



DANSK SØVNAPNØ FORENING

Forskellige bud på behandlingsforslag i forbindelse med Insomnia/søvnløshed..

I nogle tilfælde må det etablerede sundhedssystem give op over for patienter med problemer med søvnløshed. I disse tilfælde kan det være en ide at overveje at vende blikket mod de såkaldte alternative terapiformer. Her er der forskellige muligheder, f.eks. kinesiologi, tankefeltterapi samt homøopati.

De nævnte terapiformer tager udgangspunkt i at skabe balance i vores energisystem. Man kan også sige at det handler om at afbalancere vores energisystem og vores nervesystem.

Kinesiologi.

Ved hjælp af en muskeltest forsøger kinesiologen at afbalancere kroppens energisystem, meridianerne (de samme energibaner, som anvendes ved akupunktur). Kinesiologen kan ved hjælp af en muskeltest afdække, hvor i kroppen ubalancerne ligger, hvilke ubalancer der ligger bag klientens symptomer, samt hvad der skal gøres for at oprette balancen, så klientens egne ressourcer og selvhelbredende kræfter kan aktiveres.

En kinesiolog kan også hjælpe med at finde frem til allergier og intolerancer, der godt kan være medvirkende til søvnforstyrrelser

Se www.kinesiologi.dk, hvor man kan under ”Find en kinesiolog” kan se hvilke Kinesiologer, der er i de forskellige landsdele.

Tankefeltterapi.

Tankefeltterapi er specielt godt til at afhjælpe fobier.

I Tankefeltterapi bliver klienten bedt om at tænke på problemet og tune ind på de belastende følelser, som blandt andet kan være en fobi, et traume, et savn, angst, sorg eller følelser som vrede, depression eller fysisk smerte. Ved behandling med Tankefeltterapi stimuleres energipunkter på kroppens meridianbaner, også kendt som akupunktur meridianerne, i en bestemt rækkefølge.

Mange Kinesiologer anvender også tankefeltterapi.

RAB- behandlere.

Når man leder efter en alternativ behandler er det en god ide at sikre sig en terapeut, der er RAB-registreret.

RAB står for Registreret Alternativ Behandler

En Registreret Alternativ Behandler er en behandler, som er medlem af en brancheforening, der er

godkendt som registreringsansvarlig forening af Sundhedsstyrelsen på baggrund af, at de lever op til nærmere fastsatte krav inden for uddannelse, efteruddannelse, etik, god klinisk praksis, journalføring m.m.

Danske Kinesioleger har fastsat nogle **minimumskrav** til uddannelsen til Kinesiolog RAB:

250 undervisningstimer/lektioner kinesiologi samt 10 timer praktik

200 undervisningstimer/lektioner fysiologi og anatomi

100 undervisningstimer/lektioner sygdomslære

50 undervisningstimer/lektioner psykologi

10 undervisningstimer/lektioner klinikvejledning/klinikbehandling og vejledning/basal sundhedslovgivning, herunder autorisationslovenes bestemmelser om forbeholdt virksomhed og lægelovens øvrige kvaksalveribestemmelser

50 undervisningstimer/lektioner med introduktion til andre alternative behandlingsformer

12 undervisningstimer/lektioner førstehjælp

Neurexan– homøopatisk middel

Der findes megen omtale af produktet. Prøv at Google eller se [Neurexan mod søvnforstyrrelser | Sund-forskning.dk](#)

Andet homøopatiske produkter

Bella Donna D6 (dråber)

Life-wave – Silent Night, energiplastre

Ny søvntechnologi - Naturligt alternativ til at forbedre søvnen

- Stimulerer kroppens naturlige produktion af Melatonin
- Afslapper hjernen
- Forbedrer åndedræt og iltoptagelse
- Modvirker snorken

Indholdet i disse plastre er helt ufarlige. De indeholder vand, oxygen og aminosyre. Når de kommer i forbindelse med kroppens infrarøde stråler så bliver de aktiveret. Signalerne sender via kroppens medianer.

Det har været kendt i tusindvis af år, at særlige lysfrekvenser kan føre til specifikke ændringer i den menneskelige krop. Når du går ud i solen, resulterer lysfrekvenser i, at din krop begynder at producere D-vitamin. En anden lysfrekvens (UV) får din krop til at producere melanin, det kemiske stof, som gør, at din hud bliver solbrændt.

LifeWave Silent Night-plastrene benytter denne viden til at stimulere akupunkturpunkterne på din krop. Dermed forbedres energiflowet, og der produceres medicinfri søvn efter brug blot en aften.

<http://www.lifewave.com/danish/research.asp#published>

Går man ind på ovenstående link og vælger følgende emne, så kan man finde nogle forskningsresultater **Organic Nanopatch Device Improves Sleep and Enhances Vital Organ Function**

22nd International Conference on Electronics Communications & Computing (Feb-Mar 2012)