

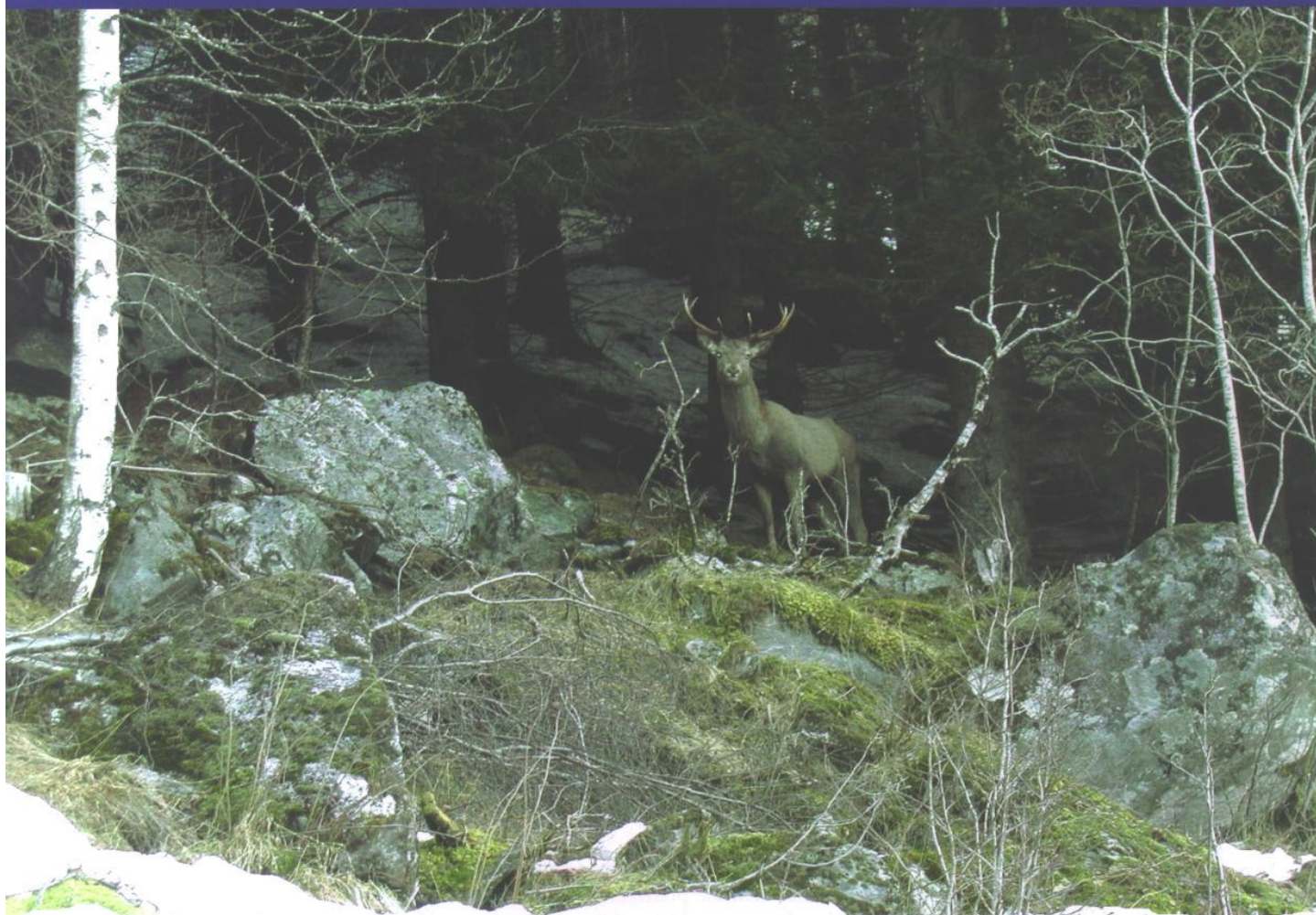


Fibromyalgibladet


UTGITT AV: NORGES FIBROMYALGI FORBUND

ÅRGANG 21

3/2007



- Hjelper pilleavhengige, side 6
- Legemidler kan gi abstinens, side 8
- Kroniske muskelsmerter og fibromyalgi hos ungdom og voksne, side 12



**Pulserende
lydmassasje med
helsebringende
effekt.**

Smertelindrende

Mindre smerter, bedre søvn og mer energi er noen av effektene man kan få ved bruk av lydvibrasjoner! Nyt en avslappende og behagelig behandling på en madrass hvor kroppen blir massert av lydbølger.

Dette er en behandling du bare kan glede deg til. Her trenger du verken å kle av deg eller å stikkes eller masseres.

Her skal du ganske enkelt legge deg fullt påkledd på en behandlingsmadrass, og la den gjøre jobben.

EN BEHAGELIG BEHANDLING
Dette er en behandling hvor du ikke en gang trenger å ta av deg klærne.

Du legger deg ned på madrassen og lar lydbølgene stimulere kroppen din i 23 minutter.

Du kjenner og hører en dyp bassliggende lyd som forplanter seg gjennom kroppen din.

De fleste synes dette er en veldig deilig behandling, og skulle gjerne

ligget lenger når behandlingen er slutt. Noen beskriver det som å gå inn i en spontan meditativ tilstand hvor både kropp og sjel kobler ut.

BEHANDLINGSMADRASS
Selve behandlingsutstyret består av en madrass, som har små innebygde transdusere (høytalere). Denne madrassen er koblet til en CD-spiller som sender lydbølgene inn i kroppen.

Vibroakustisk terapi – VAT opererer med pulserende lavfrekvente lyder. Dette er rene tekniske toner som ikke kan betegnes som musikk, snarere et lydspor som gir vibrasjoner.

Pulseringen er jevn, uforandret og monoton. De forskjellige frekvensene er samlet på CD'er med ulike fargesymboler.

LINDRER HVERDAGSPLAGER

Lydvibrasjonene forplanter seg i hele kroppen, og masserer lag på lag med vev, renser kroppen for avfallstoffer, og frir oss fra alt fra slim til smerte, høyt blodtrykk og søvnløshet. De dype basspulserende lydene forplanter seg nedover ryggsoylen, som rekker ut og ned til hver celle i kroppen. Vi får bedre blodsirkulasjon og stresshormon-nivået i kroppen styrkes slik at vi takler psykiske påkjenninger bedre.

– Vibrasjonene er med på å sette i gang selve livsprosessene i oss. Vi blir til i et hav av vann og vibrasjoner, men når vi blir født kommer vi ut til en øredøvende stillhet, forklarer Olav Skille. – Vibroakustisk terapi får oss på sett og vis tilbake til miljøet i livmoren. Kroppen gjenkjenner de dype basslydene. Når vi som godt voksne mennesker ut-

vibrasjoner



Multivib-konseptet består av en serie CD-er med lavfrekvent lyd som velges etter hvilke lidelser som skal behandles. I tillegg består systemet av en avspiller og en madrass med vibrasjonshøytalere plassert på strategiske steder.

settes for disse igjen, stimuleres de samme selvreparasjonsprosessene som betinget utviklingen vår i ufødt tilstand.

Behandlingen har mange gode effekter, hovedsakelig på plager og smerter i muskel- og skjelettsystemet. I tillegg har terapien virkning på:

- Lindrer smerte
- Bedrer søvnen
- Påvirker kroppens stresshormon-nivå

- Virker på glatt og tverrstripet muskulatur
- Det gir en overfladisk og dyp vevsmassasje
- Stimulerer blodomløpet
- Reduserer blodtrykket
- Virker slimløsende
- Påvirker det vegetative nervesystemet (den delen av nervesystemet som arbeider ubevisst og uten vår viljestyring)

OLAV SKILLE

Oppfinneren, Olav Skille, er opprinnelig musikk lærer. Han er en av verdens ledende forskere innen vibroakustikk. Han har forsket på helsebringende effekter ved lavfrekvente lydbølger i snart 40 år, og er mannen bak Multivib. Etter hvert er det blitt publisert uttalige rapporter og vitenskapelige tester om vibrasjonsterapi.

Skille mener at disse vibrasjonene er med på å sette i gang selve livsprosessene i oss.

– Vi kan ikke si at vi helbreder noen for sykdommer. Jeg vil snarere si at vi demper symptomene – eller får dem til å forsvinne i lengre perioder, sier Olav Skille.

– Forutsetningen er at man går regelmessig til behandling. Men etter hvert kan man la det gå lengre tid mellom behandlingene. – Denne behandlingen har hjulpet mange mennesker som har prøvd det meste allerede, både fysioterapi, kiropraktor, akupunktur og massasje, forteller Skille.

"Lavfrekvent pulserende lydmasasje gir meget gode resultater på kjente hverdagsplager."

Olav Skille
utvikler av Multivib Vibrasjonsterapi



Testing av Vibrasjonsterapi

Tre medlemmer av Tønsberg Lokallag av Norges Fibromyalgi Forbund har i samarbeid med Olav Skille og GaiaCare AS, selv testet ut vibrasjonsterapi.

De fikk alle prøve 10 behandlinger fordelt på 2 behandlinger per uke.
Deretter gikk de over til vedlikeholdsbehandling, ca 1 behandling per 3 uke.



DE HAR SELV FØLGENDE ERFARINGER ETTER 10 BEHANDLINGER:

«Jeg tåler værforandringer mye bedre nå, og jeg orker å gjøre mer. Jeg er blitt 50 % bedre».

«Jeg er blitt 60 % bedre, og er lettere både i kroppen og til sinns».

«Dette er den beste behandlingen jeg har prøvd. Jeg er blitt 90 % bedre, og ryggesekkfølelsen er borte».

Denne behandlingen tilbys på flere klinikker i Norge.

For mer informasjon om selve behandlingen og hvor denne tilbys, kan du lese på:

www.multivib.no

MUSKLER OG LEDD GEL !

Jeg har slitt med dype muskel- og ledd smerter i en årrekke. Manuell massasje har bare gjort smertene ennå verre. Ved å smøre Muskler og ledd gel på huden, opplever jeg at den trenger dypt ned i muskulaturen og gir meg en behagelig varmende følelse. Smertene i muskler og ledd forsvinner umiddelbart. Jeg må ha Muskler og Ledd gel for å fungere optimalt i hverdagen. Dessuten kan jeg med glede fortelle at huden på bak og lår har blitt strammere etter at jeg har brukt Muskler og Ledd gel regelmessig.

Anbefaler Muskler og Ledd gel fra Universal Helseprodukter på det varmeste.
Ring: 22 69 24 12 for info og bestilling



Gunn Samuelsen
Ergo terapeut, Oslo