

@min historie

**AquaMassasje er et nytt fenomen her til lands, og for mennesker med kroniske ledd- og muskelsmerter kan denne behandlingen være til stor hjelp. Mat&Helse møtte tidligere salgskonsulent Anne Helen Steinsvik (49) og tidligere vever Kari Erlandsen (61). Begge to lovpriser denne nye maskinen.**

# Dyp massasje for en billig penge



**M**assasjemaskinen ser nesten ut som et solarium. Du legger deg inn med klærne på, trekker ned lokket og starter opp vanddysene med et trykk på displayet. Det varme vannet trommer over kroppen bak en vannfast duk. 200 kroner senere er korsryggsmertene stagget. For denne gang.

Både Anne Helen og Kari har prøvd mange ulike behandlinger. Begge er uføretrygget på grunn av smerter. Anne Helen har psoriasisleddgikt, en diagnose hun fikk i 1996. Etter det har hun hatt fem synovektomioperasjoner – altså opprensende operasjoner – i knærne. Revmatismen gjør brusken myk og deformert, og dette gir henne naturligvis store smerter i hofter og rygg.

Anne Helen har "prøvd alt" som er å finne av behandlinger og har vært på mange behandlingsreiser til utlandet der hun har fått gytjebad, undervannsmassasje og mer

til. – Men jeg har aldri vært så fornøyd med noe som dette her i Norge, sier hun. – Etter behandling med AquaMassage er jeg veldig myk i bena, før behandling er alt stivt pga. overbelastning andre steder. – Helt enig, nikker Kari. Kari forteller at denne behandlingen ikke tar lang tid, men likevel bare er helt topp.

– Jeg ønsker å vinne i lotto og plassere en maskin midt på stuegulvet, sier Anne Helen, og begge ler. Hverdagene, særlig om vinteren, er vanskelige. På grunn av overkompensasjon på andre kroppsdeler, trenger hun dyp massasje på hele kroppen, noe får hun med AquaMassage, og det til en pris hun kan leve med. Et kvarters behandling koster 200 kroner. Fordi maskinen masserer så intenst, med varme og på tre sider av kroppen samtidig, tilsvarer dette kvarteret én time hos massør.

Kari har slitasjegikt etter å ha jobbet i industrien. – Jeg jobbet på et veveri med knærne helt oppunder ansiktet i 25 år, som hun sier smilende, og legger til: – Da skjer det noe med kroppen. – Tenk om de hadde hatt en slik maskin på jobben der, da hadde jeg unngått

## AquaMassage

- 7 forhåndsinnstilte programmer
- Smertelindrende (høy pulserings-hastighet)
- Avslappende (lav pulserings-hastighet)
- Opptil 5 kg vanntrykk pr cm2
- 36 dyser
- Tildels selvbetjent
- Klinikken kan lagre 100 programmer (f.eks. utelate et vondt kne for én av kundene)

Se [aquamassage.no](http://aquamassage.no) eller ring 92 06 23 53 for mer informasjon om hvor du finner maskinene.

NB! AquaMassage anbefales ikke ved fersk prolaps, for personer med pacemaker eller for gravide.

å ha det sånn som jeg har det i dag. De som ikke har slike plager selv, vet ikke hvordan det er. Men på grunn av denne maskinen har jeg helt sluttet å bruke kortisonpiller. Jeg brukte

**»»** Fordi maskinen masserer så intenst, med varme og på tre sider av kroppen samtidig, tilsvarer dette kvarteret én time hos massør.



Kari Erlandsen



Anne Helen Steinsvik



Hilde Bredeesen

10 mg to ganger om dagen. Effekten av massagen kom mer gradvis på Kari enn på Anne Helen, men nå er også hun solgt.

Anne Helen og Kari tar AquaMassage mandag og fredag. Mannen til Kari insisterer på at hun må gjøre det to ganger i uken, for det gjør henne så veldig mye blidere. Hun har nå tatt behandlingen rundt 30 ganger. – Den skulle vært på blå resept, det er ikke alle som har råd til så mange behandlinger, sier hun. Hilde Bredeesen er gründeren som har agenturet på AquaMassage i Norge, og hun sier:

– 75 prosent av alle sykemeldinger er muskelrelaterte, og dette koster mange hundre millioner for staten og bedrifter. – I stedet for å leie inn en massør – som f.eks. meg selv og en kollega på Emo på Skjetten til 32.000 i mnd for 8 timers massasje i uken, kan man lease denne maskinen for 6.500,- pr mnd, og så kan arbeidstakerne ta massasje når de vil. Kveldstid og det hele, sier Hilde.

Selv prøvde jeg AquaMassage for å kjenne på egen kropp hva jeg skriver om. Av de syv forhåndsinnstilte programmene valgte jeg to: smertelindrende med høy pulshastighet (jeg har en verkende korsrygg) og avslappende (for nytelsens skyld). Jeg skal si det var virkelig trøkk i maskinen, strålene dunket mot kroppen. Vannet pulserer med opptil 5 kg per cm2 per dyseenhet, og det er 36 dyser. Jeg hadde valgt maks trøkk og 40-graders varme. Har man en betennelsessituasjon kan man velge en svakere variant og f.eks. regulere temperaturen til 26 grader. Både Anne Helen og Kari kjører litt på, og bruker stoppknappen ofte for å holde vannmassagen rolig i mange minutter over spesielt smertefulle punkter. Det kan du ikke gjøre med en massør av kjøtt og blod. Da får han slitasjescader. mh

**NB!** Maskinen bråker endel, men du kan velge å bruke hodetelefoner både som lydtemper og for musikk. Du kan ta med egen cd og oljer for aromaterapi så du kan dryppe noen dråper på egnet vifte under sengen. Jeg bryr meg ikke om vaskemaskinlyden.



## GRATIS KURS

**KURS I Bergen sentrum  
08. og 09. mars  
10.00 - 16.30 begge dager**

**INTERNASJONAL OPPLÆRING  
I BRUK AV UNIKT DIAGNOSEAPPARAT  
NAUROMETER**

**Fantastisk mulighet for å lære bruken av et unikt  
hjelpemiddel for rett diagnose på mange plager.  
Brukes sammen med Tourmaline akupunktur stener.**

**Det blir også opplæring i bruk av  
BioFORM URTEPROGRAM**

**FORELESERE:**

**Mette Henning, Trond Solstrand**

**For mer informasjon og påmelding:  
BioForm AS tlf 77 88 18 88, fax 77 88 18 89, på  
mail [salg@bioform.no](mailto: salg@bioform.no)  
Terapeut Mette Henning tlf 96 22 91 72  
eller Trond Solstrand 90 57 18 80**



BioForm har enerett på Tourmaline i Norge og resten av Europa.