



3D-ZONTERAPI

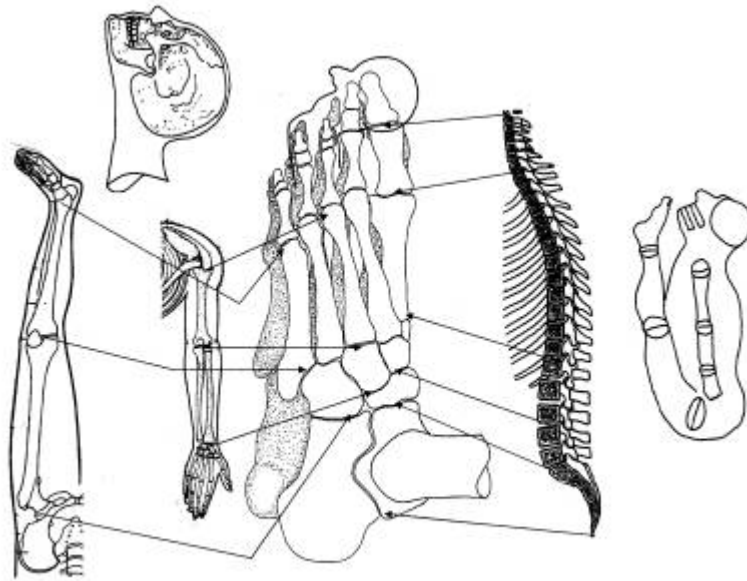
Zonterapi, är en mycket gammal behandlingsform, det finns anor från Kina, Indien, Egypten mm platser

Tredimensionell Zonterapi är en utveckling av den klassiska zonterapin. 3DZonterapi har utvecklats av Henrik Hellberg under början av 1990-talet. I 3DZonterapi arbetar man både med fotens ovansida och undersida. Fotens strukturella uppbyggnad är grunden i tekniken. 3D zonterapi bygger på principen att fotens reflexologiska uppbyggnad utvecklingsmässigt motsvarar ett tidigt fosterstadium. Fot och kropp sammansmälter i ett strukturelltänkande där fotens olika skikt motsvarar kroppens vävnader från mag- och tarmkanalen ända ut i huden. Benstrukturen motsvarar skelettet i kroppen. Det som skett med den nya hypotesen är att zonterapin blivit mer effektiv.

Hur fungerar Zonterapi?

Antal behandlingar/hur ofta?

3D Zonterapi (Tredimensionell Zonterapi).



Zonterapi kallas internationellt för reflexologi.

I 3D Zonterapi ingår en unik omvänd handgreppsteknik där de övriga fingrarna arbetar och där tummen fungerar som mothåll. Man använder inga redskap utan behandlingen utförs endast med händerna. Med händerna arbetar terapeuten igenom fotens alla lager vid varje behandling. Det innebär att hela kroppen får en behandling vid varje behandlings tillfälle. 3D Zonterapin har utvecklats genom att sammanföra kunskaper inom anatomi, fysiologi, embryologi, akupunktur och kinesisk medicin till en helhet. De olika kunskaperna kompletterar varandra och sammanförs till en helhet.

Zonterapi (gäller både 3D och klassisk Zonterapi), är en metod som bygger på att vi har ett välutvecklat kommunikationsnät i kroppen. Blod, lymfa och energi banor har kontakt med varandra i hela kroppen. Om ett organ får en funktionsstörning får man en ömhet i motsvarande zon på foten. Ofta är det en tyst smärta tills någon rör vid zonen på foten. Genom att stimulera den aktuella punkten i foten uppstår en kommunikation med det organ eller kroppsdel vari funktionsstörningen finns och kroppens självläkning startas. Kroppen strävar alltid mot hälsa, att vi ska må bra. När kroppen blir trött eller utmattad är det större risk att man blir sjuk. En del i Zonterapi handlar om att börja lyssna på sin egen kropp. Zonterapi används både som förebyggande och behandlande metod och stärker kroppens immunförsvar så att det bättre kan stå emot ohälsa. Det är inte farligt att ha ont, vara trött etc. Kroppen ger signaler om att något inte står rätt till och att det finns obalanser.

Hur ofta man behöver gå på behandling beror på vilka besvär man har och hur snabbt man vill en effekt. Man kan gå som tätast en gång per vecka eller med två till tre veckors mellanrum i början av en behandlingsserie. Väljer man att gå en gång i veckan så har det bästa och snabbaste resultat. Man kan också gå lite mer sällan om man inte har några specifika problem. Då går man för att förebygga sjukdom och må bra. Endast vid riktigt akuta besvär som t.ex. ryggskott eller nackspärr kan man gå flera dagar i rad. Tillsammans kommer vi överens om hur man lägger upp din behandlingsserie.

Vad hjälper zonterapi mot?

De allra flesta hamnar på runt tio behandlingar eller flera. Mycket beror på hur länge man haft besvären och vilken kondition man är i. Zonterapi fungerar både på psykiska och fysiska besvär.

Exempel på besvär där zonterapi kan hjälpa smärt och inflammations tillstånd såsom tennisarmbåge, spänningar i axlar och nacke och rygg, tinnitus, mag- och tarmbesvär, huvudvärk, migrän, hudbesvär, menstruationsbesvär, barnlöshet, klimakteriebesvär, cirkulationsrubbingar, inkontinens, sängvätning hos barn (barn över åtta år) stress, oro, depression, sömnproblem etc. Zonterapi ger kropp och själ ett ökat allmänt välbefinnande.

Zonterapi är en gammal metod från Egypten, Nordamerika och Kina. Den äldsta dokumentationen man har hittat är inristade bilder från 3500 fkr i Egypten. Där är män avbildade som behandlar varandras fötter. De arbetar med varandras fötter enligt den speciella handgreppstekniken som man använder sig av vid 3DZonterapi.

Förgrundsfiguren för den klassiska zonterapi är den amerikanske läkaren William Fitzgerald (1872-1942). Han var kliniskläkare i England vid Central London Hospital. Han kom över gamla manuskript om zonterapi. Han arbetade tillsammans med två kollegor för att studera och utforska de nya upptäckterna. 1916 gav han ut resultaten av de nya erfarenheterna. Reaktionerna blev kraftiga från det medicinska etablissemanget, läkemedelsindustrin och läkarna. De ansåg att metoden var för enkel. Sjävläkningens krafter är svåra att dokumentera rent vetenskapligt och dessutom går det inte att patentera sjävläkningen. Fitzgerald undervisade i zonterapi och en av hans elever Eunice Ingham vidare utvecklade zonterapi och gav ut flera böcker.

Henrik Hellbergs utveckling av 3D Zonterapi är ytterligare en utveckling av zonterapi i modern tid. En internationell spridning av 3D Zonterapi håller på att ske. Zonterapi är väl etablerat i både Danmark och Tyskland, samt flertalet andra länder.