

2.österreichische REIKI Studie

**durchgeführt von Mitgliedern
des
SHAMBHALA REIKI® Vereins**

1. Gegenstand der Studie

- Chronische Schmerzen im Bereich des Bewegungsapparates mitausgelöst durch beruflichen Stress
- durchschnittliche Dauer der Schmerzen ca. 10 Jahre (1 – 30 Jahre)
- häufigsten Krankenstandsursachen im Berufsleben

2. Ziel und Design der Studie

- **Hypothese der Studie:**
- Reiki wirkt verbessernd bei chronischen Schmerzen am Bewegungsapparat mitausgelöst durch Stress am Arbeitsplatz
- **Art der Studie:**
- Erhebung, Evaluierung und Dokumentation chronischer Schmerzen mittels spezieller Fragebögen und Skalen (1-10)

3. Studienplan und Studienablauf

- Die Probanden absolvierten 10 REIKI - Sitzungen im Zeitraum von 2 Monaten
- In der ersten Woche wurde 3x behandelt, danach jeweils 1x/Woche
- Weiters gab es ein ärztliches Eingangs-, Zwischen- und Abschlussgespräch

4. Patientenzahl und Auswertung

- **Patientenzahl:**
- Geplant war eine Probandenzahl zwischen 20 und 30 Personen

- **Auswertung:**
- Es wurde eine quantitative und qualitative Auswertung durchgeführt

5. Auswertung und Ergebnisse

- **Teilnehmerzahl:**
- Es nahmen insgesamt 25 ProbandInnen an der Studie teil
- 21 Frauen und 4 Männer im Alter von 34 bis 73 Jahren

6. Altersgruppen

- 30 – 40 Jährige: 6
- 40 – 50 Jährige: 6
- 50 – 60 Jährige: 12
- über 60: 1

7. Diagnosen

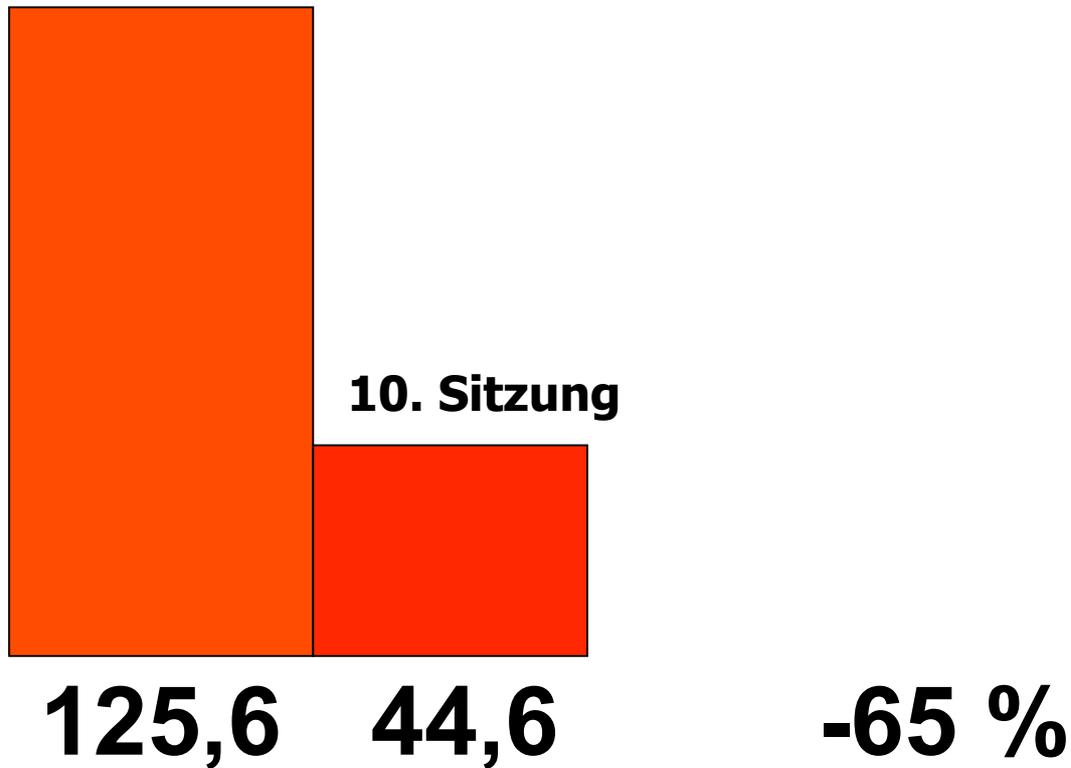
3x Halswirbelsäule (HWS)
2x Brustwirbelsäule (BWS)
9x Lendenwirbelsäule (LWS)
5x HWS + LWS
6x Schulter

8. TherapeutInnen

- Die ProbandInnen wurden von 20 (16 Frauen + 4 Männer) diplomierten REIKI-TherapeutInnen des Shambhala REIKI ® Vereins betreut.
- es kamen 1 - 3 Personen auf einen/e TherapeutIn

9. Abnahme der Schmerzintensität in absoluten Zahlen

1. Sitzung



10. Zusammenfassung

- **Hypothese der Studie:**
- Reiki wirkt verbessernd bei chronischen Schmerzen am Bewegungsapparat mitausgelöst durch Stress am Arbeitsplatz

- **Ergebnis der Studie:**
- Abnahme der Schmerzintensität um durchschnittlich 65%