



Terapeutene ved Stavanger Soneterapi fra venstre; Annette Løno, Pål Tollagsen, Vibecke Ree Heimark, liggende foran Peter Thomsen

## STAVANGER SONETERAPI

# For bedre helse og velvære

**Med 20 års erfaring har Stavanger Soneterapi markert seg som en av landets mest anerkjente, allsidige og ledende helseklinikker. Klinikken ble startet av Peter Thomsen, en av pionerene innen alternativ behandling i vår region. I sammen med Peter jobber også terapeutene Annette Løno, Pål Tollagsen og Vibecke Ree Heimark i fulle stillinger ved klinikken.**

Klinikken tilbyr et bredt spekter av behandlingsformer, som har det til felles at de først og fremst søker årsakene til plager og ikke uten videre går i gang og behandler symptomene. For ek-



sempel kan smerte under foten være relatert til fordøyelsesplager – og da blir fordøyelsen fokuset i behandlingen. Først når den fungerer, vil smerten under foten kunne forsvinne.

### Individuell behandling

-En problemstilling kan utløses av ulike forhold og er ofte en blanding av fysiske og psykiske forhold, sier Thomsen.

- Det er viktig å snakke med pasienten for å avdekke forhold i arbeid og privatliv som kan påvirke helsesituasjonen. Først da har vi et pålitelig utgangspunkt for behandlingen. Det betyr at også kosthold, mosjon og veiledning og råd om livsstil kan være en del av behandlingen. Vi er et supplement til skolemedisin, og vi må føye til at vi både anbefales av leger og råder våre pasienter å oppsøke helsevesenet når det er det beste alternativet.

### Vanlige grunner til å oppsøke oss

- Hvis vi skal si noe om de plagene folk oftest får hjelp til å behandle, er det bl.a hodepine, migrene, skjelett- og muskelplager, fordøyelsesbesvær, søvnproblemer, stikninger i bryst, for lite energi, og utbrenthet samt

nedsatt immunforsvar. Også barnløshet er et emne vi ofte får spørsmål om, forteller Thomsen.

- Allergi er også en velkjent problemstilling som er veldig aktuelt i disse dager, legger Tollagsen til.

- Et fenomen som har endret helsesituasjonen til mange i hele vesten, er stress, føyer refleksolog Annette Løno til.

- Vi vet i dag at vi ved stress, som for eksempel i en stresset arbeidssituasjon, får en usunn økning i konsentrasjonen av adrenalin og kortisol. En rekke studier viser at negativ stress fører til økt helserisiko på en rekke områder, bl.a diabetes 2. Forskere anslår at stress koster EU 20 milliarder Euro pr år.

### De vanligste behandlingsformene

Stavanger Soneterapi har stor bredde i behandlingstilbudet, og hver av terapeutene har spesialisert seg innen flere felt. Soneterapi, refleksologi, massasjeterapi og akupunktur er deres hovedterapiformer. Det finnes flere behandlingsformer, og de leserne som vil vite mer, anbefales å se mer på klinikkens internettsider: [www.stavanger-soneterapi.no](http://www.stavanger-soneterapi.no). Klinikken samarbeider også med den anerkjente



hypnotisøren Hans F. Laustsen, som kommer til klinikken ca en gang i måneden.

### Godkjent av Helse-direktoratet

Alle terapeutene ved Stavanger Soneterapi har utdannelse som er godkjent av både Helse-direktoratet og de respektive fagforbundene.

- Vi har alle anatomi, fysiologi og sykdomslære, som er et krav for å bli godkjent av forbundene, forteller terapeut Vibecke Ree Heimark som også har lang erfaring som sykepleier ved SUS.

### Aktive i faglig utvikling

Klinikken har høye krav til det faglige nivået, og alle fire tar jevnlig etterutdanning. Klinikkenes terapeuter er også ettertraktede foredragsholdere og nyter stor faglig anerkjennelse innen sine behandlingsområder. For øvrig ble Peter Thomsen nylig utnevnt til "Årets Refleksolog 2009" av Reflekso-

logforeningen. Klinikken tilbyr også utdanning innen refleksologi.

- Vi er opptatt av å arbeide profesjonelt og å tilby en faglig basert behandling, sier Thomsen og oppfordrer folk til å ta kontakt hvis de vil vite mer om tilbudene ved klinikken.

Tekst Pål Larsen

Foto: Moi

## FAKTA:

### Stavanger Soneterapi

#### HVA:

Stavanger Soneterapi er en av landets eldste og mest anerkjente klinikker innen alternativ behandling. Tilbyr et bredt spekter av behandlingsformer for å kunne hjelpe deg med å bedre din helse.

#### AKTUELL MED:

20 års jubileum

#### KONTAKT:

Lagårdsveien 91, 4010 Stavanger, 3. etg i Colosseumbygget.  
Tlf: 51 53 65 40  
[mail@stavanger-soneterapi.no](mailto:mail@stavanger-soneterapi.no)

#### MER:

[www.stavanger-soneterapi.no](http://www.stavanger-soneterapi.no)