

## Medicinsk fibromassage, 60 min

Medicinsk fibromassage® är en speciellt anpassad, mild massageform för dig med kronisk smärta t ex fibromyalgi. Behandlingen är en helkroppsmassage som utförs med lätta strykningar och speciella grepp. Under massagen används utvalda vegetabiliska oljor eller gel, skön avslappningsmusik och värmekuddar.

Behandlingen bygger på samarbete mellan klient och terapeut, bara du själv vet vad smärtan innebär och massagen anpassas därför efter dig och din situation. Målet är att öka cirkulationen och det allmänna välbefinnandet. Medicinsk fibromassage® passar bra även för dig som har stressymtom och sömnproblem och vill ha en riktigt lugn och avslappnade behandling.

Metoden har visat mycket goda resultat, klienternas tillstånd har förbättrats med mindre smärta, bättre sömn och förbättrad livskvalitet. Metoden har utvecklats under 1990-talet i två landstingsprojekt.

En behandlingsomgång av Medicinsk fibromassage® bör omfatta tio tillfällen.  
Läs mer på [www.fibromassage.se](http://www.fibromassage.se)

Massör:

Lars Lindestad, dipl. massageterapeut Axelsons gymnastiska institut, av Branschrådet  
Svensk massage certifierad massör och Erica Stensson Hofverberg av Branschrådet  
Svensk massage certifierad massör.