

INDHOLD

Forord af læge Søs Wollesen	11
Hvem er jeg samt lille indledning af behandler Nina Grønning	14
Hvem er jeg samt lille forord af læge Frederik Vestergaard	17
Kranio-Sakral terapi kort fortalt af Nina Grønning	18
Optakt til beretningerne samt henvisning til bilag om projektet bagerst i bogen	21
Klientberetningerne samt kommentarer til hver enkelt:	
Migræne og stofskifteproblemer	23
Lises beretning: Noget om, hvordan det føles at få KST, om stofskiftets mange facetter og det at skabe sig et liv og finde balancen på trods af en kompleks kronisk sygdom.	
Diskusprolapsoperationer og kroniske smerter	35
Kims beretning: Om muskelpanser, om følelser og om at få tilliden til sig selv og verden tilbage. Om ikke at mærke sig selv, som en form for beskyttelse fra smerten og kroppens råb om hjælp.	
Tilbagevendende lændebækkensmerter og stress	41
Ullas beretning: noget om den Kranio-Sakrale puls, om triggerpunkter og væskebalancen. Om at finde ro og tid til indre fordybelse i en travl hverdag.	
Gigtsymptomer og smerter efter gamle skader fra fald og spark af hest	47
Lines beretning: Om det at være åben og nysgerrig, at turde spørge om mærkelige indskydelser og ikke være låst fast i sin egen forståelse af virkeligheden. Om betydningen af psykosomatik, blokeringer og retraumatisering. Om sjæl og levet liv.	
Rystesyge	53
Steens beretning: Om at det ikke er alt, der passer til alle. Vi er forskellige og "afkodes" via forskellige behandlingsformer.	

Nakkeskade, piskesmæld og livslangt smertemønster	57
Rikkens beretning: Om livsstilsregulering, om det at finde evnen til at overleve trods kroniske smerter på godt og ondt.	
Lænde og bækkenproblemer	65
Sarahs beretning: Noget om fødselstraumer, kejsersnit og om at give sig selv plads når barndommen slår knuder i voksenlivet.	
Prolaps i nakken og hovedpine	71
Katrines beretning: Om den åndelige del af vores sansning, om diskusprolaps, om stress og måden at presse sig selv på, samt en god beskrivelse af den indre billedkommunikation.	
Eksem og allergi	81
Kirstens beretning: Om den blindgyde, hvor driften mod sygdom er stærkere end kroppens lyst til at blive rask. Om det at kunne viderehenvise til andre behandlere.	
Børns fordøjelse og søvnproblemer	89
Mias beretning: Om de forskellige visualiseringsøvelser, om napeøvelsen, børns afgrænsning i en stresset verden. Om fordøjelsesreaktioner, som er børns ofte direkte respons på mistrivsel. Mias reelle alder kontra den alder hun bliver vurderet til (3-4 år ældre).	
Efterskrift ved Frederik Vestergaard	97
Bonusmateriale og refleksioner	103
Noget om kommunikation og tillid	107
Noget om ansvar	111
Bilag fra BOGPROJEKTET	113
Litteraturliste	119

FORORD AF LÆGE SØS WOLLESEN

Vi skriver 2015 lidt endnu og alligevel er vores udrednings- og behandlingssystem delt i to, og det kan til tider fremstå som om der er lyd- og vandtætte skodder imellem de to dele. Nogle ynder at bruge begrebet to verdener. Den konventionelle og den alternative verden.

Når ovenstående er skrevet, så er der alligevel indenfor det sidste årti, sket et markant skred i tilgangen til det alternative på flere områder, da der er opnået en langt større viden og indsigt i virkningsmekanismerne. Dokumentationsmængden er ikke længere til at komme uden om.

Kravene til, at der skal foreligge dokumentation er store og der er indsat kontrolinstanser for at sikre den enkelte, der opsøger en ikke-konventionel behandler.

Det er positivt og viser samtidigt, at man anerkender, at det kan have en effekt.

Alternativ behandling måtte gerne, i min optik, hedde komplementær behandling, da det netop udmærket supplerer, understøtter og fuldstændiggør det konventionelle sundhedssystemets behandlinger. Alternativ behandling, har blandt andet den fordel, at klienterne får udvidet deres viden om egne følelser, styrker og kropslige reaktioner. En viden og indsigt som det konventionelle system sjældent bidrager til og med i samme udtalte grad.

Jeg er 49 år, læge og komplementærbehandler indenfor zoneterapi, akupunktur, psykoterapi og derudover arbejder jeg med kosten og tilskud til kosten. Det er det mest naturlige for mig at styrke det enkelte menneskes "indre healer", og det falder mig også helt naturligt at anbefale andre behandlingsformer end dem jeg i min hverdag kan tilbyde på hospitalet.

For mange år siden var jeg involveret i et trafikuheld. Jeg holdt for rødt, sad i egne tanker og nød udsigten. Bang. En bil påkørte mig bagfra med høj hastighed. Føreren var uopmærksom og havde ikke set at der var rødt. Mit hoved røg frem og derefter tilbage. Alle ved hvad det kan betyde. Jeg blev, af en god ven, anbefalet KST behandling. Jeg fik flere behandlinger og det gjorde hele forskellen for mit efter-forløb efter uheldet. Spændinger, stivhed i nakken og hovedpiner forsvandt. Jeg har aldrig siden haft gener fra nakken eller hovedet.

Det er en behandlingsform som jeg i dag anbefaler til store såvel som små, hvis jeg har en formodning om, at det kan lindre eller helbrede.

Nina Solgaard Grønning har med sin opsætning af klientforløbene vist en grundforståelse for de elementer, der blandt andet skal være tilstede, når det gælder forskningsprojekter. Vigtigt i forbindelse med en anerkendelse fra det konventionelle sundhedssystem. Jeg har med stor interesse læst de enkelte cases som indgår i nærværende projekt og bog. Qua min naturvidenskabelige uddannelse anser jeg det ikke for et regulært samlet studie, men tendenserne er klare, og jeg mener, at der er basis for flere såkaldte casuistikker. De kunne i sig selv danne grundlag for et større videnskabeligt studie.

Jeg har meget stor respekt for de resultater som Nina Solgaard Grønning har opnået med den enkelte klient.

Det fremgår også tydeligt, at hver især har lært noget om sig selv. Den indsigt opnås særligt, når behandleren giver plads til den enkelte og møder dem dér, hvor de er i deres eget liv.

Jeg har helt grundlæggende respekt for et menneske som Nina Solgaard Grønning, der ikke går på kompromis, når det gælder om at opnå en dyb viden og indsigt i mennesket på alle niveauer i almindelighed. Nina gør brug af sin basale naturvidenskabelige uddannelse, som er nødvendig for at kunne udrede og behandle optimalt. Hele hendes tilgang til den enkelte klient, gennemsyres af hendes store omsorg for mennesker i særdeleshed!

Kære Nina – tillykke til dig med et flot og ydmygt gennemført projekt, samt til dine klienter for de resultater de i samarbejde med dig har opnået.

...et afsluttende ps. Jeg kendte til mange af de områder, hvor KST kan anvendes, men fik klart øjnene op for flere. Tak for det!

Kærlige hilsner
Søs Wollesen
Læge

LIDT OM NINA



Jeg hedder Nina Solgaard Grønning og er en ganske almindelig jordnær kvinde på 48 år. Oprindeligt er jeg uddannet lærer, men har skiftet spor efter et længere sygdomsforløb, hvor jeg fik hjælp fra både det alternative og det etablerede system.

Udover en uddannelse som Heilpraktiker og en uddannelse som Kranio-Sakral terapeut (KST), er jeg eksamineret i fysiologi/anatomi og patologi på sygeplejeniveau. Uddannelsen som Heilpraktiker, tager udgangspunkt i en holistisk og naturmedicinsk sygdoms-/sundhedsforståelse og har været et godt, solidt og bredt fundament for mig. Det var under denne uddannelse, at jeg stiftede bekendtskab med KST. Ikke fordi vi lærte om det på uddannelsen, men fordi en af mine medstuderende var KST-terapeut og hun hjalp mig af med mine kroniske bækkensmerter.

Disse smerter havde jeg opgivet at få bugt med efter utallige behandlingsforsøg af diverse læger, kiropraktorer, fysioterapeuter og massører. Denne "forløsning" gjorde mig fuldstændig solgt. Jeg måtte simpelthen selv lære Kranio-Sakral terapi, så jeg startede denne uddannelse i slutningen af min Heilpraktikeruddannelse. Siden har jeg arbejdet med udgangspunkt i KST.

Heilpraktikeruddannelsen inddrager både akupunktur, ernæring, homøopati, massage og reguleringsterapi, så den har været eminent i forhold til mit holistiske og brede fokus.

Desuden er jeg lykkelig over, at vi ikke kunne blive eksamineret i Tyskland uden at have eksamensbevis i fysiologi/anatomi/patologi, da dette også har haft stor betydning for mit arbejde i klinikken. Primært fordi kendskabet til hele den anatomiske og fysiologiske del af kroppen, har gjort det meget lettere at navigere, se og fornemme sammenhængen mellem de forskellige organer, muskler, kropsdele m.v. Man kan sammenligne det med, at det er lettere at finde vej med et kort eller en vejviser. Det har også givet mig et sprog med latinske betegnelser, som er guld værd, når jeg behandler eller samarbejder med folk fra det etablerede sundhedsvæsen.

I mine ti år som behandler har jeg haft mange specielle oplevelser. Jeg har stille og roligt i takt med disse oplevelser, fra vidt forskellige klienter, udviklet en meget fintfølelse sans, som vil kunne betegnes som energi-arbejde, intuition og fingerspitzgefühl... Det har været en lidt snørklet og kompleks vej for mig at udvikle tilliden til denne sans, da jeg af natur er meget konkret tænkende og matematisk funderet. Men... jeg har simpelthen ikke kunne lukke øjnene for disse elementer og disse "evner", som jeg ikke bare finder naturlige, men som jeg nu tør skrive om og dele med andre. Det betyder, at jeg nu får endnu flere pejlemærker eller "farver på paletten" og en mere nuanceret måde at afkode og behandle på.