

Artikeln är hämtad från danska Hjernesgade foreningens medlemsblad: Hjerneskadet nr 4 December 2017.

<https://hjerneskadet.dk/category/foreningen/medlemsblad/>

KLANGMASSAGE

Tekst: Aase Ploug Knudsen, massageterapeut og klangmassør, Krop & Trivsel
Foto: Privat

Mogens blev ramt af en hjerneblødning i 2009. Han blev lammet i venstre side og fik svært ved at tale. Stemmen blev svag, hæs og utydelig, og andre havde svært ved at forstå, hvad han sagde. Det ændrede sig med klangmassage.

I tidens løb har Mogens mange gange modtaget forskellige former for massage, og han ved, at det kan give positive forandringer i kroppen.

MASSAGE OG HJERNESKADE

Massageterapeut og klangmassør Aase Ploug Knudsen er uddannet sygehjælper og plejer og har i mange år arbejdet med mennesker med forskellige udfordringer fra hjernen.

- Jeg arbejder med helheden, når jeg har klienter med hjerneskaade. Det er meget anderledes end fysiurgisk massage, som de fleste kender til. Alle klienter får en behagelig massage, hvor jeg aktiverer kredsløb og rensesystem, sætter bevægelse i muskler, væv og led og skaber ny energiforsyning i hele kroppen. Jeg arbejder meget med vævet omkring leddene med henblik på at øge fleksibilitet. Velvære, et sindsuæssigt løft og glæde ser jeg hos alle efter en massage på cirka 75 min. Det er yderst forskelligt, hvordan den enkelte reagerer på massagen, men for nogle sker det, som Mogens har oplevet, at bevægeligheden lader sig udvikle.

Krop og Trivsel, www.kroptrivsel.dk

Derfor bad han allerede, mens han stadig var indlagt efter hjerneblødningen, om at få massage som en del af genoptræningen, men det var ikke muligt. Efter udskrivelsen tog han derfor kontakt til massageterapeut Aase Ploug Knudsen for at få hjælp til arbejde med den lammede side af kroppen.

- Allerede efter første helkropsmassage kunne jeg bevæge mig bedre. Jeg fik lettere ved at løfte min arm og bevæge mine fingre. Hvor jeg før kun kunne slæbe min venstre fod hen til den højre, når jeg skulle gå, fik jeg nu en skridtlængde, der var forlænget med cirka 10 cm, fortæller Mogens.

Mogens led desuden af vedvarende hovedpine efter hjerneblødningen, hvilket han talte med sin terapeut om. Tilfældigvis var hun også klang-





Genoptræning
og
rehabilitering

massør og fandt derfor sin store klangskål frem og satte den på Mogens' hoved. Det viste sig at få en uventet virkning.

- Hun vendte den om med bunden i vejret, og jeg fik den på hovedet, mens jeg sad på en stol. Skålen blev slået an, og jeg sad i min egen lyd-klokke og mærkede, hvordan lyden bevægede sig rundt om mit hoved. "Det gør godt i mit hoved," sagde jeg, og samtidig udbrød Grethe, min kone: "Jamen Mogens dog. Hør lige din stemme; den er jo helt forandret!" Og min stemme var højere, klarere og meget mere sammenhængende. I løbet af bare to minutter var hæsheden trådt i baggrunden, fortæller Mogens om sin første oplevelse med klangmassage.

Også Mogens' talepædagog blev overrasket, da han få dage senere skulle til taletræning. Talepædagogen havde ikke tidligere oplevet noget lignende. Som følge af det uventede resultat meldte Mogens sig til et forløb, hvor han fik klangmassage en gang om ugen i fem uger. Selv er han ikke i tvivl om, at forløbet har haft en stor effekt.

- Når jeg har skålen på hovedet, mærker jeg mere og mere, at vibrationerne arbejder på skadesstedet i hjernen, og jeg har efterfølgende færre spændinger i hovedet. Førhen var jeg nødt til at bruge afføringsmiddel, men min mave har fungeret efter første møde. Efter tredje møde kunne jeg pludselig rette mig op og gå rank og naturligt med min rollator, hvor jeg ellers har skullet koncentrere mig meget for at gå eller dreje mig. Min venstre fod er mere stabil at træde på, og selv en gammel ankelskade, fra jeg var 14, år er blevet bedre. Min stemme bliver bedre fra gang til gang, selvom jeg taber lidt af kraften i ugen imellem klangmassagen, og mine fingre og min arm reagerer hurtigere og er mere frie i bevægelserne, siger Mogens.

Mogens fortæller, at han efter klangmassagen kan føle sig træt, men når han vågner rigtigt igen, føler han sig mere glad og bedre tilpas. Også hustruen Grethe fortæller, at hun oplever, at Mogens har opnået en bedre psykisk balance.

VIBRATIONER PÅ SYDFYN

Lokalafdelingen på Sydfyn har afholdt en workshop, hvor deltagerne fik lejlighed til at mærke klangmassage på egen krop. En sådan workshop begynder med, at klangskålene bliver slået an, mens de står på et bord. Herved opstår lyd og vibrationer, som sætter kroppens væske og små celler i bevægelse. Deltagerne lægger deres underarme fladt på bordpladen, hvor skålene står, så vibrationerne kan mærkes op gennem armene. Dernæst flyttes klangskålene til håndflader, skuldre og til sidst hovedet. Workshopen afsluttes med cirka 30 minutter på briksen med skåle på kroppen. Skålenes vibrationer bringer modtageren i en dybt afslappet tilstand, hvor krop og sind holder helt fri og tager imod. Modtageren er efter en tur på briksen på samme tid træt, glad og i bedre balance.

KONTAKTINFO HOVEDTROPPERNE



Hele landet:
Lonnie Braagaard
☎ 2020 4080
mail@hjsf-sydfyn.dk

Fyn:
Lonnie Braagaard
☎ 2020 4080
mail@hjsf-sydfyn.dk

København:
Marie Stuberg
☎ 6091 2503
angelinasimic@hotmail.com

Aalborg:
Charlotte Søndergaard
☎ 5055 6544
aalborg@hjerneskaforeningen.dk

Næstved:
Maria Jensen
sleepy-maria@hotmail.com

Århus/Østjylland:
Marie Erlendsson

Slagelse:
Lise Kiving
☎ 2299 3972
lise-n@live.dk



FYR
forum for yngre ramte



KONTAKTINFO FYR

Dorthe Dyr,
dortheDyr@live.dk
☎ 2784 7807

Gitte Andersen,
gitteandersen117@gmail.com
☎ 5358 8839

Jan Barner Pedersen
janvimmer@hotmail.com
☎ 2348 4947

Marianne Kampmann,
mariannekampmann@gmail.com
☎ 5151 9891

Karina Fyhn Ryborg
fyhnryborg@hotmail.com

Uffe Ravn,
indtilvidere@hotmail.com
☎ 2947 5570

Kenneth Kinastowski
kenneth@hjerneskaforeningen.dk
☎ 2812 5818