

Kinesiologen Kroppens detektiv!

Har du diffusa problem? Något som du gått och dragit med länge och inte fått hjälp med? Kanske kan en kinesiolog ge några ledtrådar.

KINESIOLOGI ÄR FRÄMST ett diagnosverktyg, det slår kinesiologen Mac Pompeius Wolontis fast direkt då jag träffar honom. Han är utbildningsansvarig och huvudlärare på Svenska kinesiologiskolan i Stockholm som han startade 1987.

– Det är en undersökningsmetod och den kommer inte från Kina, säger han med ett litet skratt. Nej, den utvecklades av amerikanska kiropraktorer i mitten av 1960-talet. Ordet kinesiologi är grekiska och betyder "rörelselära".

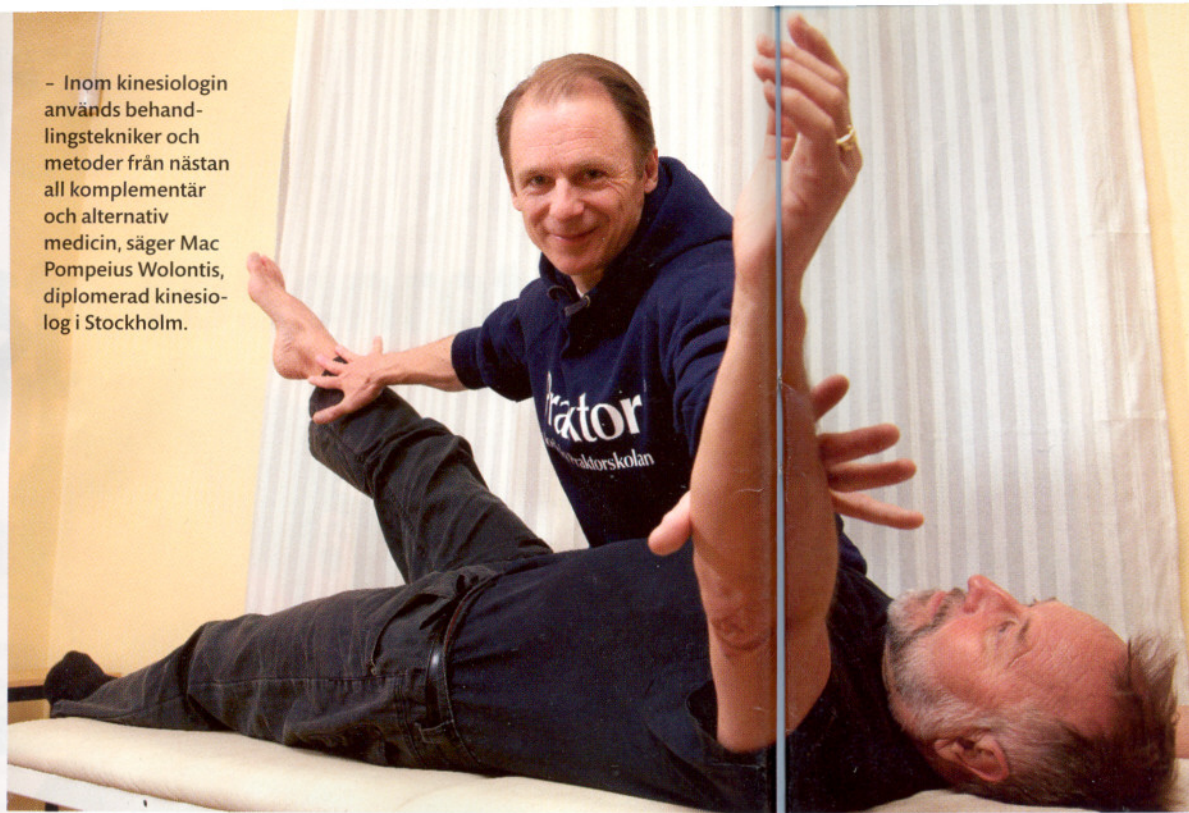
– Manuell muskeltestning är det grundläggande verktyg som

vi använder oss av för att först undersöka kroppen och ställa en slags "diagnos". Sen gör vi olika behandlingar och balanseringar av nerv- och energisystemet. Det kan ske genom en rad olika kroppsterapier som massage-terapi, (behandling av muskler och smärtande punkter), reflexologi, akupressur och akupunktur, fysiska och mentala avslappningsövningar och ibland även i kombination med olika kosttillskott.

GENOM ATT TESTA kraften och spänningen i olika muskler kan kinesiologen hitta både fysiska och psykiska obalanser, spän-



- Inom kinesiologin används behandlingstekniker och metoder från nästan all komplementär och alternativ medicin, säger Mac Pompeius Wolontis, diplomerad kinesiolog i Stockholm.



”Styrkan med kinesiologin är att man kan kombinera det mesta som finns inom den komplementära medicinen.”

ningarna och stress i nervsystemet. Kinesiologerna menar att alla kroppens muskler indirekt påverkas av funktionen i de inre organen och endokrina körtlarna, våra tankar och känslor och även alla akupunkturmeridianer.

- Muskeltestningen är dock inte en objektiv diagnosmetod, utan är mer ett verktyg för den enskilde kinesiologen att hitta vad man bäst kan hjälpa till med, tycker Mac som har undervisat kinesiologer i drygt 20 år.

- Systemet gör att vi många gånger hittar orsaken till ett pro-

blem långt från där problemet upplevs. Symtom som exempelvis huvudvärk kan ha en mängd olika orsaker. Det kan till exempel handla om belastning av främmande ämnen i kroppen, intolerans mot något födoämne, mental stress och oro som leder till muskelspänningar, matsmältningsbesvär, obalans i några akupunkturmeridianer eller så kan problemet komma från ett hållningsfel i nacken eller låsningar i ryggraden. En välutbildad kinesiolog arbetar med alla dessa olika områden och problem.

Gå till en kinesiolog?

Tänk på detta: Kolla först hos Kroppsterapeuternas yrkesförbund att kinesiologen har en godkänd utbildning. Se även veta-mer rutan till höger. Bäst är om du kan bli rekommenderad av någon vän som har erfarenhet. I Sverige finns i dag ett par hundra utbildade kinesiologer. Utbildningsnivån kan variera betydligt.

En behandling kostar 400-1 000 kronor. Du kan behöva många behandlingar innan du blir frisk, men inom 1-3 behandlingar ska du känna resultat! Väljer du en kinesiolog som jobbar som näringsterapeut så var beredd på att du kommer bli ordinerad och erbjuden att köpa kosttillskott. Priset på dessa kosttillskott kan hamna på några hundra till ett par tusen kronor.

MAC DEMONSTRERAR PÅ mig. Jag får ligga på en bänk och han tar tag i arm och ben, motsatta par och ber mig att pressa emot. Bra, bra säger han och fortsätter med ett antal kombinationer. Så känner jag vid en kombination att jag är svagare i mitt högra ben. Och innan jag hinna säga något så påpekar även Mac det. Jag berättar att jag är lite osäker på det benet eftersom jag gjort en miniskoperation för fyra år sedan. Mac fortsätter och testar.

- Det är nog inget större problem och jag kan inte heller se att just det här har något med knät att göra. Snarare något uppe i höften eller från leden vid korsbenet.

Mac placerar några gummiklossar under mig och pressar lite här och där och testar mig sedan igen och jag känner mig redan starkare i benet.

- Din obalans sitter i bäckenet och är relativt enkel att åtgärda.

JAG FRÅGAR MAC HUR många behandlingar man brukar behöva ta hos en kinesiolog.

- Man ska kunna känna en förbättring av sina besvär inom en till tre behandlingar. Annars bör man nog söka sig vidare. Har man haft sina problem länge, kan det förstås ta mycket längre tid att bli frisk. Men man ska

snabbt känna en skillnad!

Mac berättar vidare att det inom kinesiologin finns flera olika inriktningar. Flertalet kinesiologer använder sig av olika komplementärmedicinska manuella behandlingar och ett mindre antal gör kinesiologitester med hjälp av små färdiga ampuller med vitaminer, mineraler och olika födoämnen eller andra ämnen som kan tänkas orsaka överkänslighet och allergier. Den senare gruppen jobbar då som näringsterapeuter och erbjuder oftast klienten att köpa en eller flera burkar med kosttillskott.

En annan viktig gren är den mentala och psykologiska kinesiologin.

Där arbetar man med emotionell stress och problem som utbrändhet.

- Det tar rätt lång tid att bli en bra kinesiolog. Det handlar både om uppövad känsla och ett intresse att ta till sig olika test- och behandlingsmetoder. Som färdig kinesiolog har du lärt dig över 110 olika muskeltester och ett stort antal andra former av kinesiologiska tester och behandlingsmetoder.

- Styrkan med kinesiologin är att man kan kombinera det mesta som finns inom den komplementära medicinen, avslutar Mac. *

Text PER FRISK

Foto ANTON SVEDBERG

» Vill du veta mer?

www.kinesiologi.se
Svenska kinesiologiskolan, introduktion, helgkurser.

www.kinesiology.net
Kinesiology network, den största webbplatsen och portalen om kinesiologi i världen. Där finns en speciell avdelning om kinesiologisk forskning.

www.medi.se
Svenska kinesiologiskolans och Nordiska praktorskolans 2-3 åriga yrkesutbildning.

www.kinesiolog.se
Kinesiologregistret. Det finns fler yrkesverksamma kinesiologer än de som finns med hittills, sidan är fortfarande under uppbyggnad.

www.kroppsterapeuterna.se
Kroppsterapeuternas yrkesförbund har en Kinesiologisektion, sök på "kinesiolog", se lista över verksamma kinesiologer.