



SUNDHED & VELVÆRE



Kranio sakr

Clinikken, Vesterbrogade 3 i Holstebro tilbyder denne unikke behandlingsform også kaldet KST.

Indehaver Herdis Hviid er en erfaren behandler, som endvidere har en baggrund som sygeplejerske.

Hvem har gavn af KST?

Alle vil nyde godt af KST, fordi det styrker nervesystemet og derved gener som:

- Stress
- Hovedpine
- Migræne
- Muskelspændinger- specielt nakke og skuldre
- Kæbespændinger
- Svimmelhed
- Piskesmæld
- Kolik
- Uro
- Søvnløshed
- Indlæringsproblemer

KST afhjælper også skader der er sket for længe siden - måske helt tilbage fra fødslen. Skader, som mange ikke ved af, kan følge os langt op i livet. Hvem har ikke slået hovedet eller korsben/haleben ved sport eller fald? Problemer kan også komme gradvist fra en dårlig kropsholdning.

"Rigtigt mange klienter kommer med symptomer på stress", fortæller Herdis. "Stress forekommer, når kroppen har været anspændt i lang tid. Hos mange forstærkes symptomerne af en spænding mellem kraniet og rygsøjlen. KST løsner op for de spændinger, der hindrer afspænding".

En blid behandlingsform

KST frigør spændinger i leddene mellem knoglerne og afspænder membranerne, som holder hjernen på plads, og forbedrer cirkulationen af både hjernevæske og blodet.



ral terapi

For at hjernen kan fungerer bedst muligt, er det nødvendigt, at kranio-sakral-systemet fungerer optimalt.

Kroppens "computer" er i virkeligheden programmeret til at klare det hele selv. Den skal blot have mulighed for det. KST støtter denne proces. En KST-behandling kan aldrig gøre skade, da det er kroppen selv, der udfører "arbejdet" efter at være blevet korrekt stimuleret.

Hvad kan du forvente?

"Du vil blive overrasket over virkningen af KST!", siger Herdis. "Dog må du ikke forvente mirakuløs helbredelse. Nogle gange vil du opleve bedring under eller efter første behandling. Andre gange indtræder bedringen senere i forløbet. Du skal forvente en bedring indenfor de første 3-5 behandlinger - altså en ændring, der retfærdiggør, at der er grundlag for at fortsætte behandlingen."

"Du behøver ikke at fejle noget for at nyde godt af KST", understreger Herdis. "Det er også udmærket som forebyggende behandling eller blot som velvære og afspænding."

En behandling varer ca. 60-70 minutter, hvor du ligger fuldt påklædt på ryggen på en briks. Jeg vil med lette og nænsomme berøringer på specielle steder på hoved, nakke, ryg og korsben løsne op for spændinger og blokeringer."

"Jeg lægger stor vægt på at skabe en tryk og rolig atmosfære omkring klienten", forklarer Herdis.

"Det er meget individuelt, hvordan du reagerer under og efter behandlingen. Mange vil føle en dyb form for afspænding og måske falde i søvn - mens andre føler sig fyldt op med ny energi".

KST er rigtig god til børn

KST er god til kolik og urolige børn, samt til børn med indlæringsvanskeligheder. Små og store børn kan ligesåvel have spændinger som voksne. Det kan være efter en svær eller meget hurtig fødsel. I de fleste tilfælde sker der hurtigt en forbedring, da børn responderer meget hurtigt på behandling.

Afspændende massage

Clinikken tilbyder også afspændende massage både i form af hel- og delkropsmassage. Massagen suppleres ofte med varme lavasten og svale marmorsten, en behandling som også virker meget udrensende. Ofte er KST og massage en rigtig god kombination i et behandlingsforløb.