



## Smertehjelpklinikken

# Leget «frossen skulder»



**SMERTEHJELP:** Familien Holmedal foran Smertehjelpklinikken på Raveien i Sandefjord. Fra venstre heilpraktiker og akupunktør Bernard Holmedal, Bodil Holmedal og osteopat Christopher Holmedal D. O.

**D**a skulderen stivnet og smertene ble uutholdelige oppsøkte Ann Kristin lege. Hun fikk beskjed om å holde armen i ro, og fikk vite at det kunne gå "veldig lang tid" før armen ville fungere som normalt igjen. Utålmodig tok hun kontakt

med fysioterapeut. - Jeg fikk tre behandlinger, men de hadde ingen virkning. Så ble jeg anbefalt Smertehjelpklinikken av ei venninne, forteller hun.

### SKULDERSMERTER

- Skulderleddet er et komplisert

*Ann Kristin Aasland var tidligere i sommer sykmeldt for leddkapselbetennelse i skulderen. Men etter få behandlinger ved Smertehjelpklinikken i Sandefjord er hun tilbake på jobb.*

ledd hvor bevegelser kan foregå i alle retninger. Leddet er omgitt av leddkapsel, leddbånd og en mengde sener. I tillegg finnes også en rekke slimposer som skal sikre at senene glir smidig i forhold til hverandre. Ved skuldersmerter kan det være sykdom i selve leddet, det kan være betennelser i sener eller leddkapsel, eller det kan være slimposebetennelser. Ann Kristin hadde en leddkapselbetennelse, eller det vi i dagligtale kaller en "frossen skulder", sier heilpraktiker og akupunktør Bernard Holmedal ved Smertehjelpklinikken.

### SMERTENE FORSVANT

Ann Kristin hadde sin første behandling hos Holmedal i midten av juni. Ved hjelp av osteopati, akupunktur, bioinfrarød stråling og ulike massasjeformer kunne hun merke at smertene begynte å slippe taket allerede etter første besøk. Men fortsatt kunne hun ikke røre på armen i noen særlig grad. Med flere behandlinger kom bevegelsen



**OSTEOPAT:** Christopher Holmedal D. O. har blant annet spesialisert seg på smerter i nakke- og skulderregionen. (Illustrasjonsfoto)

raskt tilbake. - Nå har jeg hatt fem behandlinger, og kan få armene over hodet. Det har jeg ikke vært i stand til på flere måneder, smiler hun. Ann Kristin skryter både av fagkunnskapen,

og av måten har blitt tatt imot på. - Familien Holmedal er svært hyggelige og imøtekommende mennesker, og det er en avslappet og behagelig atmosfære på klinikken, avslutter hun.