

En patienthistorie :

Kranio Sakral Terapi

Jeg kan ikke forklare, hvordan det er Kranio Sakral Terapi påvirker kroppen, og hvordan det virker, men for mig er det også fuldstændig ligegyldigt, for jeg kan se og føle at det virker...

Den 8. juni 2009 var den dag, hvor mit liv tog en drejning, som jeg ikke lige have planlagt... En bagvedkørende bilist så ikke at jeg blinkede og ville dreje fra, og kørte derfor op i mig med ca. 80 km i timen. Min bil blev totalskadet, og jeg fik diagnosen piskesmæld. Så pludselig var det ikke mere mig selv der bestemte, hvad min tid skulle bruges til, og hvad jeg gerne ville beskæftige mig med, det var nu min nakke. Min hukommelse, min koncentrationsevne, samt evnen til at overskue en situation var påvirket. Jeg havde daglige smerter, nogle dage bare en murren i skuldre, nakke, hoved og øjne, andre dage migræne. At hvile mig flere gange om dagen blev nødvendigt, blot for at klare helt almindelige dagligdags gøremål. Nætterne var frygtelige. Jeg kunne ofte ikke finde en behagelig stilling at ligge i, kunne ikke finde ro, så sov aldrig en hel nat igennem. Jeg tænkte det går over, men det gjorde det ikke...

Mine skuldre var ikke mere lige brede, så jeg så ud som om jeg stod og trak den ene skulder op til øret, imens den anden slappede af. Og mine skuldreblade sad ikke lige over for hinanden mere, de sad ca. 3 cm forskudt. Jeg begyndte til fysioterapi for at træne mine muskler op igen, og fik akupunktur hos min læge for smerterne, som derved blev udholdelige, men mine symptomer forsvandt ikke, og jeg kunne ikke få mine muskler til at slappe af, ligegyldigt hvad jeg gjorde.

Der gik 9 måneder efter ulykken, før jeg kunne overskue at forsøge med en anden behandlingsform. Det blev ved et tilfælde Kranio Sakral Terapi jeg forsøgte, da jeg havde hørt så meget godt om denne form for terapi, og hvor er jeg glad for dette tilfælde i dag...

Allerede efter 4 behandlinger er der dage, hvor jeg slet ikke har ondt. Jeg kan se forbedringer i mine skæve skuldre og skuldreblade fra gang til gang. Og allerede efter 2 behandlinger kunne jeg nogle nætter sove en hel nat igennem, uden at vågne af smerter, og være fastlåst i nakke og skuldre. Behandlingen passer perfekt til en tilstand, hvor du som jeg, ikke kan have, at der masseres og laves pludselige og hurtige vrid. Kranio Sakral Terapi består af blide, lette tryk forskellige steder på kroppen, som sætter nogle energier i gang, som får kroppen selv til at slappe af i de muskler, der er spændte. Jeg skulle lige vende mig til følelsen i kroppen under behandlingen. Jeg falder hen i en døsig/sovende tilstand, og kroppen giver helt af sig selv små ryk/ sammentrækninger, der får mine muskler til at slappe af. Det er på ingen måde ubehageligt, og behandlingen kan anbefales til alle i alle aldre – helt fra spædbørn til voksne.

Jeg er ikke 100 % rask endnu, men det at finde noget som Kranio Sakral Terapi, der ved hver behandling gør en forskel, det giver et håb om at jeg engang bliver det...

Ingrid Tast
Skovbogade 9
6000 Kolding
Kontakt:
Mobil: 3068 2089
Mail: ingridtast@gmail.com

