



Smerter Behandling

Sally er englænder og har boet i Danmark i mere end 30 år. Oprindeligt uddannet som fysioterapeut, med over 30 års erfaring. Har efterfølgende uddannet sig inden for ernæring, akupunktur, kinesiologi, naturmedicin både i England og USA – og er specialist i stress/goodlifecoaching.

Sally har siden 1997 drevet egen virksomhed "team goodlife", hvor hun arbejder med fysisk, mental og følelsesmæssig sundhed.
"Everything you need to know to feel good"

"Jeg er vildt med viden og brænder for formidling" siger Sally der er foredragsholder inden for emner som kost, personlig udvikling og stress, bl.a. på Club La Santa hvor hun flere gange om året holder 'goodlife' uger.

Desuden har hun skrevet flere bøger bl.a. "The Goodlife Manual – tools to identify and turn off stress", "Livet er sødt – sukker sandheder, misforståelse og afhængighed" og er medforfatter på "Din krop er et spejlbillede af dine tanker".



sw@teamgoodlife.dk

I fgl. IASP (The International Association for the Study of Pain) er smerte en ubehagelig sensorisk og følelsesmæssig oplevelse, uanset om der foreligger legemlige årsag. Med andre ord er smerte et psykologisk fænomen med eller uden en fysiologisk modstykke.

Smerter behandling fra 400 kr.

Behandlingen sammensættes af en kombination af fysioterapi, akupunktur, laserterapi, EFT og vejledning i kost og kosttilskud, samt nødvendig livsstilsvejledning og genoptræning.

Det der bestemmer din behandling er omfanget, typen af og årsag til din smerte.

Fysioterapi:

Fysioterapi er en sundheds anerkendt fag, impliceret i kroppens funktion og bevægelse med henblik på at maksimere dens potentielle.

Fysioterapi er vejen frem hvis du døjer med problemer med ryggen, smerter i arm og håndled, såsom musearm, nakke og skulder spændinger, muskel fibre og led skader, idrætsskader, eller andre former for kroniske smerter.

Sygeforsikringen Danmark og andre private sundhedsforsikringer yder **tilskud** til fysioterapeutisk behandling.

Medicinsk Akupunktur:

Medicinsk akupunktur eller triggerpunkt akupunktur er videnskabeligt dokumenterede til at være den mest effektive smertestillende behandling, der findes, uanset smertens årsag og uanset om du tror på det eller ej. Medicinske Akupunktur er baseret på viden indsamlet fra mere end 9000 artikler og undersøgelser publiceret i anerkendte lægevidenskabelige tidsskrifter.

Akupunktur er vejen frem hvis du vil forebygge udviklingen af kroniske smerter, ophæver muskelømhed, stimulerer dannelsen af endorphiner (kroppens naturlige smertestillere), stimulerer dannelsen af cortisol (naturligt binyrebarkhormon, som nedbringer hævelse), mindsker behovet for lægemidler og dermed deres bivirkninger, øger følelsen af velvære, forbedrer søvnkvaliteten og humøret, mm.

Laserterapi:

Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation
Forskningen viser, at laser er et alternativ til medikamenter. Brugen af laser har til tider mødt stor modstand i det medicinske miljø, fordi man ikke har haft tilstrækkelig dokumentation omkring resultaterne af behandlingen, siger professor Jan Magnus Bjordal fra 'Høgskolen i Bergen' i Norge. Gennembruddet med behandling med infrarød laser er publiceret i en artikel i The Lancet.

Kost og kosttilskud:

At få nok essentielle næringsstoffer såsom mineraler og vitaminer er en stor udfordring i vor dag. Disse essentielle molekyler skaber og bevarer et godt helbred, for ikke at tale om smertelindrer.

EFT (emotional freedom technique):

EFT er en form for psykisk akupunktur, og er baseret på imponerende nye opdagelser som inddrager kroppens subtile energier.

Virker ofte når alt andet ikke gør, oftest hurtigt og mildt, ingen medicin eller udstyr er nødvendigt

Kan bruges ved fobier, stress, traumer, depression, afhængighed i mange former, overvægt og dens udtryksmåder, smertelindring, hovedpine af forskellig slags, åndedrætsproblemer, børns problemer, hjælp til dyr og utallige andre problematikker"