

Kamppi-Eira nro.21/08

## *Luonnonmukaisesti tasapainoon*

*Ilona Ollikkala*

Moderni vyöhyketerapia on luonnonmukainen täydentävä hoitomenetelmä. ”Yleisimpiä hoidettavia vaivoja ovat niska- ja hartiakivut, stressi, päänsäryt, aineenvaihdunnalliset häiriöt ja vauvojen koliikki”, kertoo **vyöhyketerapeutti Leena Jäntti**.

Jäntin Lapinlahdenkadulla sijaitseva hoitotila kertoo paljon yrittäjästä ja hoitojen kokonaisvaltaisuudesta. Tilassa kaikki on harkittua. Fengshui-asiantuntija on suunnitellut sisustuksen ja sähkökin tulee tuulivoimalasta.

Moderni vyöhyketerapia perustuu ikivanhaan oppiin kehon vyöhykeradoista ja heijastepisteistä. Sen mukaan korvalehdet, jalkaterät ja kämmenet sisältävät koko kehon informaation pienoiskoossa.

Näin ollen painamalla heijastepisteitä esim. jalassa voidaan hoitaa selässä tuntuvaa kipua. Hoito aktivoi ihmiskehon luonnollista pyrkimystä tasapainoiseen tilaan.

Hoidon pohjalla olevan ihmiskäsityksen mukaan keho, tunteet ja mieli ovat kokonaisuus. Keho viestii kivulla tai häiriötilalla tasapainon järkkyneen. Hoitoon tullessa tehdään alkuhaastattelu, jossa kartoitetaan laajasti hoidettavan oireita, perimää ja mahdolliset esteet hoidolle. Tällaisia voivat olla mm. lääkärin hoitoa vaativa sairaus ja raskaus kolmen ensimmäisen kuukauden aikana.

Kokonaisvaltainen hoito suunnitellaan aina yksilöllisesti. Hoidoissa Jäntti käsittelee, pääsääntöisesti käsin painelemalla ja hieromalla, koko kehon vyöhykeratoja ja heijastepisteitä. Apuna voidaan käyttää myös magneetteja ja mikrovirtaa. Oleellista on auttaa asiakasta löytämään vaivojen alkuperäinen syy, joka on aiheuttanut häiriön.

Modernista vyöhyketerapiasta on kehittynyt myös tunne-elämän ongelmiin keskittyvä psykologinen vyöhyketerapia. Siinä kehollisen hoidon lisäksi käydään läpi keskustelemalla elämänkaarta, perimää ja tunnehaavoja.

*”Olemme perimän ja eletyn elämän summa”*, Jäntti ynnää. Monet saavat apua jo siitä, että voivat luottamuksellisesti kertoa tunteistaan ja elämästään, jolloin jää tilaa omille oivalluksille. *”Tervehtymisen avaimet ovat jo valmiina meissä”*, toteaa Jäntti.