



-For mig har det godt at være med i projektet med at behandle en elitesportsudøver, både behandlingerne og markedsføringsmæssigt, siger zoneterapeut Bente Kragh Ingvorsen. Hun fik en bannerklame op på stadion og håndboldspillerens tilfredshed har trukket flere klienter til hendes klinik.

MORTEN SLAP AF MED SMERTER I LYSKEN

Løbetræning og håndboldkampe blev lettere for Morten Porsberg Nielsen efter behandlinger med zoneterapi hos Bente Kragh Ingvorsen

Smerter i lysken er en hindring, når man dyrker håndbold intensivt. Efter behandlinger hos en zoneterapeut kan Morten Porsberg Nielsen nu igen uden problemer løbe op til 10 km, og han har ikke længere smerter fra lysken. Morten Porsberg Nielsen er en aktiv, veltrænet og muskuløs håndboldspiller, der spiller i 3. division i Dalby Gymnastik- & Idrætsforening.

Den nu 20-årige håndboldspiller var plaget af tilbagevendende smerter i lysken og kunne kun i begrænset omfang deltage i de 12 timers ugentlige træning og holdets kampe. Lyskeproblemerne viste sig især i håndboldkampe, hvor han fik smerter ved hurtig acceleration og hop, når han skulle aflevere bolden eller score. Hans løbetræning blev også be-

sværlig, fordi han havde lysesmerter. Derfor meldte han sig som interesseret, da træneren fortalte om muligheden for at få zoneterapi.

Kan løbe igen

Zoneterapeut Bente Kragh Ingvorsen, Dalby, mødte Morten første gang i september 2013, hvor han fortalte om sine lysesmerter. De aftalte, at zoneterapeuten ville behandle ham gratis som et led i et projekt med elitesportsudøvere, som Forenede Danske Zoneterapeuter står for. Det skete i terapeutens klinik, Zone for sundhed, i Dalby ved Haslev på Midtjylland. Håndboldspilleren modtog 16 behandlinger med zoneterapi fra september 2013 til april i år. Og som nævnt er resultaterne så gode, at Morten

SPORT FOR FULD SKRUE

19-årige Morten Porsberg Nielsen, håndboldspiller i serie 3 Dalby, 3. division, siger om forløbet hos zoneterapeut Bente Kragh Ingvorsen:

-Jeg har nu igennem en længere periode været i behandling nede hos Bente og jeg må indrømme, at det har hjulpet mig meget. Vi var så heldige at blive tilbudt at være med i dette spændende projekt, hvis vi led af håndboldskader, der blev ved med at komme igen.

Min lyske har drillet mig i lang tid, og jeg valgte at søge om at blive forsøgskanin, og er i dag stadig meget glad for den beslutning. Fra starten af var jeg sikker på, at det ville hjælpe mig, og at Bente med et smil guidede mig igennem hele forløbet og fortalte mig, hvad hun gjorde ved min skade, gjorde helhedsoplevelsen endnu større.

Jeg kan kun anbefale hende, hvis andre har en skade, de vil af med. Mange, mange roser herfra. Så har det forresten resulteret i, jeg ikke har mærket til min lyske i, jeg ved ikke hvor lang tid, og jeg føler ikke, at jeg skal holde mig tilbage med at dyrke sport på fuld skrue.

slap for smerter i lysken. Han kan uden problemer løbe op til 10 km, og han føler sig ikke længere begrænset.

Behandling hos zoneterapeuten

-I begyndelsen arbejdede jeg især med lyskeproblemet. Jeg konstaterede, at der er benlængdeforskel, og fokus har meget været omkring hofte- bækkenområdet med det formål at afspænde hele området, således at benlængdeforskellen udlignes, når spændinger i området afslappes, forklarer Bente Kragh Ingvorsen.

Den første periode fik Morten Porsberg Nielsen behandlinger med zoneterapi cirka en gang om ugen, og senere gik der længere tid mellem behandlingerne. I sidste halvdel af behandlingsforløbet kunne Morten uden problemer løbe op til 10 km. Selv ved hurtig acceleration, oplevede han ingen problemer.



*Hop og angreb kan være hårdt ved kroppen.
Michael Porsberg Nielsen blev fit efter zoneterapi*

Bedre nattesøvn og velvære

-Som ved alle behandlinger med zoneterapi er det hele kroppen, fysisk og psykisk, jeg arbejder med, og det har selvfølgelig også været i spil her. Morten har i løbet af forløbet opnået en bedre nattesøvn og et utroligt velvære og afslappethed i kroppen efter en behandling. Han er blevet helt fri for smerter i lyskeområdet og føler sig ikke længere begrænset i udfoldelse af løb og træning, konkluderer Bente Kragh Ingvorsen. Cirka halvvejs i forløbet fik håndboldspilleren problemer med begge skuldre, som gik af led dels mens han skød med bolden, dels ved kropskontakt/skub fra modspillere og i forbindelse med et fald. Begge skulderled er gået af led flere gange.

-I den sidste halvdel af behandlingsforløbet, arbejdede jeg også med skulderproblemet, men desværre uden positiv effekt i den behandlingstid, der har været til rådighed, siger Bente Kragh Ingvorsen.

Morten Porsberg Nielsen blev færdig som handelsstudent i sommer, og med lysken i fin form glæder han sig til en vinter, hvor han har fået et drømmejob som ski-instruktør i Norge.

ZONE FOR SUNDHED

Zoneterapeut Bente Kragh Ingvorsen driver Zone for sundhed, der er en klinik for zoneterapi og massage i Dalby.

Bente Kragh Ingvorsen har arbejdet med zoneterapi siden 2009 i sin egen klinik i Dalby og i Haslev og arbejder desuden også i virksomhedsordninger, hvor hun kører ud til virksomheder og behandler medarbejdere.

Bente Kragh Ingvorsen er registreret alternativ behandler. Det betyder, at Sygeforsikringen "danmark" og andre sundhedsforsikringsordninger giver tilskud til behandlinger.