

FARVEL TIL IRRITABEL TYKTARM

En ny måde at forstå og
behandle vedvarende maveproblemer på



ST-BEHANDLING

DET HANDLER IKKE KUN OM TARMEN

Irritabel tyktarm rammer mere end **800.000** danskere.

Hos mange er tarmen rask ved undersøgelser – selv om symptomerne er tydelige og langvarige.

Det rejser et vigtigt spørgsmål:

Måske handler irritabel tyktarm ikke kun om selve tarmen, men om den måde hjernen styrer tarmens bevægelser og reaktioner på.

Symptomerne mærkes i maven. Men det er hjernen, der sætter dem i gang.

For mange betyder det, at maven aldrig helt får ro – fordi hjernen fortsætter med at sende for kraftige signaler.

ST-behandling bygger på den forståelse, at når der ikke findes en forklaring i selve tarmen, kan hjernens signaler spille en central rolle.



DET FAGLIGE GRUNDLAG

Hjerne-tarm-aksen og kroppens automatiske regulering



1 FORSKNING I HJERNE-TARM-AKSEN

Moderne forskning viser, at hjernen og tarmen er tæt forbundet.

De kommunikerer hele tiden.

Når vi bliver pressede eller belastede, påvirker det maven direkte.

Hos personer med irritable tyktarm ser man ofte, at denne forbindelse reagerer stærkere end normalt.

Maven kan lettere komme i uro og reagere kraftigere på signaler fra kroppen.

Der ses som regel ingen skade i selve tarmen.

Men samspillet mellem hjerne og tarm kan være kommet ud af balance.

2 FORANDRING KAN SKE HURTIGT

Hvis irritable tyktarm skyldtes en fysisk skade eller sygdom i selve tarmen, ville ST-behandling ikke kunne gøre en forskel.

Men sådan er det ofte ikke.

Når lægen har udelukket fysisk sygdom, bør man undersøge en anden mulighed:

At hjernen ubevidst påvirker tarmens funktion.

Det forklarer, hvorfor nogle oplever hurtige forandringer.

Når hjernens signaler ændrer sig, kan tarmens reaktion ændre sig.

Det peger på noget vigtigt:

Problemet ligger i mange tilfælde ikke i selve tarmen – men i den måde hjernen påvirker den på.

HVAD ER ST-BEHANDLING?

En metode til at påvirke dine
automatiske reaktionsmønstre

ST står for Subliminal Terapi.

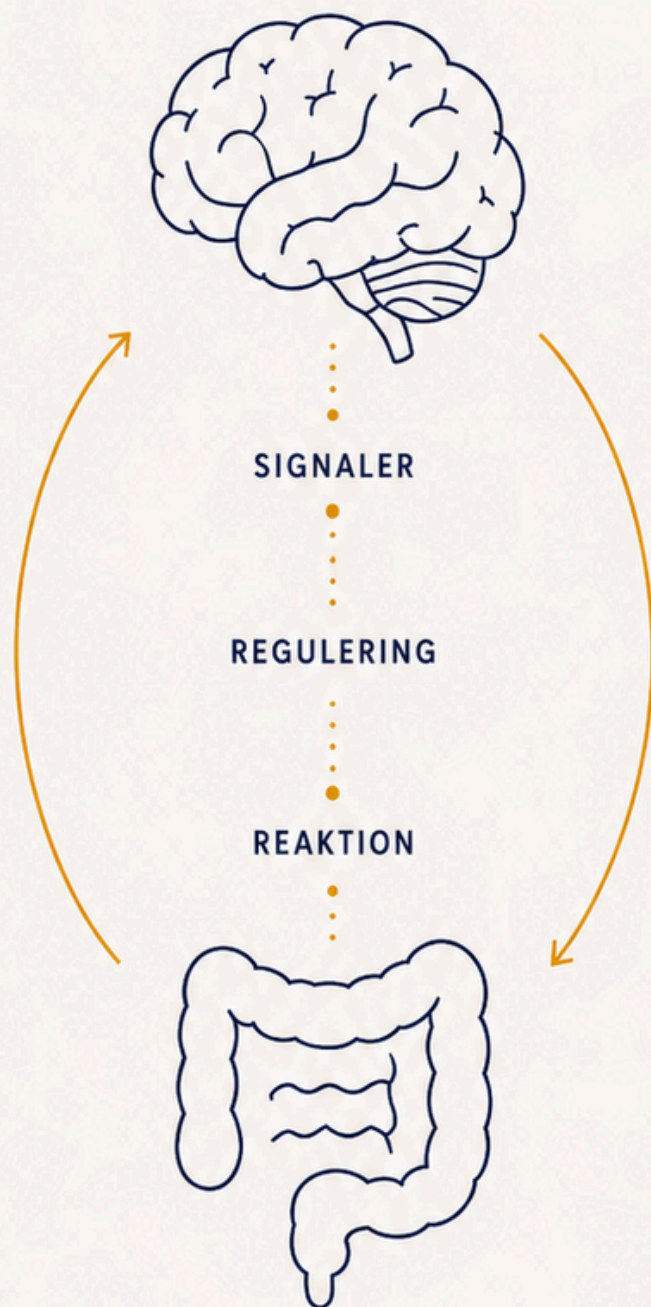
ST-behandling er en målrettet metode til at arbejde med automatiske reaktionsmønstre i nervesystemet.

Den anvendes, når hjernen ser ud til at fastholde uhensigtsmæssige signalmønstre, som kan være med til at vedligeholde symptomer – herunder irritabel tyktarm.

Behandlingen foregår i en rolig, fokuseret tilstand med mild hypnotisk guiding.

Målet er at hjælpe hjernen til at udvikle nye og mere hensigtsmæssige måder at regulere kroppen på.

Kort sagt handler det om at ændre de signaler, hjernen sender, når maven kommer i uro.



HVORFOR OPSTÅR IRRITABEL TYKTARM?

Vi reagerer ikke alle ens

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

Kroppen reagerer forskelligt fra
menneske til menneske.

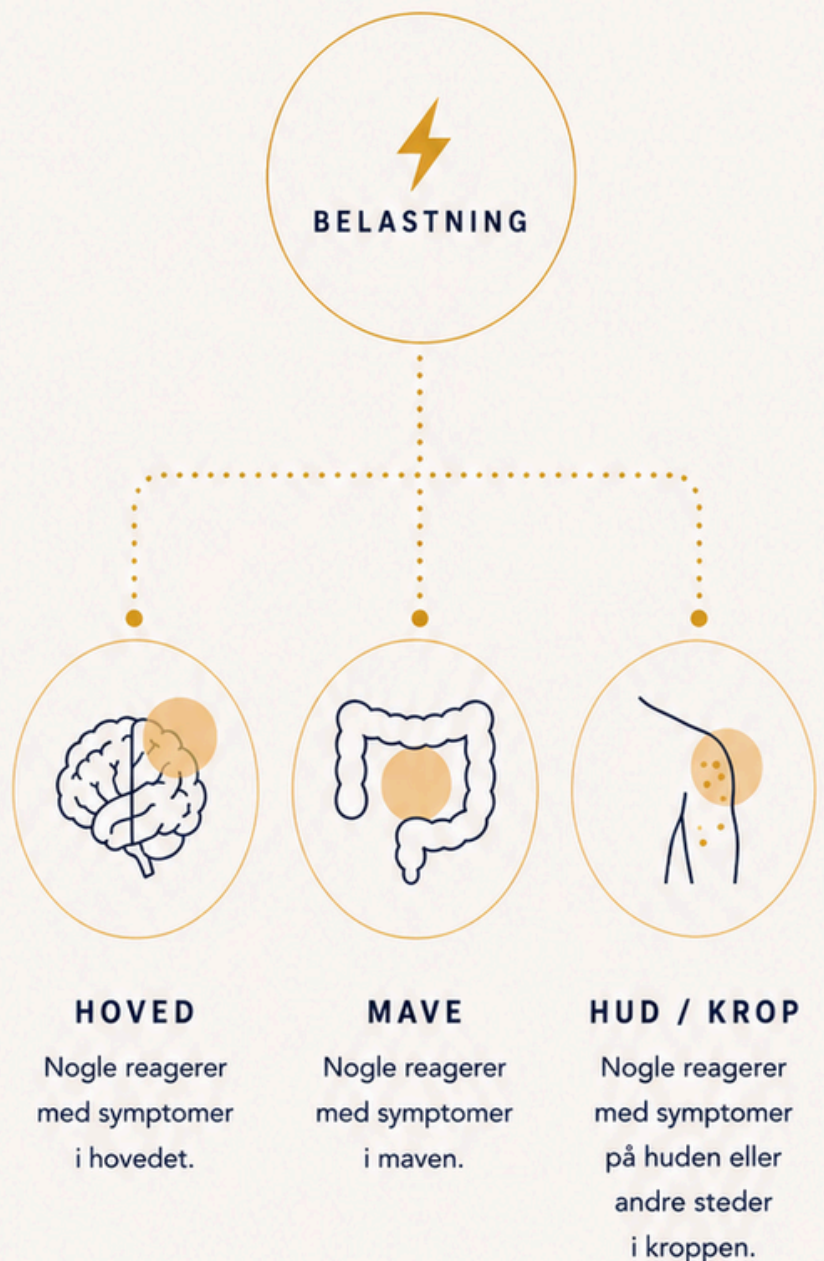
Ved længerevarende belastning kan
hjernen vænne sig til at være i alarm.

Forskning peger på, at forbindelsen
mellem hjerne og tarm hos mange med
irritabel tyktarm reagerer stærkere end
normalt.

Det betyder, at hjernen kan påvirke
maven for kraftigt.

Den kan ændre tarmens bevægelser
og gøre den mere reaktiv.

Så kan der opstå smerter, uro og
ændringer i afføringen – selv om der ikke
er en synlig skade i selve tarmen.



HVORFOR KAN ST HJÆLPE?

En målrettet tilgang til at ændre kroppens reaktioner

Irritabel tyktarm opstår i mange tilfælde uden en strukturel forklaring.

I stedet hænger tilstanden sammen med den måde hjernen påvirker tarmens funktion på.

ST-behandling er udviklet til at arbejde med netop disse signaler.

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

Når disse processer ændres, kan kroppens reaktion også ændre sig.

Målet er ikke at dæmpe symptomerne udefra, men at påvirke den indre proces, der sætter dem i gang.

“

Hjernen er
neuroplastisk.
Fastlåste mønstre
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

GRATIS FORUNDERSØGELSE

Næste skridt

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.



3–5
SESSIONER



60–90
MINUTTER



**KORT &
MÅLRETTET**
FORLØB

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