

# NADA behandling

## Hvad er NADA?

NADA er øreakupunktur og en behandlingsform, som har til formål at afbalancere og styrke kroppens funktioner, både psykiske og fysisk.

NADA kan ikke behandle specifikke sygdomme men kan forstærke dine egne ressourcer og helbredsevne.

NADA-metoden består af fem akupunkturpunkter i øret, som stimuleres af sterile engangsnåle i 45 minutter mens du forholder sig i ro.

NADA kan gives i akutte såvel stabile perioder.

NADA kan være et supplement til andre aktiviteter som fx coaching og terapi, hvor du kan modtage NADA enten før eller efter.

## Hvem kan modtage NADA?

Alle borgere kan modtage NADA uanset baggrund, diagnose, medicinsk- eller anden behandling.

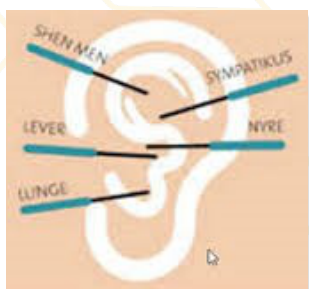
NADA må ikke gives til børn under 7 år.

## Hvordan virker NADA?

NADA virker ved at udløse endorfiner i kroppen, hvilket giver en afslappende og stabiliserende effekt.

NADA er bivirkningsfrit og bidrager ikke med nye elementer til kroppen, men hjælper derimod kroppen med at reetablere sig selv og skabe balance.

NADA øger mentalt fokus og virker beroligende på nervesystemet.



## NADA har en positiv effekt på:

Søvnproblemer, Angst, Fysisk uro og rastløshed, Psykisk uro og tankemylder, Koncentrations- og hukommelsesbesvær, Vrede og aggression, Stress, Depression, Abstinenssymptomer

## Hvordan føles NADA?

De fleste vil føle sig afslappede under behandlingen, men nogle vil opleve let eufori. Andre mærker varme, kulde eller snurren i øret eller i dele af kroppen, hvilket er en normal reaktion.

Man kan af og til opleve ømhed af et akupunkturpunkt i øret, hvilket er udtryk for en god effekt.

Der kan forekomme en eller få dråber blod, når nålen fjernes, hvilket også er udtryk for et godt resultat.

## Rammer og fremgangsmåde:

Rammer for NADA og antal behandlinger

tilrettelægges ud fra formålet med at anvende NADA i det enkelte tilfælde.

NADA hos os gives individuelt. Du kommer til at sidde komfortabelt og i ro med dig selv.

Når vi begynder, får du udleveret en lille spritserviet, som du spritter dit øre af med. Vi spritter vores hænder af.

Du får herefter placeret fem nåle i hvert øre, som du sidder med i 45 min. For unge er tiden umiddelbart kortere ca. 20-30 min., og de kan nøjes med tre nåle. Nålene er lavet af kirurgisk stål, som er allergivenlige.

Efter endt session, fjerner vi nålene og sikrer, at de kommer i en beholder. Skulle der være en dråbe blod, aftørres vi med en vatpind.

Effekten af behandlingen varer som regel mindst 24 timer.

NADA kan til enhver tid afbrydes, hvis du ønsker dette.

## Magnetiske ørekugler

Imellem to NADA-aktiviteter, kan vi behandle dig med magnetiske ørekugler. Du kan gå med kuglerne i en til to uger.

Punktet i øret kan du aktivere flere gange om dagen ved at trykke let på kuglerne, hvorved effekten forstærkes.





Certificerede NADA-udøvere

Dorte Blaabjerg Jensen  
Niels Thomassen  
Majbritt Hansen



Det Gamle Rådhus  
Rådhusstorvet 1K  
7900 Nykøbing Mors



Et tilbud om

**NADA**

Familie, Sundhed & Trivsel

