

Aquamassage

Aquamassage er en forholdsvis ny behandlingsform i Norge. Det er massasje utført ved hjelp av vannstråler, uten at du blir våt. Ergostart gir deg litt informasjon om metoden.



Tekst/foto: Rune Simensen

Litt historie

Aquamassage er varemerket som denne maskinen selges under, og er produsert av Aqua Massage International (AMI) i USA. Den første Aquamassage-maskinen ble introdusert i 1990, og da rettet mot fitness- og spemarkedet. I 1992 ble det lansert en ny modell som var rettet mot fysioterapimarkedet.

Aquamassage er også blitt brukt før denne maskinen ble lansert, på grunn av positive, helsebringende effekter som: økt oksygentilførsel til musklene, bedre fjerning av melkesyre og avfallsstoffer fra musklene, og at hjertet jobber lettere.

Det er blitt utført studier av maskinens effekt, både ved Universitetet i Miami, «Comprehensive Pain and Rehabilitation Center», og ved Universitetet i Massachusetts, Medisinsk fakultet (les mer på www.aquamassage.no).

Hvordan gjøres det

Det fine med denne typen vannmassasje er at du ikke blir våt. Du trenger ikke kle av deg, du trenger ikke ta med håndkle, bare stikk innom og få et kvarters lindrende massasje. Maskinen er konstruert slik at når du legger deg inn og senker lokket, blir du dekket av en kraftig, men tynn duk som skiller deg

fra vannet. Vannet er altså i et lukket system. Det er 36 dyser som spruter vann på denne duken og som utgjør massasjen som dekker tre sider av kroppen. Denne vannspruten simulerer «fingertupp-akupressurmassasje». Disse dysene beveger seg i lengderetningen, og gir en pulserende vannstråle, og hvor pulsens frekvens kan justeres fra 2 – 10 pulser pr. sekund, og hvor trykket også kan justeres. I tillegg kan man programmere slik at man får endringer i pulsrytmen og trykket, samt hastigheten langs lengderetningen. Man stiller også inn personens lengde, slik at dysene beveger seg over hele kroppens lengde, bortsett fra hodet. Det finnes gode muligheter for individuelle tilpasninger. Vannets temperatur kan via termostat holde en temperatur på opptil 40° C. På grunn av dysenes antall, plassering og bevegelsesmønster vil en 15-minutters massasje i Aquamassage-maskinen tilsvare en times tradisjonell massasje.

Hvordan føles det

Ergostart sendte to mennesker for å få en demonstrasjon av maskinen hos massasjeterapeut Eli Anne Hansen på Espern på Hamar.

Brukeren ligger ganske komfortabelt, og med sin egen favorittmusikk, om man ønsker det.

Eli Anne Hansen på Hamar investerte i denne maskinen på vårparten i år, fordi hun som terapeut har tro på at dette virker.

Undertegnede, som ikke har noen spesiell diagnose som tilsier at massasje er påkrevet, og en person til som har diagnosen fibromyalgi, møtte opp for en prøvetur for å se hvordan behandlingen oppleves. Det første vi la merke til var at maskinen støyet litt, men det er vanskelig å unngå på grunn av selve konstruksjonen (vann under pulserende trykk). Støynivået var likevel ikke skremmende, og det faktum at man kan benytte hodetelefoner koblet til maskinens innebygde CD-spiller, demper dette problemet.

Opplevelsen av selve massasjen var veldig positiv. Ergostarts medarbeidere var enige om at dette var en meget avstressende behandling, og meget behagelig, også for personen med fibromyalgi som er meget ømfintlig for trykk. Når man får benyttet maskinen noen ganger slik at man finner en innstilling, eller lager et tilpasset program, som passer enda bedre til personens ømfintlighet, vil opplevelsen bli enda bedre.

Vi kan selvfølgelig ikke si noe om hvordan langtidsvirkningen av denne behandlingsmetoden er. Vi var begge litt støle dagen etter prøveturen, og det er nok normalt, og kanskje et tegn på at noe har skjedd.

Vi snakket med flere som var innom hos Eli Anne for prøvekjøring, og alle var enige om at det var veldig behagelig, og ingen nevnte noe om støynivået. Vi snakket også med en dame på 81 år som gjerne ville prøve, og hun syntes maskinen så litt skremmende ut. Hun hadde imidlertid ingen problemer med å ta plass og la seg massere, og var veldig fornøyd etter behandlingen. Eli Anne fortalte at også barn kan benytte denne maskinen. Hun hadde barn ned til 9 år inne til prøving, og de fleste var litt skremt av størrelsen på maskinen, men ingen lot seg skremme vekk, og alle gjennomførte en 15-minutters syklus, og ville gjerne ha mer.

En annen ting man gjerne er oppmerksom på når man skal benytte utstyr av denne typen, hvor mange mennesker skal bruke samme utstyr, ligge på samme sted osv, er hygienens.



permobil

The Art of Mobility™

Tre gode valg...

C-serien gir deg muligheter. I C-serien er det dine behov som styrer. Trenger du en enkel løsning eller trenger du litt mer? Velg trygt ut fra akkurat din situasjon. Uansett modell kan du være sikker på å få den ytelse og sikkerhet som kreves av en bra kombistol.

C300 – En økonomisk løsning. Liten og smidig tar den deg fram både ute og inne. Leveres med CS-sete. (I Norge fra 2007)

C400 – En fleksibel løsning. Et bra alternativ for deg som vil ha et kombichassis med en større mulighet for valg av seter. Leveres med flere av våre setealternativer: Corpus, MPS B, KB, Vertical, Miniflex.

C500 – En komplett løsning. Kraftfull og med justerbar fjæring tar den seg smidig over hinder ved utendørsbruk. Med S-modellen får du en hastighet på 10km/h. Samtlige av våre setealternativer: Corpus, MPS B, KB, Vertical og Miniflex kan velges.

www.permobil.no



C300

C400

C500



Alle overflater her er glatte, også putene hvor man hviler armene og hodet. I tillegg trekker man ut dekkpapir der hvor ansiktet hviler mot puten. Ved helt normal rengjøring burde det ikke være noe problem med hygienen.

Vi kan ikke trekke noen konklusjoner av vårt besøk, men de som er interessert kan sjekke på vår kontakts nettsider; www.elianne.no, på den norske importørens nettsider; www.aquamassage.no, eller på produsentens nettsider; www.aquamassage.com.

Vanddydene spruter vann mot en duk som ligger godt inntil personen i maskinen, og de beveger seg i kroppens lengde retning.