

Sådan behandler jeg: Isis Klinikken

Henny Jensen, som både er akupunktør, massør, zoneterapeut – og jordemoder, tilbyder behandlinger til såvel gravide som ikke-gravide. Hun arbejder også med personlig udvikling og meditation. Og så er Henny Jensen jordemoder ved hjemmefødsler.

Hun er også indehaver af Isis Klinikken, der ligger på Diakonissestiftelsen på Frederiksberg, og cirka halvdelen af klienterne er gravide, mens den anden halvdel består af både kvinder og mænd, hvoraf hun husker, hvordan én engang anerkendte hendes arbejde med ordene: *Som alternativ behandler er man også en slags fødselshjælper, uanset om det er et lille barn, der hjælpes til verden – eller om det er et menneske, der "genfødes" i en ny version af sig selv, en version uden smerter og andet, der tynger.*

For at hjælpe sine medmennesker til et bedre liv er det, som Henny Jensen vil. I serien "Sådan behandler jeg" har Liv og Sjæl spurgt Henny Jensen, hvordan hun behandler.

Af Dorte J. Thorsen

En holistisk tilgang

"Den holistiske tilgang er det centrale i min behandling," fortæller Henny Jensen.

"Jeg fokuserer altid på såvel det fysiske som det psykiske, både når jeg diagnosticerer, og når jeg behandler. For krop og sjæl hænger sammen og indvirker på hinanden hele livet igennem, og begge dele skal plejes med omhu. Det er mange mennesker tilbøjelige til at glemme – eller måske til at gemme og fortrænge."

Men man kan ikke gemme sorg, angst, depression, stress, uro og sårede følelser væk. De lagrer sig i sindet – og derpå i kroppen, hvor de kan give smerter – og til sidst kan ende som sygdom.

"Jeg starter altid en behandling med en samtale, hvor det, jeg kalder bevidst nærvær, er et vigtigt redskab. Her retter jeg min opmærksomhed 100 procent på det menneske, der sidder foran mig. På grundlag af denne samtale og den fysiske behandling med mine hænder kortlægger og

diagnosticerer jeg, så jeg kan arbejde på at fjerne smerter, skabe balancer og dermed reducere stress og angst. På lang sigt er målet at (gen)opbygge både fysisk og mental sundhed og styrke," siger hun og fortsætter:

"For det er sådan, at et menneskes sundhed bestemmes af både det mentale og det fysiske, og at de indvirker på hinanden. Det er også derfor, at det er en stor fordel, at jeg både bruger min faglige viden, mine hænder, akupunktur og zoneterapi samt det bevidste nærvær."

Henny Jensen henter blandt andet faglig inspiration fra TCM – Traditionel Kinesisk Medicin. Og i sine behandlinger kan hun nå sine klienter via såvel samtalen og arbejdet med hele kroppen. Hun giver kropsmassage og bruger samtidig akupunktur-nåle og zoneterapi-punkter på fodsålerne til at påvirke meridianerne og dermed energistrømmene i kroppen. Den holistiske tilgang fastholdes på denne måde gennem hele behandlingen og virker på både krop og sind – samtidig.

Eksempler på behandlinger

Henny Jensens speciale er akupunktur til kvinder med gynækologiske og obstetriske problemer. Især har hun gode erfaringer med fertilitetsbehandling og menopauseproblemer samt behandling af gravide og fødende. Derudover tilbyder hun behandlinger for en lang række problematikker som smerter, hovedpine, kvalme, søvnproblemer, hedeture, galdestenssmerter, bækkenløsning, kramper, amme-problemer, stress, angst med mere.

En typisk behandling på Isis Klinikken kan dreje sig om en gravid kvinde, der er bange eller måske ligefrem angst for at føde. Her er det vigtigt at skelne. For mens det at være bange for fødselssmerter er noget naturligt, som kvinden kan lære at håndtere, kan angst være handlingslammende og gøre stor skade både i forbindelse med graviditet og fødsel og i værste tilfælde også i den kommende relation til barnet. Henny Jensen tilbyder derfor den gravide en grundig snak om hendes følelser,



“*For det er sådan, at et menneskes sundhed bestemmes af både det mentale og det fysiske, og at de indvirker på hinanden.*”



Henny Jensens speciale er akupunktur til kvinder med gynækologiske og obstetriske problemer. Især har hun gode erfaringer med fertilitetsbehandling og menopauseproblemer samt behandling af gravide og fødende.

tanker og kropsoplevelse. Herefter kommer kvinden på briksen og bliver behandlet med akupunktur, samtidig med at hun får afspændende massage.

”Nogle gange fortsætter jeg med at stille spørgsmål om følelser eller kropsoplevelser under den fysiske behandling, for på den måde at hjælpe kvinden til at mærke og rumme sine egne følelser,” siger hun.

Når det gælder behandling af smerte, arbejder Henny Jensen på at finde en årsag. For nylig behandlede hun en yngre kvinde, der i lang tid havde haft ondt i maven og ikke kunne spise og derfor havde tabt sig meget. Det viste sig at bunde i en ubearbejdet sorg over en nær venindes død, som var kommet efter et langt sygdomsforløb. Dødsfaldet var derfor ventet. Men et er at vide, at en nærtstående skal dø. Noget andet er at affinde sig med døden, når den indtræffer. Det er altid en smertefuld proces at miste en, som man har kær, og det tager tid og skal bearbejdes.

Kvinden var ikke bevidst om, at venindens dødsfald havde haft denne virkning på hende. Men efter en kombination af samtale, massage og zoneterapi oplevede hun, at smerterne i

maven forsvandt, og at hun var i stand til at spise igen. Behandlingen havde åbnet op for sorgen, som dermed kunne blive bearbejdet, og kvinden kom i balance igen.

For Henny Jensen er det ikke usædvanligt at møde angst og stress hos sine klienter. Og uanset om det er følelser af gammel eller af ny dato, kan det føre til en ødelæggende livsstil. For eksempel har Henny Jensen gennem tiden oplevet en klar sammenhæng mellem kvinder, der altid går i sort tøj og det at lide af stress og af angst. Denne tilstand kan hænge sammen med kuldkærhed, fertilitetsproblemer, store graviditetsgener samt nyre- og blæreproblemer, da en del af den grundlæggende livsenergi lagres i nyrerne. Sort tøj kan dog være meget godt i passende mængder, understreger Henny Jensen, men hvis man hele tiden klæder sig i sort, kan det være et tegn på eller måske endda medføre, at noget er eller kommer ud af balance.

Hjemmefødsler

Ud over arbejdet i klinikken tilbyder Henny Jensen også hjemmefødsler, som bliver mere og mere populære, ikke mindst blandt

jordemødrene selv. Mere end halvdelen af danske jordemødre vil gerne føde deres næste barn hjemme.

De fleste kvinder kan også sagtens føde hjemme, forsikrer Henny Jensen og forklarer:

”Du kan føde hjemme, hvis du har en normal graviditet og forventet normal fødsel, og hvis dit barn står i hovedstilling ved terminen. Fødslen skal starte spontant og finde sted inden for tre uger før terminsdatoen til maks. to uger efter terminsdatoen. Du må altså ikke gå mere end to uger over tiden, hvis du skal føde hjemme.”

At føde hjemme er nemlig ifølge Henny Jensen for mange kvinder noget meget trygt, hvor de føler, at de er i deres eget rum – både fysisk og mentalt – og derfor bedre kan overgive sig til fødselskraften og være mere til stede i forløsningsen end på et hospital med skiftende jordemødre, som kommer og går. Henny Jensen pointerer derfor også, at det er vigtigt, at den gravide selv vælger, hvad der er bedst for hende, da det er hendes krop, der skal udføre arbejdet.

Henny Jensen kan så med sin holistiske tilgang, jordemoderfaglige viden og uddannelse som akupunktør og massør tilbyde den vordende mor så meget mere både før, under og efter fødslen.

Læs mere på www.isisklinikken.dk