

Seitai är en japansk läkemetod

Bakgrund

Seitai härstammar från akupunkturen men utförs med enbart händerna. Det är en form av specialiserad akupressur där hänsyn tas till både hur hårt, hur länge och i vilken vinkel punkten ska fångas.

Vi söker efter orsaken till ditt problem och nöjer oss inte med symptombehandling. Det är meningen att du ska bli bra för alltid, inte bara för stunden. Seitai hjälper till att identifiera och lösa upp de hinder för självläkning som föreligger ditt problem.

Det handlar om självläkning genom fokuserat och ökat ki-flöde (qi, chi), att vi ska lära oss att lyssna på kroppens signaler, att respektera vår kropp och oss själva och inte stänga av utan öka vår lyhördhet för våra egna behov.

Hur går en behandling till?

Under behandlingen ligger du fullt påklädd på en tunn madrass på golvet eller på behandlingsbänken. Terapeuten jobbar med enbart sina händer och känner bl a på din rygg och dina ryggkotor. Kroppen skannas av och behandlingen utgår sedan från de ställen/punkter där vi finner obalans/spänningar. Inget fast schema följs utan det är vad din kropp visar upp här och nu som vi utgår ifrån. Det går alldeles utmärkt att ha på sig vanliga kläder men om du söker för ischias eller bäckensmärtor är det bra om du under behandlingen har på dig ett par mjuka byxor (ej jeans med tjocka sömmar vid bakfickorna) för då är det lättare att både känna och behandla.

Vad kan behandlas?

Eftersom Seitai fungerar hälsofrämjande i både förebyggande syfte och som direkt-hjälp vid pågående besvär blir de flesta problem bättre vid en behandling.

Här följer några exempel på när Seitai kan hjälpa dig:

Stelhet/smärta i axlarna & nacke

Frozen shoulder

Whiplash

Musarm

Ryggsmärtor

Ischias

Migrän/huvudvärk

Muskelsträckningar/stukningar

Mensrubbingar

Stress-relaterade problem

Yrsel m.m.

