

# DAGENS PULS

Spirituelle  
Henriette Zobel  
kæmper med  
vægten og  
sundheden:

**Elsker  
pizza  
og søde  
sager**

Undgå tør hud:  
**BRUG MINDRE  
VARMT VAND  
OG SÆBE**

Klik dig sund:  
**GUIDE TIL DE  
BEDSTE  
SUNDHEDS-SIDER**

Nye midler  
letter trykket:  
**SÅDAN LEVER DU  
MED INKONTINENS**

Regeringen  
med til at  
nedgøre døve:  
**HØREHÆMMEDE OPFATTES  
SOM SOCIALE TILFÆLDE**

TAG BLADET  
**GRATIS**  
MED HJEM



*Personligt vil jeg hellere lade mig behandle af en kollega, der kan én behandlingsform til bunds frem for tre eller flere overfladisk," siger Rikke Godthjælp*

**Af Jesper Møller, foto: Sara Skytte**

**M**ange af os har prøvet det, og det er bestemt ikke rart. Man får en skavank, men desværre bliver man ikke kureret hos den behandler, som man opsøger.

Og hvad så? Hvem skal man så henvende sig til? Behandlerjunglens tilbud er næsten uendelige, men ofte er det svært selv at vide, hvilken behandlingsform man vil have bedst af.

Derfor er nogle behandlere begyndt at tage to uddannelser, således at de har mulighed for at angribe deres patienters lidelser fra flere vinkler.

En sådan behandler er den 36-årige Rikke Godthjælp, der har klinik i centrum

af København. Hun er både uddannet zoneterapeut og akupunktør og valgte allerede fra starten af sin behandlerkarriere at satse på to forskellige uddannelser. Siden har hun endvidere videreuddannet sig inden for behandlingsformen posturologi, og det har hun bestemt ikke fortrudt.

"Folk er forskellige. Hvor nogle reagerer bedre på én slags behandling, reagerer andre bedst på en anden. Derfor er det en stor fordel både for mig og for mine patienter, at jeg mestrer flere behandlingsformer," siger Rikke Godthjælp.

Samtidig har de fleste patienter flere forskellige skavanker, der kan kræve hver sin behandlingstype. Her kan patien-



# Zoneterapeuten har også fod på akupunktur

Flere og flere terapeuter tager en ekstra uddannelse for - som Rikke Godthjælp - at kunne hjælpe patienterne bedre.



terne ofte få klaret det hele hos Rikke frem for at skulle til to forskellige behandlere.

## INDIVIDUEL VURDERING

Som regel starter hun med en af behandlingsmetoderne. Hvilken kommer an på patienten samt skavankens art. Det er således sjældent, at hun benytter både zoneterapi og akupunktur ved den samme behandling.

Derimod giver hun jævnligt de to behandlingsformer på skift, hvis hun vurderer, at patienten får størst udbytte af en kombination. Andre gange forsøger hun først med den ene form, og hvis den så ikke kurerer skavanken, går hun videre med en anden.

"Ofte ringer folk og beder om for ek-



*For nogle er det ganske grænseoverskridende at få sat nåle i sig, så de foretrækker at starte med zoneterapi. Når de så har fået tillid til mig, kan vi som regel gå videre med akupunktur, fortæller Rikke Godthjælp*



< sempel at få zoneterapi, fordi de har en bekendt, der har fået hjælp ad den vej. Her går jeg så nogle gange ind og anbefaler akupunktur i stedet, hvis jeg vurderer, at det vil hjælpe bedre”.

Det er dog ikke altid, at patienten siger ja til et sådant forslag.

”For nogle er det ganske grænseoverskridende at få sat nåle i sig, så de foretrækker at starte med zoneterapi. Når de så har fået tillid til mig, kan vi som regel gå videre med akupunktur”, fortæller Rikke Godthjælp, der ikke er bange for at de to behandlingsformer i stedet for at supplere hinanden går ind og ophæver hinandens virkning?

”Her må man stole på min erfaring. Jeg har i mine år som behandler aldrig oplevet en forringelse af udbyttet ved at kombinere to behandlingsformer – kun det modsatte”, siger Rikke Godthjælp.

Hun er omhyggelig med altid at spørge nye patienter, hvilke andre behandlingsformer de eventuelt måtte gå til andre steder – netop for ikke at risikere, at to ting ikke går ind og modarbejder hinanden.

Det var allerede under uddannelsen til zoneterapeut, at Rikke besluttede sig for at udvide repertoiret og sideløbende uddanne sig til akupunktør.

”I nogle tilfælde kan man komme dybere med akupunktur, ikke mindst når

**” Ofte ringer folk og beder om for eksempel at få zoneterapi, fordi de har en bekendt, der har fået hjælp ad den vej. Her går jeg så nogle gange ind og anbefaler akupunktur i stedet, hvis jeg vurderer, at det vil hjælpe bedre**



*Folk er forskellige. Hvor nogle reagerer bedre på én slags behandling, reagerer andre bedst på en anden.*

*Derfor er det en stor fordel både for mig og for mine patienter, at jeg mestrer flere behandlingsformer, siger Rikke Godthjælp.*

det handler om smertebehandling. Derfor så jeg det som et godt match til zoneterapien”.

En medvirkende årsag til beslutningen om at få flere tilgange til behandlingen var også den simple, at Rikke hurtigt indså, at det i længden ganske enkelt ville være for hårdt for fingrene at give zoneterapi dagen lang.

I dag lever hun af at behandle en lang række forskellige lidelser såsom smerter overalt i kroppen, allergier, kredsløbssygdomme, psykiske ubalancer samt barnløshed.

Selv om hun nyder at kunne skrive flere behandlingstyper på sit visitkort, advarer hun patienter mod at tro, at det altid borger for bedre kvalitet.

”Som udgangspunkt er det bedre at kunne flere behandlingsformer, men det

kræver omvendt, at man kan sit håndværk. Personligt vil jeg hellere lade mig behandle af en kollega, der kan én behandlingsform til bunds frem for tre eller flere overfladisk,” siger Rikke Godthjælp.

Og hvordan kan man som patient så sikre sig det?

”Jeg vil altid anbefale folk at gå til en behandler, der har det som fuldtidsbeskæftigelse. Derudover er det vigtigt hele tiden at videreudanne sig, og her kan man jo spørge til behandlerens kursusaktivitet eller se det på deres hjemmeside,” anbefaler Rikke Godthjælp.

Selv er hun meget aktiv med hele tiden at dygtiggøre sig, og hun er jævnligt på kursus i ind- og udland.

”Og det hjælper godt,” slutter Godthjælp. ♦

## PATIENTHISTORIER

### Forstoppelse kureret af nåle i øret

En kvinde i starten af 30'erne følte sig stresset og var træt og ofte forkølet.

Hendes balance blev rettet op med zoneterapi. Senere blev kvinden opereret for blindtarmsbetændelse, hvilket dog efterfølgende gav hende problemer med forstoppelse. Zoneterapi hjalp ikke, men det gjorde øreakupunktur (auriculo-terapi) til gengæld, så forstoppelsesproblemerne gik væk.



### Ingen zoneterapi til patient uden tå

En kvinde i 50'erne mødte op med ondt i fødderne og lavt immunforsvar. Det blev afhjulpet med zoneterapi, og kvinden fik sidenhen vedligeholdende behandlinger. Undervejs faldt hun og slog sig og fik efterfølgende angina pectoris-lignende smerter, uden at der dog var noget galt med hjertet. Zoneterapi hjalp ikke, men her gik Rikke ind og behandlede med posturologi, hvilket hjalp. Senere fik patienten opereret en tå, og i sagens natur kunne der efterfølgende ikke gives zoneterapi på området. I stedet benyttede Rikke akupunktur og posturologi, hvilket sikrede patienten en god balance i kroppen efter operationen.



## Hvad er auriculo-terapi

Hvor zoneterapi og klassisk akupunktur er kendt af de fleste, er det tredje hjørne i Rikke Godthjælps velværepramide - posturologi - en mere ukendt behandlingsform.

Filosofien bag posturologi er kort sagt, at skævheder visse steder i kroppen kan skabe store helbredsproblemer.

Inden for posturologien arbejder man med tre områder – fødder, øjne samt kæbe- og bidfunktion.

Har man en skævhed et af disse tre steder, kan det give problemer mange andre steder i kroppen. F.eks. skyldes mange tilfælde af slidgigt i hofte og knæ en skæv fodstilling, og mange slidgigtpatienter kunne ifølge Rikke Godthjælp slippe for deres invaliderende gener ved at få justeret fodstillingen.

Posturologien indeholder flere forskellige behandlingsformer.

En af dem er auriculo-terapi, som er en særlig form for øreakupunktur. Denne behandlingsform har Rikke også tillært sig, og hun kombinerer den ofte med den klassiske akupunktur.

Forskellen på de to metoder er blandt andet nålene og deres placering.

Hvor man i klassisk akupunktur benytter lange og meget tynde nåle på hele kroppen, får man ved auriculo-terapi udelukkende sat ganske små og lidt tykkere nåle i ørerne, hvor de kan sidde i flere uger.

Posturologi er en neurologisk lægevidenskab, som er meget anerkendt i bl.a. Frankrig, Italien og USA, hvor den kan studeres på en række universiteter.

Herhjemme er den relativt ny.

**Tænder, som sidder fast,  
som kan bruges til at tygge med,  
som du tør le og grine med!**

## TANDIMPLANTAT

Med tandimplantater har vi i 20 år kunnet hjælpe mange mennesker til et liv med en bedre kvalitet.

Vi kan derfor tilbyde den bedste individuelle løsning med hensyn til udseende og fysiske forudsætninger. Det system vi vælger er f.eks. Brånemark, Astra.

Det er en stor fordel, at hele behandlingen sker på vor klinik, pris fra 9.800.- d. kr for implantat tand.

Du er velkommen til en uforbindende konsultation, som kan blive begyndelsen til et nyt og rigere liv!



### MALMO IMPLANTATGRUPP

Friisgatan 31, 21421 Malmö

Tlf. 0046 40975757 - Fax 0046 40305627

stefan.ohlsson@dental.se - www.stefanohlsson-dental.se



## Ny behandling af slidgigt med kroppens egne helingsmekanismer

“Førhen havde jeg konstante smerter i benet, når jeg skulle klare de daglige gøremål. Nu er jeg smertefri og har lige været på shoppingtur med min veninde i London.”

– Anette Schliemann, Orthokin patient på Hamlet

### Udnyt kroppens egne helingsmekanismer

Med den nye Orthokin® serumbehandling kan vi behandle tidlige stadier af slidgigt effektivt blot ved at udnytte kroppens egne helingsmekanismer. Smerterne mindskes, bevægeligheden forbedres og den gradvise nedbrydning af leddet bremses – uden risiko for følgevirkninger, idet man udelukkende anvender beskyttelsesproteiner udvundet fra patientens eget blod.

**Kontakt Hamlets Reumatologiske Klinik på telefon 3817 0626 eller mail til team7@hamlet.dk for at høre nærmere.**

 **PRIVATHOSPITALET HAMLET**

H. V. Nyholms Vej 21 • 2000 Frederiksberg

Gyngemose Parkvej 66 • 2860 Søborg

www.hamlet.dk • info@hamlet.dk

