnämns första gången i Nei Ching, som är världens äldsta medicinska verk, skrivet år 2598 f Kr. Greken Hippokrates, läkekonstens fader (400 år f Kr), utarbetade bland annat regler för hur massagen skulle tillämpas.

Per-Henrik Ling (1776-1839) startade i början på 1800-talet massagens utveckling och användning i det svenska samhället. Inom Lings sjukgymnastik intog massagen en dominerande plats då Ling menade att man kunde behandla de flesta organ i kroppen med massage (lungor, hjärta, mage, tarmar m fl inre organ) och inte bara besvär i rörelseapparaten.

Källa: Branschrådet Svensk Massage & Axelsons Gymnastiska Institut