

Hovedpine / migræne.

Hovedpine og migræne er nogle meget brede diagnoser, som i virkeligheden kan optræde meget forskelligt fra person til person. Hovedpine kan f.eks være knyttet til nakken, toppen af hovedet, tindingerne eller være lokaliseret bag øjnene. Det kan være enkeltsidigt eller dobbeltsidigt. Hovedpinen og migrænen kan variere meget i hyppighed og styrke. Nogle kvinder oplever, at hovedpinen kommer op til menstruation, andre personer oplever, at hovedpine og migræne kommer i forbindelse med stress eller anden psykisk belastning. Nogle gange er det svært at se nogen årsag.

Undersøgelsen vil afdække Dit specielle problem. Jeg vil høre om dine specifikke symptomer, spørge til Din arbejdssituation og til Dit helbred generelt. Ud fra disse oplysninger stiller jeg en diagnose ud fra traditionel kinesisk medicin (TCM). Jeg vil se på Din holdning og hvor meget, Du kan bevæge hovedet (dreje, nikke osv.). Jeg undersøger musklerne i skuldre og nakke og finder således ud af, hvor problemet er lokaliseret ud fra en fysioterapeutisk synsvinkel.

Behandlingen vil bestå af akupunktur, massage, ledmobilisering i skuldre og nakke (dvs. at låste led løsnes blidt) og laser. Desuden får Du et øvelsesprogram med hjem, som det tager ca. 15 min. at udføre. Det skal Du lave ca. 2 gange om dagen.

Det er svært at sige, hvor mange behandlinger, der kræves før du er symptomfri. Men efter 1. gang skal Du føle, at vi har haft "fat i det rigtige". Efter 3. gang skal Du føle en klar forbedring af din situation. Det er nødvendigt med 1 times behandling pr. gang.

Se udtalelse fra en patient under punktet "Udtalelser".