

## FYSIOAKUSTINEN HOITO (FA-TUOLI)

Hoidon aikana asiakas voi halutessaan kuunnella Fysioakustisella hoidolla aktivoidaan kehon lihasten, kudosten ja luiden aineenvaihduntaa. Hoidossa vaikuttavana tekijänä on kehoon kohdistettu *matalataajuinen siniääni*, joka vaikuttaa kehon omiin toiminnallisiin värähtelytaajuuksiin.

Hoito tapahtuu fysioakustisella laitteistolla tuolissa. Kehon värähtelyt saadaan aktivoitua, kun fysioakustiseen tuoliin sijoitetut kaiuttimet välittävät äänivärähtelyn hoidettavan henkilön kehoon. Hoidossa laitteen omalla äänigeneraattorilla tuotetaan siniääni, jonka taajuusalue vaihtelee 27-113 hertsin välillä. Jokaiselle voidaan luoda omat hoito-ohjelmat tilanteen ja tarpeiden mukaan.

Fysioakustisen hoidon *vaikutuksia on tutkittu mm. Jyväskylän Yliopistossa*. Tutkimusten pohjalta hoidolla on seuraavia vaikutuksia: vähentää kipua, rentouttaa, parantaa unenlaatua ja nostaa vireystilaa, kohottaa mielialaa, auttaa palautumaan liikuntasuorituksesta, positiivisia vaikutuksia mm. osteoporoosiin (vahvistaa luun aineen vaihd.) ja kokonaiskolesterolin laskuun.

Koska värähtely vaikuttaa samanaikaisesti kudoksiin, verenkiertoon, nestekiertoon, aineenvaihduntaan ja hermostollisiin toimintoihin, hoidolla on vaikutus myös psykologisiin toimintoihin, erityisesti vireystilaan ja mielialaan. Kaikki nämä ominaisuudet yhdessä tekevät fysioakustisesta hoidosta tehokkaan ja luonnonmukaisen.

Ominaisuuksiensa vuoksi hoito sopii erityisen hyvin henkilöille, joiden liikuntakyky on syystä tai toisesta rajoittunut. Stimulaatio auttaa lihasten aineenvaihdunnan ja verenkierron ylläpidossa silloinkin kun niitä ei ole mahdollista itse liikuttamalla aktivoida.

Fysioakustinen hoito sopii erinomaisesti myös unihäiriöiden ja stressiperäisten oireiden hoitoon sekä esimerkiksi jännitystilojen, ahdistus ja masennusoireiden lievittämiseen. Kokemus on yleensä rentoutuksellinen. Hoidollisuutta voidaan lisätä musiikin kuuntelulla ja hoidon jälkeisiä tunteita ja tunteuksia voidaan purkaa terapeutin kanssa asiakkaan niin toivoessa.

\*\*\*\*\*'

### TARJOAMME FYSIOAKUSTISTA HOITOA :

30 min = 20 € tai 40 min = 30 €

Myös omat hoito-ohjelmat mahdollisia + keskustelu

Musiikkiterapiapalvelut: Mari Ruhalahti 040-5926682, Sari Hilpinen 040-7325525

Mariankatu 16 B 30, LAHTI

-TERVETULOA-