

Massagebehandlinger.

Behandling	Information	Tid	Pris
Svensk Klassisk Massage	Friskvårdsmassage, kund väljer fördelningen mellan över och nedre kropp.	20min	350kr
Svensk Klassisk Massage	Friskvårdsmassage, kund väljer fördelningen mellan över och nedre kropp samt fokusområde.	45min	600kr
Svensk Klassisk Massage	Friskvårdsmassage, kund väljer fördelning mellan över och nedre kropp samt fokusområde.	60min	700kr
Idrottsmassage	Djupgående idrottsmassage. Går att lägga till 15min laserbehandling för 100kr.	45min	700kr
Medicinsk laserbehandling vid specifikt problemområde.	(LLLT-behandling) Anamnes/bedömning vid tillfälle 1. Lätt massage och laserbehandling vid fokusområde.	Tillfälle 1: 30min Resterande: 20min	Tillfälle 1: 450kr Resterande: 350kr
Medicinsk laserbehandlings paket.	LLLT-behandling. Paketet innehåller första besöket och 5 kommande behandlingar.	Tillfälle 1: 30min Tillfälle 2: 20min Tillfälle 3: 20min Tillfälle 4: 20min Tillfälle 5: 20min Tillfälle 6: 30min	Totalt pris för hela paketet: 1800kr. (Ordinarie pris: 2200kr)

Info om våra behandlingar & insatser:

Svensk Klassisk Massage/Friskvårdsmassage.

Svensk klassisk massage är den vanligaste sortens massage i många länder.

Kliniska studier har visat att svensk massage är en effektiv behandlingsmetod för att minska smärtor i ländryggen och för att minska smärta och ledstelhet i knän som drabbats av artros. Precis som flera andra typer av massage kan svensk massage också minska mängden kortisol i saliven, ett ämne som utsöndras i kroppen när vi är stressade. Svensk massage kan alltså inte bara användas för att behandla smärta och stelhet utan kan också hjälpa oss att hantera stress i vardagen.

Behandlingen bygger huvudsakligen på långsamma, utdragna och mjuka till medelhårda rörelser. Strykningar, knådning och cirkelrörelse förekommer. Svensk massage är jämförelsevis varsam och avslappnande.

Välj mellan 20, 45 och 60min behandling. Du som kund får möjligheten att välja fördelningen mellan övre och nedre kropp. Massagen anpassas således alltid efter kundens individuella behov och önskemål.

Idrottsmassage.

En idrottsmassage är mer kraftfull än en vanlig massage. Kraftfullare grepp och töjningar mjukar upp de muskler som orsakar problematik eller är i behov av återhämtning. Ofta läggs även stretch, triggerpunkt och medicinsk laserbehandling till för bästa resultat.

Idrottsmassage har i allt fler studier de senaste åren kunnat påvisa en märkbar effekt berörande förebygging och återhämtning av muskulära skador.

45min behandling erbjuds.

Medicinsk laserbehandling (LLLT).

Laserbehandling eller medicinsk laser, laserterapi, LLLT eller lågeffektlaser är olika namn för att stimulera kroppens egen läkande förmåga med hjälp av ljusvågor. Metoden har använts sedan 1960-talet och det finns runt 4000 publicerade studier på både celler, djur och människa. Metoden är kliniskt beprövad och har en bevisad effekt på olika skador och besvär i kroppen.

Till skillnad från många andra metoder kan laserbehandling med fördel utföras vid akuta skador, inflammationer och svullnader. Detta gör att det är ett utmärkt komplement till övrig behandling vid smärta, svullnad, läkning efter operation och akuta besvär som stukningar och smärtsamma inflammationer. Dessutom har man sett att många besvär som har varit svårbehandlade med annan typ av behandling kan svara positivt på laserbehandling

Fördelar: Inflammationsmodulerande, smärtfritt, riskfritt, minskar svullnad, påskyndar läkning/återhämtning, ökar rörlighet m.m.

Behandlingen kan användas i många områden, detta är några exempel:

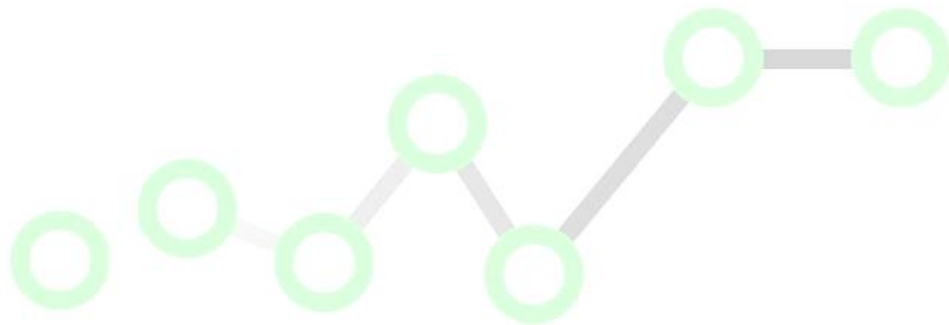
Vid ryggproblematik som långvarig ländryggssmärta, diskbråck, artros.

Vid fingrar/hand/handledsproblematik som artros, överansträngning, karpaltunnelsyndrom.

Vid axel/armproblematik som tennisarmbåge, överansträngning i muskulatur, musarm, artros, frozen shoulder, impingement/bursit, rupturer i axel.

Vid knäproblematik som löparknä, artros, meniskbesvär, rehab efter knäoperation.

Välj att inkludera behandlingen med annan massagebehandling eller enbart kring specifikt problemområde. Första tillfället kräver alltid en konsultation för ställningstagande om lämplig insats. Vi erbjuder även kostnadseffektiva behandlingspaket.



Your Ability AB

Arbetsterapeutiska insatser.

Behandling	Information	Tid	Pris
Arbetsterapeut första besök.	Bedömning av hjälpmedel. Anamnes upptagning inför handrehab. Ställningstagande kring lämplig behandling.	30min.	300kr
Paraffinbehandlings session.	Värmebehandling i form av paraffin med fingerledsmassage och gemensam fingerledsträning. Vid behov medicinsk laserbehandling. 6st tillfällen.	6 tillfällen * 45min.	1500kr
Handrehabilitering.	Bedömning av lämplig handrehab åtgärd. Utformning av individuellt träningsschema. Mätning av nuvarande funktioner/rörligheter. Vid behov Medicinsk laserbehandling.	30min.	300kr
Återbesök.	Återbesök efter inledd behandling/kartläggning utanför behandlingspaket.	20 - 30min.	200kr.
Bedömning av bostadsanpassning.	Hembesök för bedömning av bostadsanpassning och utfärdande av intyg.	45min	500kr