

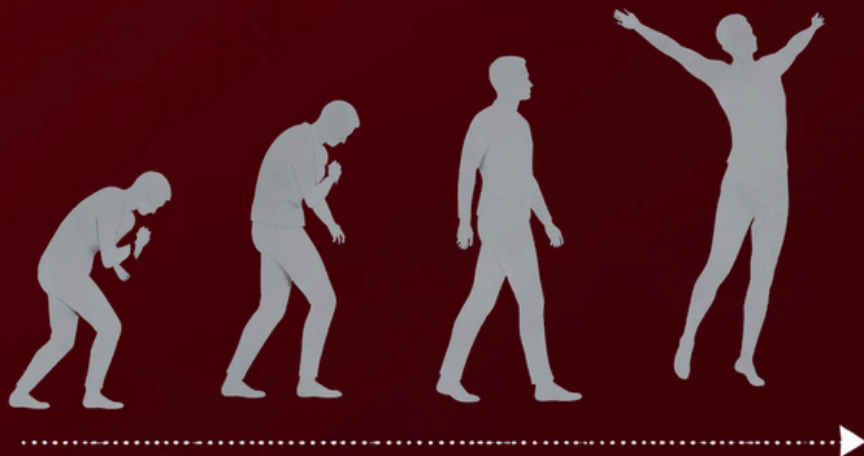
Farvel til
KRONISKE SMERTER

på

5 TIMER

Med

ST-BEHANDLING



FRA SYMPTOM TIL FRIHED

MIGRÆNE · MAVEPROBLEMER · KRONISKE
SMERTER · PSORIASIS · ANGST · TRAUMER

Kroniske smerter – mere end vævsskade

Kroniske smerter rammer mere end 1 million danskere

Smerter kan have flere lag.

En skade kan starte processen. Men når smerterne fortsætter, selv om vævet er helet, spiller hjernens signaler ofte en afgørende rolle.

Hos mange er kroppen rask ved undersøgelser – og alligevel er smerterne vedvarende.

Det rejser et vigtigt spørgsmål:

Måske handler kroniske smerter ikke kun om kroppen, men også om den måde hjernen fastholder smerte på.

Smerten mærkes i kroppen.
Men det er hjernen, der styrer den.

For nogle betyder det, at kroppen aldrig helt får ro – fordi hjernen fortsætter med at sende smertesignaler.

ST-behandling bygger på den forståelse, at når der ikke findes en aktiv skade, spiller hjernens signaler en central rolle.

Det faglige grundlag

Forskning i smerteregulering

Moderne smerteforskning viser, at smerte ikke kun afhænger af vævsskade – den bearbejdes og reguleres i hjernen.

Når smerter har stået på længe, kan nervesystemet blive mere følsomt. Det kaldes central sensibilisering.

Smerten kan opleves stærkere og vare ved – selv om den oprindelige skade er helet.

Ved mange kroniske smertetilstande finder man ikke en aktiv skade, men ændringer i den måde hjernen bearbejder og regulerer smerte på.

Forandring kan ske hurtigt

Hvis kroniske smerter kun skyldtes en aktiv skade, ville de ændre sig i takt med vævets heling.

Men sådan er det ikke altid.

Mange oplever, at smerter kan dæmpes hurtigt, og at kroppen falder mere til ro.

Det sker uden ny medicin og uden behandling af selve vævet.

Når hjernens signaler ændrer sig, følger kroppen ofte med.

Det peger på noget centralt:

Kroniske smerter handler i mange tilfælde ikke kun om skade – men også om den måde hjernen regulerer smerte på.

Hvad er ST-behandling?

ST står for Subliminal Terapi

Subliminal Terapi er en behandlingsmetode, der har til formål at genskabe en mere naturlig og stabil kommunikation mellem hjernen og kroppen.

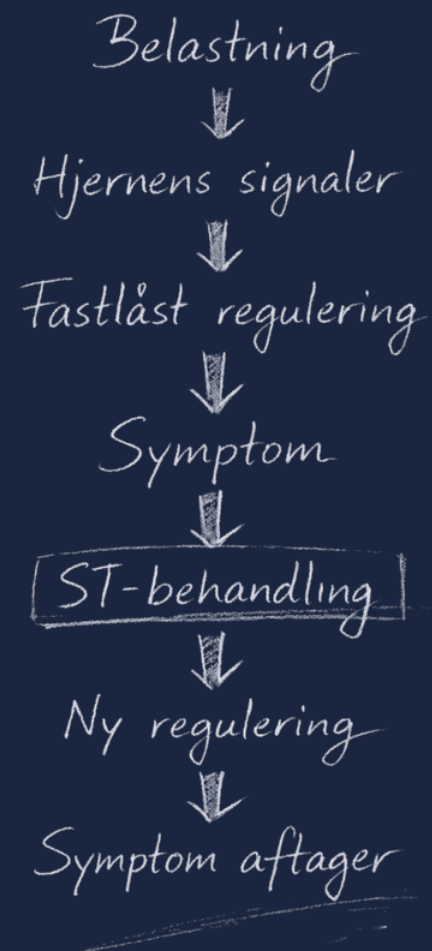
Kort sagt arbejder vi med de signaler, hjernen sender til kroppen.

Ved kroniske smerter er det ikke sjældent hjernen, der bliver ved med at sende for kraftige smertesignaler.

ST-behandling går ud på at påvirke netop disse signaler.

Vi arbejder ikke direkte med muskler, led eller ryg – men med den måde hjernen påvirker kroppen på.

Målet er, at hjernen igen sender roligere signaler, så kroppen kan falde til ro.



Hvorfor opstår kroniske smerter?

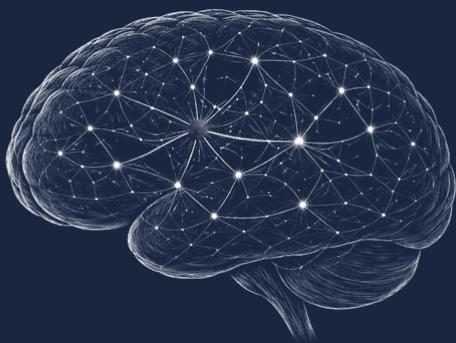
Vi reagerer ikke alle ens

Nogle får problemer med maven.

Andre med huden.

Andre med ryg, nakke eller led.

Kroppen reagerer forskelligt fra menneske til menneske.



Når smerten bliver hængende

Nogle gange starter smerte med en reel skade – fx en diskusprolaps, en forstuvning eller en operation.

Men selv når skaden er helet, kan smerterne fortsætte.

Ved længerevarende belastning kan hjernen vænne sig til at være i alarm.

Den kan begynde at sende stærkere smertesignaler, som varer længere og lettere vender tilbage.

Så kan smerte udvikle sig fra en reaktion til en tilstand i sig selv.

Hvorfor kan ST hjælpe?

Smerter kan fortsætte – også uden en skade

De kan begynde med en skade, men når smerterne fortsætter efter heling, bliver hjernens regulering ofte en del af problemet.

Kroppen kan have vænnet sig til at reagere på en bestemt måde – og det, der er tillært, kan også ændres.

Hjernen kan lære at dæmpe de signaler, der holder smerterne i gang.

Når signalerne ændres, falder kroppen også mere til ro.

ST-behandling arbejder netop med disse signaler.

Ikke ved at fjerne smerten direkte, men ved at ændre den måde hjernen fastholder den på.

Målet er, at kroppen igen finder en mere naturlig og stabil balance.

Hvordan foregår en ST-behandling i praksis?

Behandlingen foregår roligt og i et trygt tempo

Du sidder eller ligger afslappet med lukkede øjne.

Du er hele tiden vågen og bevidst.

Behandlingen kan foregå i klinikken eller online – med samme rolige og fokuserede ramme.

Behandlingen følger en struktureret proces, hvor vi arbejder med de signaler i hjernen, der udløser og fastholder symptomer.

Formålet er, at hjernen begynder at regulere mere stabilt – så symptomerne bliver mindre, sjældnere eller ophører.

“Det afgørende er ikke symptomet – men det, der sætter det i gang.”

— Carsten Laursen
ST-behandler



Næste skridt: Forundersøgelse

Gratis forundersøgelse

Du har måske prøvet flere behandlinger uden det ønskede resultat. Det forstår vi.

Derfor tilbyder vi en gratis og uforpligtende forundersøgelse, hvor vi sammen afklarer, om ST-behandling er det rette for dig.

Formålet er enkelt:

At du kun starter et forløb, hvis der er et reelt grundlag for forandring.

Læs mere og book tid

www.subliminal-psykologi.dk

Behandlingen foregår i klinikken i Viborg eller online.

Kontakt

ST-behandlingsforløb

ST-behandling er kendetegnet ved korte og målrettede forløb.

Forløbet er koncentreret med en klar målsætning om afslutning inden for 3–5 sessioner á 60–90 minutter.

Fokus er på ét symptom – fx migræne eller irriteret tyktarm – eller én samlet problemstilling. Typisk afholdes én session om ugen.

For de fleste afsluttes forløbet inden for denne ramme. Nogle har behov for lidt længere tid – uden merpris.

Vi arbejder ikke ud fra et fast antal timer, men frem mod en reel og mærkbar forandring.

Pris for behandlingsforløb

Pris: 7.500 kr.

Du betaler for et samlet forløb – ikke for den enkelte session.
Betaling kan opdeles i to rater

Kontakt

☎ 26 16 03 52
subliminal.psykologi@gmail.com
www.subliminal-psykologi.dk

Hjultorvet 2A, 1. sal
8800 Viborg

Carsten Laursen

Udvikler af Subliminal Psykologi
ST-behandler