



Zaproszenie na terapię masażem Lomi Lomi Fizjo jako wsparcie procesu leczenia i powrotu do zdrowia

Dla kogo?



Dla kobiet i mężczyzn (wiek nie gra roli), pacjent może przyjść z osobą towarzyszącą, ale w gabinecie zostaje sam z terapeutą.

Jak to wygląda?



Masaż obejmuje całe ciało, wykonywany jest na nagie ciało, części intymne są zakrywane dużym ręcznikiem. Na ciało nakładana jest oliwka do masażu, zastosowane produkty są naturalne i nie uczulają.

Szczegóły i przebieg masażu oraz kolejnych spotkań omawiamy indywidualnie. Przebieg terapii jest dopasowany do potrzeb pacjenta. (Ważne, żeby pacjent mógł leżeć na brzuchu i(lub) na plecach).



Masaż nie boli, jest bardzo przyjemny, nacisk dopasowany jest do indywidualnych potrzeb pacjenta. Stół do masażu jest ciepły, a w gabinecie panuje miła atmosfera, która sprzyja odpoczynkowi.



Zazwyczaj sesja trwa ok godzinę (a całe spotkanie do 1,5h). Na pierwsze spotkanie warto sobie zarezerwować do 2h (Przed i po masażu jest czas na rozmowę, napicie się wody, porozmawianie o potrzebach pacjenta i omówienie tego, co działo się między kolejnymi masażami). Po masażu nie należy mieć żadnych ważnych aktywności, nic trudnego do załatwienia. Po masażu ciało wchodzi w tryb mocnej regeneracji i często chce się po prostu spać.



Terapia obejmuje pięć spotkań, ale w zależności od reakcji ciała na terapię i zachodzące w nim zmiany, może być ich więcej. Masaż odbywa się zazwyczaj co dwa tygodnie, ale czas pomiędzy sesjami jest umawiany indywidualnie, natomiast nie częściej niż raz na tydzień. Cała terapia może się zamknąć w ciągu 2-3 miesięcy.

Zasady



Po każdym masażu będą zachodziły w ciele różne procesy i zmiany. Nie wszystkie należą do przyjemnych. Często dochodzi do pogorszenia samopoczucia. Jest to stan przejściowy i całkowicie naturalny. Ciało w tym czasie pracuje bardzo intensywnie. Tak jakby układało się na nowo. Na każdym etapie terapii pacjent pozostaje w kontakcie z masażystką. Wszystkie zagadnienia związane z terapią będą indywidualnie omawiane na każdym kolejnym spotkaniu.



Po masażu pacjent dostanie do wypełnienia formularz (po każdym masażu inny). Ankieta zawiera pytania, których odpowiedzi pozwolą monitorować proces zachodzących zmian, zarówno w sferze fizycznej jak i emocjonalnej. Wypełnianie

ankiety jest niezbędne i niezwykle cenne zarówno dla terapeuty, jak i dla lekarza prowadzącego pacjenta. Ankiety są anonimowe, natomiast informacje w nich zawarte posłużą do opracowania zgromadzonego materiału i przedstawienia szerszej publiczności. To może być ważny materiał edukacyjny, pomocny w szerzeniu wiedzy na temat wsparcia terapii masażem.



Pacjent nie płaci za terapię, a terapeuta od nikogo nie pobiera opłaty. Masaże są wykonywane wolontaryjnie.

Czego się spodziewać?



Dzięki regularnym spotkaniom, terapia może przyczynić się do poprawy samopoczucia.



Układ nerwowy wycisza się. To tak jakbyśmy pojechali na dwutygodniowe wakacje, choć spędziliśmy tylko godzinkę na masażu. Dla układu nerwowego, masaż całego ciała to poważny urlop, ale też dużo intensywnej pracy.



Dużo łatwiej o spokojny i regenerujący sen. Bardzo często po samym masażu pacjenci śpią też w ciągu dnia. Dzięki temu ciało się spokojnie regeneruje.



Warto mieć zapas papieru toaletowego, bo okazji do użycia nie zabraknie. Układ limfatyczny i trawienny mają dużo pracy, a co za tym idzie zazwyczaj wiąże się to z częstymi wizytami w toalecie.



Ciało poddane serii masażu, może się też intensywniej pocić. Nie należy się tego obawiać.



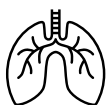
Ciało zacznie się oczyszczać z przyjmowanych w trakcie leczenia leków, a to wiąże się często z mało przyjemnym zapachem. To etap przejściowy i wszystko się z czasem unormuje.



Pacjent po pierwszych 2-3 masażach może być obolały i zmęczony, mogą pojawić się i zniknąć bóle, w różnych częściach ciała. Ból może też „wędrować” przez ciało. To także etap przejściowy. Jeśli przed poddaniem się terapii masażem, pacjent cierpiał na bóle mięśni czy stawów, istnieje spora szansa, że ustąpią, albo wyciszą się na tyle, że nie będą utrudniały codziennego poruszania się. Pacjent może też odczuć przyływ sił witalnych i dużo dobrej energii.



Poprawia się czucie w całego ciała, w tym mogą złagodzić się skutki uboczne chemioterapii (czy radioterapii). Jeśli są w ciele zastoje czy obrzęki limfatyczne, z masażu na masaż będą coraz mniej odczuwalne.



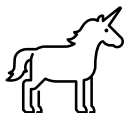
Dużo swobodniej i lżej się oddycha. Całe ciało jest lepiej dotlenione.



Układ krwionośny zaczyna lepiej funkcjonować. Poprawia się kolor skóry, wyrównuje temperatura ciała (jeśli pacjent odczuwa często zimno, może doświadczyć ponownie ciepłych dłoni i stóp). Krew lepiej krąży w organizmie i sprawniej go odżywia.

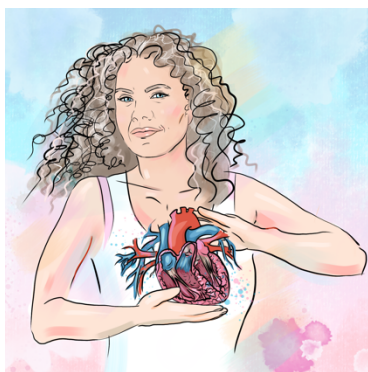


Zwiększa się mobilność i zakres ruchu w stawach. Pacjenci mogą poczuć się lepiej w swoim ciele.



To wszystko może brzmieć jak magia, ale to właśnie niezwykłość ludzkiego ciała. Poddane serii masażu, z użyciem odpowiedniej techniki i zaangażowania terapeuty, jest zdolne do ogromnej zmiany, w bardzo krótkim czasie.

Terapeutka prowadząca badanie Agnieszka Kawula



Terapeutycznym masażem hawajskim Lomi Lomi Fizjo zajmuję się od 15 lat. Na co dzień uczę przyszłych masażystów i masuję. Z miłości do tej formy pracy z człowiekiem, od dwóch lat prowadzę badanie naukowe dotyczące wpływu masażu na ciało. Moimi pacjentami są zarówno dzieci jak i seniorzy zmagający się z przeróżnymi dolegliwościami oraz bólami. Kiedy nie uczę i nie masuję, poszerzam wiedzę z zakresu masażu oraz funkcjonowania ciała, dzielę się tą wiedzą w mediach społecznościowych i konferencjach. Nałogowo czytam książki i wędruję po zakamarkach Pucka z moim kudłatym psem Gandim.