



EGEN MASSASJE: Personer med fibromyalgi kan få lindret smerter med en egen type massasje, forteller massør Heidi Højjord. FOTO: ELLEN ESBERG

Fibromassasje mot kroniske smerter

PORSGRUNN: Heidi Højjord tilbyr egen massasje til fibromyalgi-pasienter. Hun mener tilbudet til folk med sykdommen er for lite.

- Fibromyalgi er den nye folkesykdommen, mener massør Heidi Højjord i Heidis massasjeterapi.

Hun har opprettet et tilbud om massasje til pasientgruppen. Sykdommen kjennetegnes med kroniske smerter, og ømme punkter i muskler og ledd. En egen utdanning gjør Højjord kvalifisert til behandlingen.

FJÆRLETT

- Tilbudet til folk med fibromyalgi er lite, og jeg får tilbakemelding

på at massasjen er det som fungerer best for mange, sier Højjord.

Betanien i Skien tilbyr behandling med bad i varmt vann. Ellers kjenner massøren til få effektive behandlingsformer for sykdommen.

- Dette er utrolig givende arbeid, og å se hvor mye bedre enkelte blir er bevis nok for meg på at dette hjelper, sier massøren.

Fibromassasjen beskrives som fjærlett, men yrkeshemmeligheter vil ikke Højjord ut med. Hun understreker at hun ikke fjerner sykdommen, men letter symptomene.

- Jeg kan ikke ta bort noe, men

jeg letter smertene og løfter opp pasientene psykisk, sier Højjord.

VÆRET PÅVIRKER

På massasjebenken i Porsgrunn varer behandlingene i inntill halvannen time. Klientene anbefales serier på ti behandlinger.

- De er ofte såre og ømme i kroppen, og påvirkes veldig av været. Det er ødeleggende for dem. Grått og kaldt vær fører til mye smerte.

- Men flere forteller at de har en mye bedre hverdag etter at de begynte å få fibromassasje, sier Højjord.

ELLEN ESBERG