

Metoder og teknikker

Sådan arbejder zoneterapeuten

Er zoneterapeuten RAB-registreret, skal hun eller han føre journal for hver enkelt klientbehandling (se lovtekst 2). Den skal opbevares i henhold til regler i Persondataloven (se lovtekst 1), og klienten skal give samtykke til journaloptagelsen/opbevaringen af de personfølsomme oplysninger. Journalen optages ved det første møde. Klienten modtager evt. et spørgeskema og der underskrives en samtykkeerklæring.

Der findes forskellige eksempler på journaler, f.eks. kan nævnes Sundhedsstyrelsens Råd vedr. Alternativ Behandlings Standardjournal (se bilag 5).

Den vigtige afklaring

Behandleren stiller uddybende spørgsmål og observerer klienten – den enkelte terapeuts uddannelse, viden og erfaring giver forskellige redskaber til at diagnosticere.

Det er vigtigt, at klientens egen rolle i behandlingsforløbet bliver helt klar allerede på dette tidspunkt, og at der bliver afstemt forventninger til forløbet.

Zoneterapeuten arbejder empatisk og lyttende og spørger uddybende til klientens symptomer. Terapeuten kan evt. stille spørgsmål til både nuværende og tidligere symptomer. Tidligere funktionsforstyrrelser kan give en vigtig information om årsager og sammenhængen med den nuværende sygdom, hvilket alt i alt kan være med til at give et helhedsbillede af situationen og klienten samt sikre så fokuseret et behandlingsforløb som muligt. Med udgangspunkt i de symptomer, en klient henvender sig med første gang, fulgt op med uddybende spørgsmål, stilles en zoneterapeutisk diagnose, og der arbejdes målrettet efter at finde de dybere sammenhænge til de nuværende symptomer.

Zoneterapeuten udarbejder herefter en behandlingsplan på grundlag af journaloptagelsen, og den revideres ved hvert besøg, fordi der kan være sket ændringer fra gang til gang i klientens situation, som der skal tages hensyn til.

Zoneterapeuten sikrer sig nu, at klienten bliver lejret behageligt, så han eller hun får den bedste mulighed for at slappe af under behandlingen, en del terapeuter bruger blid musik i klinikken. Terapeuten kan herefter anvende forskellige teknikker til zoneterapeutisk diagnosticering – se boks. Behandlingsforløbet foregår som nævnt i en konstant dialog med klienten. Der opstår hele tiden nye spørgsmål ud fra det, terapeuten mærker på fødderne og observerer under selve behandlingen. Klienten motiveres til at mærke sin egen krop og reaktioner under behandlingen, så den bliver et samarbejde.

Der vil ofte også dukke nye oplysninger op i takt med, at fortrolighedsforholdet mellem terapeut og klient udvikles, og/eller i takt med at klienten oplever en bedring, hvor symptomer, som klienten har ”måttet lære at leve med”, mildnes eller forsvinder. Det betyder, at zoneterapeutens diagnose og behandling er dynamisk og foranderlig.

Ens symptomer - forskellig behandling

Zoneterapi adskiller sig fra konventionel behandling på et andet meget væsentligt punkt: Den helhedsorienterede og klientcentrerede tilgang til at forstå symptomer og årsagssammenhænge, der

betyder, at zoneterapeuten forsøger at forstå en sammenhæng, som er unik for hver enkelt klient. Det betyder i praksis, at forskellige klienter, der henvender sig med de samme hovedsymptomer, kan behandles individuelt og vil få en individuelt tilrettelagt behandling.

En zoneterapibehandling vil ofte omfatte:

- Opvarmning af fødderne
- Venepumpeøvelser
- Behandling af udvalgte systemer/reflekszoner
- Afslapning

Trykket på foden kan variere og være:

- Fast (dybt)
- Overfladisk
- Hurtigt/langsomt
- Rytmask
- Statisk
- Roterende

Det vil nemlig være tilpasset klienten selv og hans eller hendes situation.

Reaktioner under behandlingen kan være:

- Træthed og tyngde i kroppen
- Følelsesmæssige reaktioner
- Afslapning
- Varme/kulde

Reaktionerne vil nemlig afspejle, at forskellige klienter har forskellige oplevelser.

Typiske reaktioner efter behandlingen:

- Afslapning
- Træthed og dyb søvn
- Øget vandladning og mere koncentreret urin
- Ændring af afføringsmønster
- Udskillelse af sekret gennem kropsåbninger, f.eks. næse og svælg
- Gamle skavanker (som ikke tidligere er blevet kureret) eller nuværende symptomer kan blusse op
- Humørsvingninger

Zoneterapiens virkninger kan være meget forskellige – både fra klient til klient og fra den ene behandling til den næste. Reaktionerne afhænger i høj grad af klientens tilstand ved behandlingens start.

Korterevarende reaktioner opfattes ikke som en bivirkning, men som del af den proces, zoneterapien sætter i gang, og hvor kroppen får lov til at arbejde selvhelbredende.

Der har indtil d.d. ikke været indberetning til Sundhedsstyrelsen om skader eller bivirkninger i forbindelse med zoneterapeutisk behandling.