

AKUPUNKTUR

Traditionell Kinesisk Medicin är en holistisk medicin.

Med akupunktur enligt Traditionell Kinesisk Medicin, kan en mängd sjukdomar behandlas eller lindras. Metoden är även förebyggande och kan användas för friskvård.

WHO (världshälsoorganisationen) har listat över hundra problem där akupunktur kan hjälpa och dess verkan stöds idag av tusentals studier, vilket kan sökas på PUBMED, den medicinska databanken.

Smärta, stress, allergier, hörsnuva, astma, ansiktssmärta, hormonell obalans, huvudvärk, högt/lågt blodtryck, illamående, graviditetsillamående, biverkningar efter cellgiftsbehandling och strålning, rygg- och ledbesvär, artrit, artros, ischias, tennisarmbåge, nedstämdhet, depression, magkatarr och magsår, matsmältningsbesvär, sömnstörningar, trötthet, menstruationsproblem, PMS och klimakteriebesvär, är några av behandlingsområdena på WHO's lista.

Helhets tänket och synen på människan som en del av naturen är grundläggande.

De oskiljaktiga sambanden mellan kropp och själ, livsstilen, dieten, fysisk aktivitet, andningen, stressfaktorer, miljön, relationer, arvet, är sådant som vi observerar och arbetar med. Precis som att allt i naturen hänger samman och är i en ständig växelverkan och samspel, sker samma sak i våra kroppar. Detta synsätt är fulländat i Kinesisk Medicin. Det gör att vårt arbete blir mycket intressant och kreativt, inte minst när det handlar om att se sambanden mellan det fysiologiska och det psykologiska.

Akupunktur handlar om att guida människor till balans, harmoni och hälsa.

Det gör vi via observationer, samtal och undersökningar som kartlägger varje persons unika livssituation och livsstil. Vi försöker förstå vilka faktorer och omständigheter i personens liv som har lett till situationen klienten befinner sig i. Med våra diagnostiska metoder försöker vi finna orsaken till problemen och allt arbete riktar in sig på att få igång kroppens egna läkande mekanismer. Oavsett problem eftersträvar vi att behandla hela människan, eftersom alla människor, även om de har liknande besvär, har var och en sin egen historia. Därmed kommer orsaken att vara olika från individ till individ.

Akupunkturbehandlingen sker med mycket tunna nålar 0,18-0,20mm. Förutom nålarna används ibland andra tekniker som koppning, moxibustion (värme med torkad gråbo), massage, örter och andningsövningar. Med hjälp av olika egenvårdsprogram, andningsövningar, diet, rörelser, qi gong, som du själv praktiserar hemma gynnar läkningsprocessen, samt att du blir delaktig i din egen process.

Akupunktur är så mycket mer än att bara sticka nålar!

Akupunktur är nog världens mest beprövade medicinska metod.

Akupunktur har använts för bot och lindring under flera tusen år.

Fler och fler människor i väst upptäcker dess fördelar. Metoden är effektiv, billig och biverkningsfri, samt att man utnyttjar kroppens egna läkande mekanismer.

Akupunktur nålarna har en mängd olika effekter. Vissa av dessa effekter har man kunnat kartlägga, exempelvis hur akupunktur påverkar kroppens elektrokemiska samspel, bland annat frisättningen av endorfin som påverkar **smärtlindring och välmående**. Även immunförsvaret påverkas och en mängd kroppsfunktioner som lymf- och blodflöde. Akupunkturen har också en påtaglig lugnande inverkan. Akupunktur är även mycket verksam som förebyggande terapi.

Vid vissa tillstånd är akupunktur en mycket bra kompletterande behandling, inom andra områden är den överlägsen allt annat.

Även om akupunkturen är mycket gammal som metod, har den mycket att tillföra den moderna människan.

Vi som arbetar här med akupunktur har mycket långa utbildningar och lång erfarenhet av kliniskt arbete. I mer än 30 år har vi drivit Nei Jing Akademin, en av nordens första och ledande utbildningar i akupunktur. Vi har sedan några år sålt skolan, men är fortfarande aktiva lärare i akupunktur och medlemmar i Svenska Akupunktur Förbundet.

