



BERGOVIST

MASSAGE & FRISKVÅRDSUTBILDNINGAR

Manuell lymfdränage

Vidareutbildning för dig som är massör

Våren 2019





Bergqvist Massage & Friskvårdsutbildningar

- Ett familjeföretag som erbjuder utbildningar inom massage och friskvård sedan 1990.
- Grundades av Lasse Bergqvist som arbetat som idrottsmassör på elitnivå i över 30 år.
- Är medlem i Branschrådet Svensk Massage.
- Är medlem i EuropeActive (tidigare EHFA - European Health and Fitness Association).
- Har yrkesutbildningar till Massageterapeut och Personlig tränare.
- Har YH-utbildning till Medicinsk massageterapeut och Massage- och friskvårdsterapeut.
- Har ett flertal vidareutbildningar inom massage och friskvård.
- Medverkar i forskning runt behandlingsmetoder baserade på klassisk svensk massage.

Lymfsystemet

Det lymfatiske systemet finns hos oss människor och alla andra däggdjur. Det är ett fantastiskt system som består av lymfvätska, lymfkärl, lymfknutor och ett flertal organ. Det hjälper till med dränering av vävnaderna så att vätska som läcker ut från blodkärlen leds tillbaka. Systemet har också en viktig uppgift i kroppens immunförsvar.

Lymfsystemet upptäcktes redan på 1600-talet av svensken Olof Rudbeck och dansken Thomas Bartholin.

Manuell lymfdränage

Manuell lymfdränage introducerades av dansken Dr. Emil Vodder på en skönhetsmessa 1936. Det blev en uppskattad behandlingsform bland till exempel hudterapeuter. På 1950-talet började sedan läkare och terapeuter använda metoden och den har därefter utvecklats och spridits över världen.

Manuell lymfdränage är en mjuk behandlingsform vars mål är att hjälpa lymfvätskan att röra sig fritt i kroppen, utan att hindras av spända muskler.

Behandlingen sker enligt ett specifikt mönster och ordning som följer lymfvätskans väg i kroppen. Med lätta och mjuka tryck, drag och pumpliknande grepp stöttar vi kroppens självläkande system. Behandlingen hjälper också kroppen att rensa ut slaggprodukter.

Manuell lymfdränage är ett värdefullt komplement för den som jobbar som till exempel massageterapeut, hudterapeut, naprapat, sjukgymnast, sjuksköterska eller undersköterska. Det är en smärtfri behandlingsform, vilket automatiskt ger en djupare avslappning.

Behandlingsbara tillstånd

Följande är en del av de tillstånd vi kan behandla, förutom att lymfdränage är bra för att hålla oss friska.

- Ödem
- Ärr och brännskador
- Bröstopererade
- Olika stresstillstånd
- Svåra smärtsyndrom
- Fibromyalgi
- Reumatiska tillstånd
- Stukningar
- Muskelbristningar
- Hudproblem

Kursinnehåll

I kursen ingår följande moment:

- Historik
- Teori om lymfsystemets uppbyggnad och funktion
- Helkroppsbehandling
- Praktiska egenövningar
- Vikten av hälsodeklaration
- Kontraindikationer
- Egenvård och hemövningar
- Mötet mellan terapeut och klient och bemötandets betydelse för ett framgångsrikt behandlingsresultat
- Fallbeskrivningar
- Gruppdiskussioner om patientfall
- Teoretisk och praktisk examination

Förkunskaper

För att gå kursen kan du vara till exempel massör, naprapat, sjukgymnast eller liknande med god praktisk erfarenhet.

Kursupplägg och kursdatum

Kursen består av 5 dagar fördelade på två tillfällen. Mellan omgångarna utförs hemstudier och praktik på klienter.

Kursdatum våren 2019

22-24 mars, 8-9 juni.

Kostnader

Kursavgiften är 6400 kronor plus moms, totalt 8000 kronor. Kursmaterial ingår i priset. Kursavgiften faktureras och ska vara betald cirka en vecka innan kursen börjar

Kursledare

Denna kurs ges av Helenes Hälsorum. Kursledare är Heléne Strandberg. Hon är massageterapeut sedan 1997 och har vidareutbildat sig inom olika komplementärmedicinska metoder, tekniker och träningsformer. Sedan år 2000 är hon också Personlig tränare och kostrådgivare. Sedan 1998 har Heléne drivit en friskvårdsanläggning och har under åren själv utbildat en mängd nya instruktörer och gett föreläsningar inom hälsa och träning.

Anmälan till Manuell lymfdränage

22-24 mars plus 8-9 juni 2019

Efternamn	Förnamn	Telefon bostad
Utdelningsadress	Postnummer och ort	Telefon arbete
Mobiltelefon	E-mail	

Datum

Underskrift

Anmälan skickas till adressen nedan, alternativt kan du lämna motsvarande uppgifter via mail till info@massageutbildningar.se