

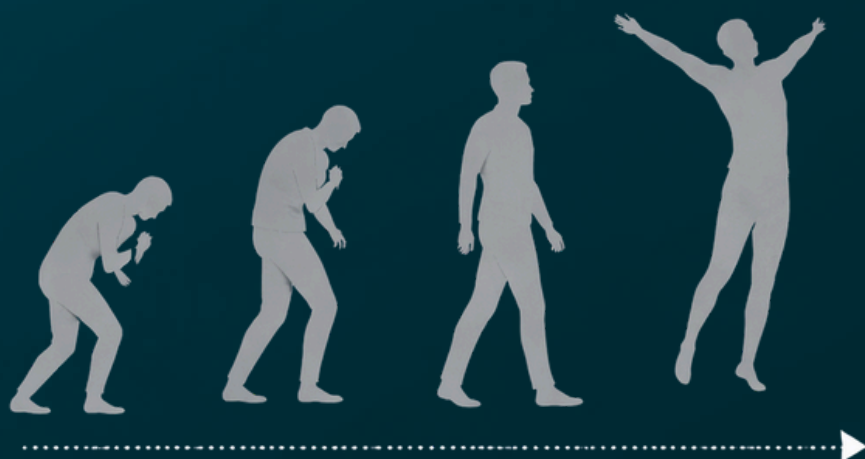
Farvel til
MIGRÆNE

på

5 TIMER

med

ST-BEHANDLING



FRA SYMPTOM TIL FRIHED

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

En anden forståelse af migræne

Migræne rammer i dag mere end 650.000 danskere

For mange migræneramte er undersøgelserne helt normale – selv om anfaldene er voldsomme og tilbagevendende.

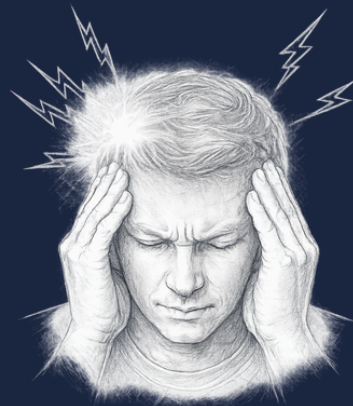
Det peger på noget vigtigt:

Migræne skyldes i de fleste tilfælde ikke en strukturel skade, men en ændret måde hjernen reagerer på.

Smerten mærkes i hovedet. Men anfaldet starter i hjernen.

Når reaktionen bliver for kraftig, kan nervesystemet pludselig skifte gear – og så begynder anfaldet.

Det er denne reaktion, der i mange tilfælde kan ændres.



“En tommelfingerregel er: Hvis dine smerter eller symptomer har varet mere end seks måneder, og alvorlig sygdom er udelukket, er det fornuftigt at lede efter forklaringen i hjernens signaler.”

— Carsten Laursen
ST-behandler

Hvad er ST-behandling?

ST står for Subliminal Terapi

ST-behandling er en målrettet metode til at ændre automatiske reaktionsmønstre i nervesystemet.

Den er særligt velegnet til at ændre de uhensigtsmæssige signaler, som hjernen kan sende, og som i mange tilfælde er med til at igangsætte kroniske tilstande – herunder migræne.

Behandlingen foregår i en rolig, fokuseret tilstand og anvender mild hypnose til at støtte hjernen i at udvikle nye og mere hensigtsmæssige måder at reagere på.

Kort sagt handler det om at ændre de signaler, hjernen sender, når et migræneanfald opstår.



Hvorfor opstår migræne?

Vi reagerer ikke alle ens

Nogle får problemer med maven.
Andre med huden.
Andre med hovedet.

Når man har været presset eller belastet gennem længere tid, kan hjernen vænne sig til at være på overarbejde.

Ved migræne betyder det, at hjernen lettere går i alarm.

Den kan forstærke smerte, gøre lys og lyd sværere at holde ud og udløse ubehag.

Så kan et anfald opstå – selv om der ikke er en farlig sygdom i hjernen.

Smerten mærkes i hovedet.
Men det er hjernen, der sætter den i gang.

Hvad med triggere?

Mange med migræne kender deres triggere – stress, søvnmangel, hormoner, lys eller bestemte fødevarer.

Triggere er virkelige.
Men de er sjældent selve årsagen.

De sætter et system i gang, som allerede reagerer uhensigtsmæssigt.

Når hjernens signalering ændres, ændres også den måde kroppen reagerer på.

Hvorfor kan ST hjælpe?

En målrettet tilgang til at ændre kroppens reaktioner

Migræne opstår i mange tilfælde uden en strukturel forklaring.

I stedet hænger den sammen med den måde hjernen reagerer på og sætter anfald i gang.

ST-behandling er udviklet til at ændre netop disse signaler.

Vi arbejder ikke udenom symptomet – men med de mentale og neurale processer, der udløser det.

Når disse processer ændres, ændrer hjernen sin reaktion.

Målet er ikke at dæmpe migrænen udefra, men at ændre den indre proces, der sætter den i gang.



"Hjernen er neuroplastisk. Fastlåste mønstre, der forårsager kroniske tilstande, kan ændres."

— Carsten Laursen
ST-behandler

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