



Massage bij aanhoudende klachten na Corona

De ervaring van mensen die Corona (Covid-19) hebben gehad kan heel verschillend zijn. Bij de meeste mensen verdwijnen de symptomen na enkele weken weer, maar er zijn ook mensen milde klachten van het virus hebben gehad die aanhoudend last hebben van klachten. Soms wel langer dan een jaar. Tot deze groep behoren mensen die ook andere gezondheidsklachten hebben maar ook mensen die zich voorheen gewoon gezond voelden. Aanhoudende klachten (soms langer dan een jaar) worden 'Long-covid' genoemd.

Symptomen

Er zijn een aantal symptomen die bij Long Covid horen:

- **Vermoeidheid**
- **Kortademig en moeilijkheden met adem**
- Hoesten
- **Gewrichtspijn**
- **Pijn op de borst**
- **Geheugen en concentratiepijn**
- **Spierpijn of hoofdpijn**
- Verlies van reuk en smaak
- Angst of depressie
- Koorts
- Duizeligheid bij staan
- Verergering van symptomen na fysieke of mentale activiteit.

Dikgedrukt zijn de symptomen waarbij massage ondersteuning kan bieden.

De behandeling

Bij de intake onderzoeken we:

- je energieniveau (welke gebieden in je lichaam voelen het meest moe aan?)
- In welke gebieden wil de energie niet stromen?
- Welke gebieden voelen juist heel gespannen aan en geven de impuls juist iets te moeten doen
- In welke mate kun je ontspannen
- Heb je het gevoel de hele tijd aan te staan?

Vervolgens werken we in de massage met:

- Het reactiveren van de bindweefsels en de ademhaling, waardoor het zelfhelend vermogen weer kan gaan stromen
- Het activeren van de schouders en armen
- Een interventie waarmee de cortisol stroom (stresshormoon) kan afschakelen en het lichaam haar staat van paraatheid los kan laten.
- Het resetten van de spieren van rug
- Reactiveren van de spieren in de nek
- Aarden van de benen, stimuleren van de energiestroom naar beneden.

Deze behandeling heeft al bij veel mensen een positief effect teweeg gebracht!

Kosten: € 75,00 (behandeling van 90 minuten)

Akkergeelster 73
6971 MG Brummen

06 42 20 64 69
h.severs@omniamassage.nl
www.omniamassage.nl

Banknr
KvK nummer