

Autoimmune sygdomme

HVAD SKER DER I KROP OG SIND?



YourBalance

JEG VIL GERNE FORTÆLLE :

- Hvad er en autoimmun sygdom ?
- Hvorfor udvikler man en autoimmun sygdom?
 - Set fra det traditionelle system
 - Set fra en Metavinkel
- Hvad skal jeg være opmærksom på som behandler?
- Vigtigheden af en terapiplan





Lidt om mig

- ▶ Jeg er 48 år og alene mor til 2 skønne unger.
- ▶ Jeg er selvstændig på 12 år med klinik i Skødstrup
- ▶ Jeg er Reg. Psykoterapeut fra til. Mygind Institute, Yogalærer, Massageterapeut, Chakradance facilitator
- ▶ Jeg har selv haft autoimmune sygdomme i mit liv.

Autoimmun sygdom

- Kroppens immunforsvar angriber egne celler
- Antistoffer i blodet
- Kommer gradvist
- utæt tarm/ Leaky gut
- Bliver med årene værre og værre

Taget fra sundhed.dk:

Der er ikke nogen klar og entydig definition af, hvad en autoimmun sygdom er. Mange sygdomme bliver kaldt autoimmune, blot fordi der er fundet autoantistoffer ved sygdommen.





UDBREDELSE

I den vestlige verden er autoimmune sygdomme blandt de hyppigste årsager til dødsfald og forringet livskvalitet

Tre ud af fire af dem der rammes er kvinder

Hyppigste følgesygdomme:

- Andre autoimmune sygdomme
- Hjerte/kar sygdomme
- Afkalkning af knogler
- Depression og angst
- Overvægt
- Søvn forstyrrelser
- Forhøjet blodtryk
- Lever/ lungesygdomme

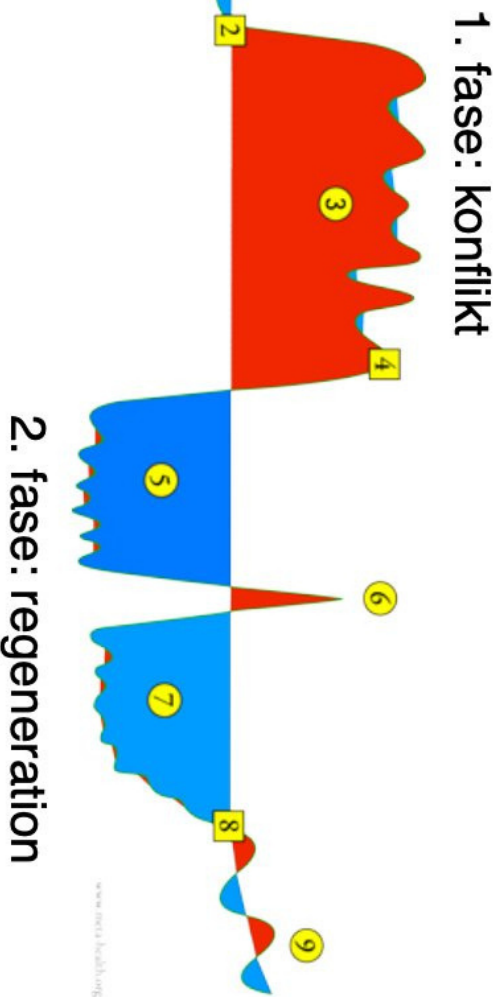


BEHANDLING I DET TRADITIONELLE SYSTEM

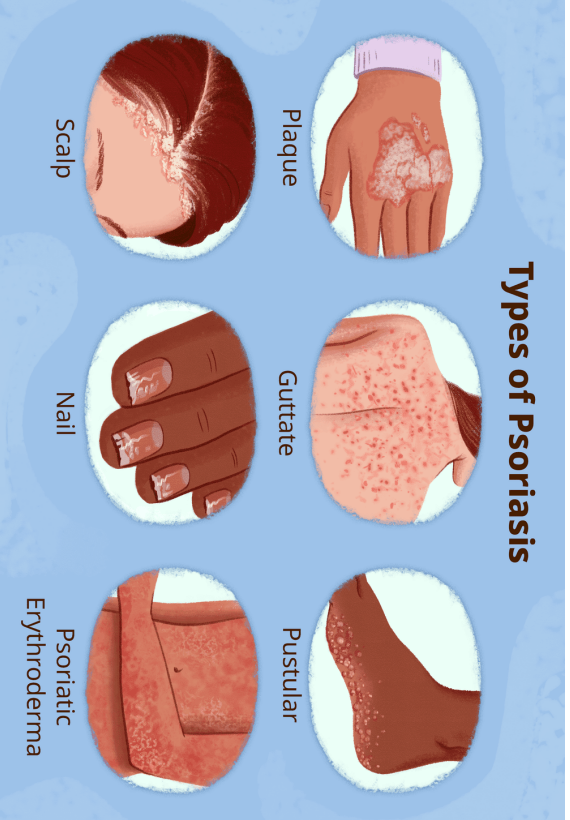
- Medicin
- Kirurgisk indgreb



Metasundhed



- Metasundhed er et helhedssyn på sundhed og sygdom baseret på kroppens intelligens.
- Vi lærer at forstå hvad vores krop fortæller os, med udgangspunkt i de symptomer vi har og placeringen
- De 2 faser stress og regeneration
- Konflikttema



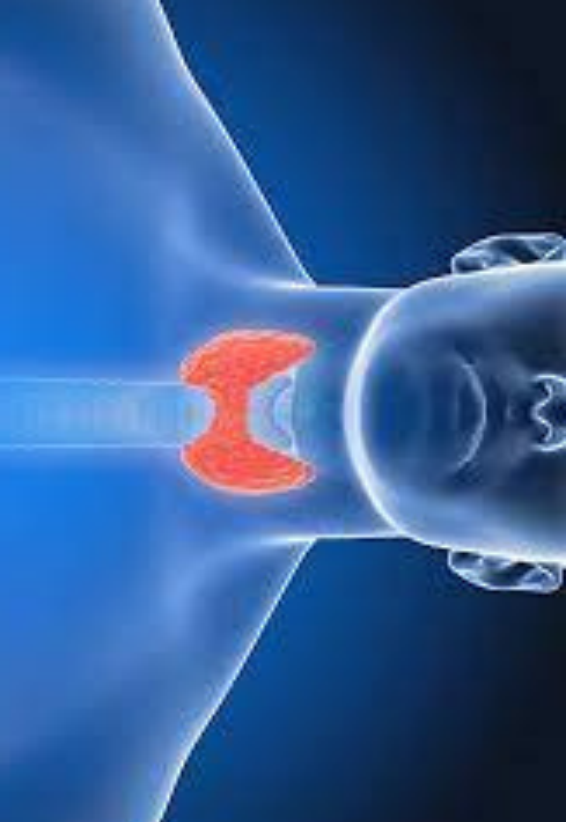
PSORIASIS

Konflikt tema: Separation, kontakt, berøring - manglende berøring/ omsorg, angreb på biologisk plan, på udseende eller integritet

Organ: Kombineret over - underhud

Placering: Hvor sidder det på kroppen og hvad er betydningen for placeringen

Fase: Aktiv + Regeneration - hængende/hoppende



HASHIMOTO - GRAVES/BASEDOW

Konflikt tema:

- Magtesløshed
- Højre side - Ude af stand til at få fat i en ting eller sag - aspekter af retfærdighed
- Venstre side - Kan ikke gøre sig fri af nogen eller noget

Organ:

- Skjoldbruskkirtlen-Epitel
- Skjoldbruskkirtlens udgangskanaler

Fase: Aktiv + Regeneration - hængende/hoppende

- Hashimoto - regeneration
- Graves - aktiv





KRONISK INFLAMMATORISK TARMSYGDOMME

- Morbus Crohn - Tyndtarm
- Ulcerative Colitis - Tyktarm/Tyndtarm
- Utæt tarm - Tyndtarm

Konflikt tema:

- Ude af stand til at fordøje en sag
- Ufordøjelig ophidselse
- Vrede - sult efter noget
- Indestængt vrede, bitterhed
- Ikke villig til at slippe sit "lort"

Fase: Aktiv + Regeneration - hængende/hoppende





LEDDIGT

Konflikt tema:

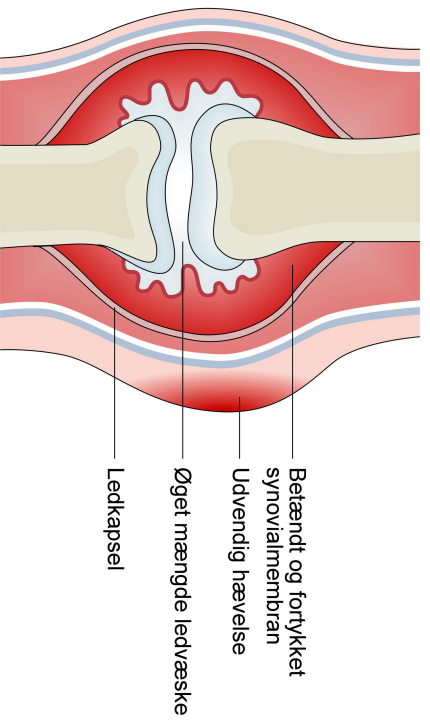
- Dyb selvværdskonflikt med et aspekt af ikke at kunne bære sig selv
- Selvværdskonflikt relateret til placering

Organ:

- Knogle
- Bindevæv dybereliggende

Placering: Hvor sidder det på kroppen og hvad er betydningen af placeringen

Fase: Regeneration - hængende/hoppende



© Biritta Lerche Berlech 2011



DIABETES 1

Konflikt temaer:

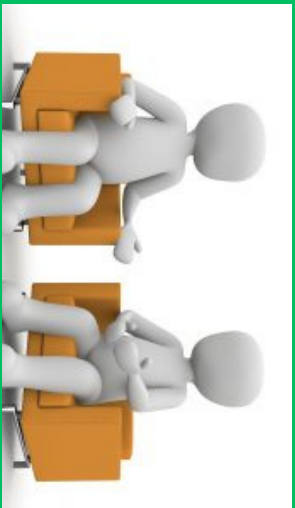
- Væmmelse, frygt, afsky i forbindelse med nogen eller noget.
- Modstand og forsvar mod nogen eller noget
- En tvungen ubærlig livstruende situation
- Mangler sødme i livet

Organ:

- Bugspytkirtlen - De langerhansker øer Betaceller

Fase: Aktiv





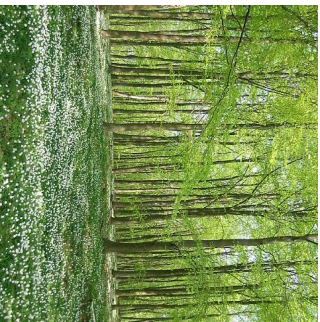
HVAD SKAL VI SOM BEHANDLERE HAVE FOKUS PÅ?

- Hvad fylder mest ved at have denne sygdom?
- Hvordan påvirker det hverdagen?
- Hvilke følelser er der omkring tanken “Jeg bliver aldrig rask”?
- Hvad er der af overskud i hverdagen til at skulle ændre i dine vaner?
- Hvordan ville dit liv se ud hvis du ikke havde denne sygdom?
- Hvad er dit forhold til familie, venner, kollegaer osv.?
- Hvad er dit forhold til dig selv?
- Er du villig til at tage ansvar for dit liv og din sygdom?
- Hvad er “gaven” ved at have denne sygdom?

Terapiplan

SE DIG SELV SOM ET HELT MENNESKE

- Kost/ Krop/ hvile
- Fysisk miljø
- Socialt miljø
- Følelses forløsende behandling
- Tanker/ overbevisninger
- Ånd



KROP

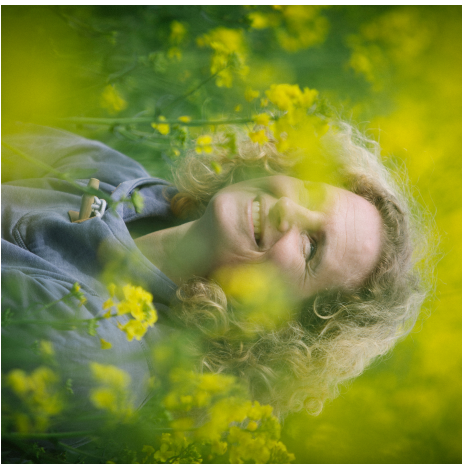
- Kost - Anti inflammatorisk
- Kosttilskud - Biopath - Vegatest
- Motion - blid yoga og gåture
- Søvn/ hvile

SIND

- Følelser forløsende terapi - Psykoterapi
- Meditation
- Yoga/ kropsterapi

SJÆL

- Tro på at der er noget der er større end dig selv
- Hvad får dit hjerte til at synge
- Være i naturen så meget som muligt



METABETYDNING

- Se min egen værdi
- Lære at sætte grænser for mig selv og andre
- Lægge pleaser og offer rollen på hylden
- Tro på mig selv og min intuition

Jeg er et værdifuldt menneske som bringer noget unikt ind i denne verden.

Jeg er et kærlighedsvæsen og min mission er at hjælpe andre med at finde ro så de kan leve deres fulde potentiale.



KILDER:

- www.Samvirke.dk
- www.Sundhed.dk
- www.Newsroom.au.dk
- www.auh.dk
- Metasundhedsopslagsværker
- Egen erfaring

SPØRGSMÅL OG FEEDBACK