

Heilpraktik

-en holistisk tilgang til sygdom

Heilpraktik kommer af det tyske udtryk "zu heilen", det vil sige at helbrede. Og egentlig burde alle læger have studeret heilpraktik, for en af kongstankerne er, at der skal lyttes til patientens egen opfattelse af symptomerne, og der skal bruges en bred vifte af analysemodeller, før en diagnose stilles. Vi ser nærmere på behandlingsformen og hvordan den bruges i praksis.

Heilpraktik handler også om at behandle patienten så skånsomt som muligt og undgå negative bivirkninger under behandlingerne. Heilpraktik handler om en holistisk tilgang til sundhed, hvor både det fysiske, psykiske og åndelige niveau medtages i behandlingstilbuddet. Og alle behandlingstilbud er skræddersyet til den enkelte patient, for der er som bekendt ikke to mennesker eller to sygdomsforløb, der er ens. En sandhed, man alt for ofte negligerer i det etablerede sundhedsvæsen.

Hvad er heilpraktik?

En heilpraktiker er en naturmediciner uddannet efter tyske traditioner. Heilpraktikken har sin oprindelse i folke-medicinen og omfatter flere forskellige discipliner indenfor diagnostisering og terapier. Mange af de discipliner, heilpraktikken omfatter i dag, anvendes nu i det meste af Europa af både læger og naturmedicinere. I Tyskland har heilpraktikken været statsanerkendt siden 1939 og integreret i sygesikringen siden 1954. Heilpraktikeren arbejder med at finde årsagen til en sygdom, frem for at behandle dens symptomer. Terapeutisk arbejder heilpraktikeren med at retablere homøostasen (kroppens naturlige balance), så kroppen helbreder sig selv.

HVAD ER EN HEILPRAKTIKER?

En heilpraktiker er en naturmediciner uddannet efter tyske traditioner. Heilpraktikken har sin oprindelse i folke-medicinen og omfatter flere forskellige discipliner indenfor diagnostisering og terapier. Mange af de discipliner, heilpraktikken omfatter i dag, anvendes nu i det meste af Europa af både læger og naturmedicinere.



Heilpraktik er:

- At behandle sygdomme på en måde, så kroppen selv bliver i stand til at arbejde med i helbredelsesprocessen
- At behandle kroppen skånsomt og uden bivirkninger
- At benytte en bred vifte af analyseredskaber og behandlingsmetoder
- At sætte patienten i centrum, ved bl.a. at lytte grundigt til patientens symptomer og iagttagelser
- At foretage de nødvendige undersøgelser for at kunne udføre den rigtige behandling
- At tage hensyn til sammenhængen mellem kroppen og psyken i behandlingen
- At tilrettelægge individuelle behandlinger for hver patient

Hvad bruges heilpraktik til:

Heilpraktik bruges til en lang række sygdomme, eksempelvis:

- Gigtlidelser
- Problemer i bevægeapparatet
- Fordøjelsesproblemer
- Tilbagevendende infektioner

Heilpraktik kan også bruges forebyggende.

Vores krop har en iboende evne til at helbrede sig selv. Når organismen udsættes for forskellige belastninger, vil utallige mekanismer i kroppen begynde at kompensere for det.

Disse processer foregår konstant, uden at vi til dagligt mærker det. Fra eksempelvis almindelig tilpasning af kropstemperaturen som reaktion på omgivelsernes temperaturændringer, til de mere kraftige reaktioner på for eksempel stress, infektioner, skader og forgiftninger.

Når kroppen udsættes for belastninger, der er større, end kroppens systemer selv er i stand til at regulere sig ud af, bliver vi syge. Mangelfuld kost, forurening, negativ stress, misbrug af stimulanter, søvnmangel og for lidt motion spiller alt sammen ind og er med til at skabe mulighed for ubehag og sygdom – alt efter hvor gode vores fysiske, psykiske og genetiske ressourcer er.

Det, man normalt betragter som symptomer på sygdom, ser heilpraktikeren som kroppens logiske og hensigtsmæssige forsøg på at rette op på belastninger. Vi får feber for at bekæmpe fremmede bakterier. Næsen begynder at løbe, og vi hoster for at udskille døde celler, virus osv.

Hvordan foregår heilpraktik?

Den første konsultation hos en heilpraktiker, som varer mellem en halv og to timer, indledes med en grundig samtale og en analyse af klienten - i de fleste tilfælde i form af en irisanalyse.

På baggrund af analysen sammensætter heilpraktikeren en behandlingsplan, som er tilpasset den enkelte klient. Planen vejleder om brug af homøopatiske lægemidler, urter eller vitaminer og mineraler. Behandlingen kan også indeholde akupunktur, zoneterapi eller massage.

Heilpraktikeren rådgiver desuden klienten omkring livsstil og tankemønstre, hvis behandleren vurderer, at det har betydning for klientens tilstand.

Hvor længe behandlingen varer, og hvor mange konsultationer klienten skal have, er individuel og afhænger både af klientens tilstand og det problem, der skal behandles. Langt de fleste klienter skal have mindst to til tre konsultationer.

Samarbejde på tværs af specialer

Det er helt naturligt for en heilpraktiker at arbejde på tværs af specialer, da man arbejder ud fra et europæisk verdensbillede med en historisk tradition for at forene naturvidenskab og naturmedicin.

En heilpraktiker kan hjemmefrem navigere imellem flere tanke-sæt og teorier, og ser ingen modsigelser i at arbejde koncentreret konkret og holistisk. "Holistisk" vil sige, at man behandler det hele menneske, ikke sygdommen; og man ser på hele mennesket som et samspil mellem krop, tanker og følelser. Og det er der en god grund til. Immunforsvaret spiller nemlig den centrale rolle i vores sundhed. Videnskaben har for længst bevist sammenhænge imellem nervesystemet, hormonsystemet og immunforsvaret; og heilpraktikeren arbejder traditionelt netop inden for og på tværs af disse tre systemer. Så heilpraktikeren arbejder kort sagt på kroppens præmisser, med kroppens selvhelbredende kræfter.

Kilder: www.srab.dk og Dansk Heilpraktiker Forening.

Interview med Heilpraktiker /Tysk læge exam. Naturmediciner Jena Frederikke Krogslykke

At helbrede det hele menneske

Jena Frederikke Krogslykke har altid haft et ønske om at hjælpe andre, og hele sit voksenliv har hun beskæftiget sig med sundhed. Det hele startede med en uddannelse som farmakonom.

Da jeg var ung, virkede apotekerne spændende, så det var meget naturligt for mig at tage en uddannelse som farmakonom. Dengang var det helt anderledes end i dag. Apotekerne var mindre og ikke så medicinske som i dag."

Gennem sit arbejde kom Jena i kontakt med flere, der kendte til alternativ behandling, og hun fik øjnene op for, hvordan man kunne få kroppen i balance på mange andre måder end med medicin. Selv havde Jena haft problemer med ubalancer, som medicinen ikke kunne afhjælpe, men ved at prøve homøopatisk behandling fik hun det bedre.

Med baggrund i den medicinske verden og gode erfaringer med den alternative begyndte Jena at undersøge, hvordan disse kunne kombineres, og begyndte at søge efter etablerede og godkendte uddannelser inden for det alternative.

"Det er vigtigt for mig, at der er kvalitet bag det, jeg laver. En heilpraktiker anvender både kropsterapi, naturmedicin og individuel rådgivning, så her følte jeg, at jeg havde fundet det, jeg søgte, nemlig en behandlingsform, der behandler det hele menneske og ikke kun sygdommen."

Jena startede på sin nye uddannelse som heilpraktiker, og i 1995 blev hun færdig og har siden arbejdet i sin egen klinik, Naturklinikken, først i Næstved og i dag i Vejle. Hendes uddannelse som heilpraktiker er senere blevet suppleret med en uddannelse som akupunktør, Auriculoterapeut og Auriculomedicin.

Behandlingen

I sin klinik møder Jena mange forskellige problemer, men de oftest forekommende er fordøjelsesproblemer, træthed, allergier, smerter, stress og barnløshed.

En behandling er meget individuel, og en heilpraktiker kender til de fleste alternative behandlingsformer og bruger mange analysemetoder for at spore sig frem til den individuelle årsag til, hvordan en sygdom eller lidelse er opstået. Helt konkret foregår det sådan hos Jena:





Erfaringer fra klinikken:

Helle kontaktede mig for cirka et år siden. Helle er i starten af 50'erne, og hun fortæller her om sit forløb:

“Ømme led og muskler – mere eller mindre hovedpine hver dag – sulten hele tid, men fik det dårligt, når jeg spiste – ingen energi – havde gigt-symptomer – tog mere og mere på i vægt og sov maks. to-tre timer i stræk.

Det har været min hverdag de sidste otte-ti år. Og til sidst var jeg så frustreret over at få beskeden ved lægen om, at jeg skulle spise mere og sundere!

Jeg levede sundt, syntes jeg selv. Tæt på at være fanatisk, og alligevel havde jeg det hele tiden bare rigtig skidt.

Så falder jeg tilfældigt over en annonce fra Naturklinikken Vejle og bestiller tid, da jeg syntes, mange af de ting, Jena Frederikke Krogslykkes filosofi går ud på, passede godt på det, jeg tænkte, nemlig at jeg måtte spise de forkerte madvarer, og det var et godt sted at starte med min kostsammensætning for at få det bedre.

Det var mit held!

Allerede efter første behandling med akupunktur og heilpraktik kunne jeg mærke, at der skete noget i min krop, og jeg kunne sove. Effekten er der prompte, og det er den hver gang, jeg får en behandling. Jeg kom i behandling en gang om ugen i godt et halvt år. Lige fra starten følte jeg mig tryk og i kyndige hænder. Det er som sagt en behandlingsform, der giver en effekt med det samme. Igennem irisanalyse finder Jena de ting, du fejler, og på den måde skal du ikke igennem alle mulige undersøgelser, test og piller, inden du kommer i den rigtige behandling. Behandlingen er målrettet til dig!

I dag anser jeg mig selv for rask. Jeg har lige været ved min praktiserende læge til et sundhedstjek, og alle tal er meget flotte, og jeg er 28 kilo lettere. En dejlig bonus. Spiser med stor appetit af de ting, min krop kan fordøje, og har igen smil på læberne og i øjnene.

Dit helbred er, hvad du spiser!

“En behandling indledes altid med en samtale, hvor jeg forsøger at finde ind til årsagen til problemet. Herefter foretager jeg en irisanalyse, der kortlægger hvilken behandling der skal ske,” fortæller Jena og fortsætter:

“Irisanalysen afslører via forskellige farver, tegn og mønstre i øjets iris ubalancer og specifikke lidelser. Herved er det muligt at registrere balance/ubalance i klientens liv – nu og tidligere, og hvilke ubalancer det er væsentligt at være opmærksom på med hensyn til nuværende og kommende sygdomme eller symptomer.

Herefter følger Vegatesten, som Jena altid anvender i sammenhæng med irisanalysen.

“Vegatesten bruges til at finde frem til de ubalancer, patienten har, både som forebyggende og som grundlag for kroniske sygdomme, blandt andet allergier, søvnløshed, smerter, hudproblemer, mave-/tarmproblemer, undersøgelse for bakterier og svampe, som kan være årsag til mange lidelser.

Vegatest er en metode til hurtig og pålidelig bestemmelse af sammenhænge mellem kroppens symptomer og sygdomme. Den hjælper til at finde årsager til både akutte og kroniske smerter og foci for inflammationer. Testen udføres med henblik på at finde årsagen til problemet og ikke kun symptombehandle.

Men Vegatesten kan også anvendes til at undgå, at sygdom opstår, og rette ubalancer op, inden de opstår. Der kan blandt andet testes for fødevareintolerance, fødevareallergier, vitamin-/mineralmangel og meget andet.

Det er målet at give patienten en skræddersyet behandling, da alle sygdomme er individuelle, fortæller Jena.

Årsag frem for behandling

Som heilpraktiker arbejder man med at finde årsagen til en sygdom, frem for at behandle patientens symptomer. Terapeutisk arbejder heilpraktikeren med at retablere kroppens naturlige balance (homøostasen), så kroppen helbreder sig selv. Dette gøres ved at tilføje det, der mangler, for eksempel vitaminer og mineraler, og ved at fjerne det, der er for meget af, for eksempel stofskifterestprodukter eller en generel oversyring i bindevæv og så videre. Heilpraktik er derfor en regulationsterapi.

I regulationsterapien behandler heilpraktikeren med remedier fra planteriget, mineralriget og dyreriget. Regulationsterapien omfatter en række forskellige diagnose- og behandlingsformer, der supplerer og understøtter hinanden i behandlingen. For eksempel irisanalyse, laboratorietests, akupunktur, homøopati, auriculoterapi med mere. Ved at beherske de forskellige behandlings-teknikker er heilpraktikeren i stand til at tilpasse behandlingen til klientens individuelle behov.

Når årsagen til en lidelse er fastlagt, lægges der sammen med klienten en plan for det videre forløb.