



Ærlighet lønner seg best, men det er allikevel enkelte som syns det ikke lønner seg godt nok.

Kin Hubbard

du og dine

navn og ansikter

Han kan kjenne kraniet ditt bevege seg

Frank Kristiansen har så følsomme hender at han kan holde hendene ved bena dine, og kjenne kraniet bevege seg.

- Jeg har aldri før følt meg så snytt som da jeg var ferdigutdannet som fysioterapeut, sier Frank Kristiansen. I 1997 var han ferdig utdannet fysioterapeut i Berlin, men de første erfaringene, sto ikke til forventningene.

- Jeg skjønnte fort at fysioterapien bare var en begynnelse. Jeg hadde ikke noe redskap for å finne ut hvorfor pasientene hadde problemer, det handlet kun om å behandle smerteområdet. Men smertene er vanligvis en følge av andre problemer – og derfor ble det sjelden varige resultater av behandlingen, forklarer han

Vil finne årsakene

I løpet av de fire årene han arbeidet som fysioterapeut var det mange som ble bra etter behandlingene, men alt for mange vendte tilbake med de samme problemene noen måneder senere.

- Når dette gjentok seg skjønte jeg at jeg sjelden hadde mulighet til å finne den egentlige årsaken til problemene. Når man bare arbeider med symptomene kommer plagene gjerne tilbake. Jeg vil ikke slå alle under en kam, men det var slik jeg følte det, sier Kristiansen, som derfor begynte på etterutdanning innen osteopati.

- I fysioterapi behandler man symptomer og følger, mens den egentlige årsaken til plagene kan sitte en helt annen plass. Ordet årsak ble aldri nevnt under utdannelsen, det handlet kun om muskulære spenninger, sier han.

Trigger kroppens hukommelse

Rent teoretisk handler osteopati om å se sammenhenger mellom de forskjellige kroppssystemene – muskler og skjelett, organsystemet og kraniet.

- Når en pasient er frisk jobber disse systemene sammen, men hvis det ene er svekket, vil det gå utover de to andre. Osteopati handler om å se sammenhengen mellom de ulike kroppsdelenene. Svakheter en plass, kan gi symptomer et annet sted.

- Det første vi fikk beskjed om under osteopatutdannelsen var; glem symptomene! Og tenk på kroppen som en helhet. Når folk sliter med for eksempel migræne, isjass, generelle ryggpro-

blemer eller bekkenløsning, får de ofte tabletter mot smertene, men det bidrar bare til å forskyve problemene, sier Kristiansen.

Selve behandlingen bygger på to prinsipper – at hele kroppen fungerer som en enhet, og at kroppen har en egen evne til å lege seg selv. Problemet er bare det at kroppen kan bli litt glemsk, og settes tilbake av for eksempel ubalanse, skjevhet, arvevev eller muskulære spenninger. En osteopat hjelper kroppen med å finne seg selv igjen.

- Målet med undersøkelsen er å finne ut hvor i kroppen det ikke fungerer. Alt i kroppen er i bevegelse, fra celle til skjelett, sier Kristiansen.

- Først må man vite hvordan alt skal bevege seg i teorien. Deretter fikk vi trening i å kjenne igjen disse bevegelsene. Selve behandlingen går ut på å hjelpe kroppen til å få tilbake sine normale bevegelser. Ved lett og riktig berøring trigges hukommelsen i nervesystemet – og på denne måten legger vi til rette for at kroppen skal få tilbake sine opprinnelige bevegelser.

Smerter av håndtrykk

Nå har han utviklet en følsomhet i fingrene som gjør det mulig å kjenne hvor i kroppen det fungerer, og hvor det ikke fungerer. Kun ved å holde hendene på kroppen din.

- Ettersom du bruker hendene slik, kan det nesten minne om healing.

- Jeg blir ofte spurt om det. Men det er et klart skille. Osteopati baserer seg på medisinske prinsipper. Det jeg kjenner er en konkret fysiologisk bevegelse i kroppen. At alt i kroppen er i bevegelse er vitenskapelig bevist. Det heter motilitet og er utgangspunktet for osteopatien. Motilitet er kroppens egen bevegelse, mens mobilitet er menneskets viljestyrte bevegelser, forklarer han. Målet er å øke – eller normalisere – motiliteten, forklarer han.

Startet som fysio

Osteopatien ble utviklet på slutten av 1870-tallet av den amerikanske legen og kirurgen Andrew Taylor Still – og i 1892 startet han den første osteopatskolen. Hundre år senere flytter Frank Kristiansen fra hjembygda Buvika, for å ta fatt på utdanningen innen fysioterapi. I Norge må man være utdannet fysioterapeut før man kan ta fatt på osteopat-utdannelsen, men man kan ta fulltidsstudier i England.

Frank Kristiansen

Alder: 38
Sivilstatus: Gift, to barn
Bosted: Strindheim, men oppvokst i Buvika.
Yrke: Osteopat

Aberet er at man ikke får støtte fra lånekassen, ettersom osteopati ikke er offentlig godkjent i Norge, men regnes som komplementær medisin – også kjent som alternativ medisin. Det er det imidlertid i en rekke andre land, som England, Frankrike, Finland og Sveits, men altså ikke i Norge.

- Hvorfor ikke?

- Jeg er forsiktig med å kritisere andre. Men jeg savner mer ydmykhet i helsevesenet, og større åpenhet for andre metoder enn de tradisjonelle, svarer Kristiansen, som nå har drevet i åtte år med fulle pasientlister, men uten markedsføring.

- Så noe riktig må jeg jo ha gjort, sier han, og presiserer at den mest troverdige markedsføringen er personlige anbefaling. Nettopp derfor avslutter han behandlingene tidlig dersom pasienten ikke viser fremgang

- Jeg bruker å anbefale pasientene om å avslutte dersom jeg ikke merker noen bedring etter tre behandlinger, sier han.

Uten offentlig godkjennelse blir det dyrere for pasientene å få behandling hos osteopat. For Kristiansen selv har det ingen umiddelbar økonomisk betydning.

Kjenner kraniet bevege seg

Nå kan Frank Kristiansen holde hendene sine nede ved ankene dine, og kjenne at alt i kroppen din beveger seg – selv om du ligger helt stille på benken. Helt fra bena og opp til kraniet kjenner han hvordan bevegelsen i



FINNER ÅRSAKEN TIL PLAGENE: Frank Kristiansen fra Buvika jobber som osteopat og er mer opptatt av å finne den opprinnelige årsaken til problemene enn å behandle symptomene.

kroppen fungerer. Det tok imidlertid tre år med skole og daglig trening før han kjente noe som helst. Og ytterligere to år før han kjente bevegelsen for hele kroppen.

- Mistet du aldri troen på at det fungerte?

- Nei, jeg fikk selv behandling av en osteopat når jeg studerte i Berlin, og merket umiddelbar effekt. Da skjønte jeg at knaing og brekking ikke er den eneste løsningen. Slik en vinkjenner utvikler smaksløkene, utvikler han følsomheten i hendene. Så fintfølende har hendene nå blitt at det gjør fysisk vondt å holde kona i hånda, eller å ta en pizza ut av ovnen.

- Jeg kan få fysisk vondt av å holde kona i hånda, eller av et normalt håndtrykk, forklarer

Kristiansen, og legger til at det er nerveimpulsene i håndflata som er opptrent. Frank Kristiansen er imidlertid klar på at han ikke kan hjelpe alle. 80 prosent av pasientene blir bra, og nå tar han ytterligere videreutdanning for å øke denne prosenten.

Både fotballklubbene Arsenal og Fulham har egne osteopater i sine legeteam, og det samme har sykkelstjernen Thor Hushovd og roeren Olaf Tufte. Kristiansen har selv jobbet med et par Rosenborg-spillere med gode resultater – og Vegard Heggem har en gang sagt at dersom han hadde gått til osteopat når han slet som verst med skader, ville han spilt fotball for Liverpool lenger.