

Aktivoivat ohjelmat

Aineenvaihdunnan, verenkierron, lymfakierron ja vireystilan buustaamiseen. Myös lihaskäntitysten, päänsäryn ja kipujen lievitykseen. Sopii otettavaksi aamulla tai päivällä virkistävän vaikutuksen vuoksi, ei siis sovellu illalla otettavaksi. Lihasten aktivointiin ja lämmittelyyn ennen treeniä. "Vilkkailla" ja "nopeilla" ihmisille rentoutukseen sekä ADHD oireisiin tutkitusti tehokas/rauhottava. CFS eli kroonisessa väsymysoireyhtymässä auttaa vireystilaan ja unen laatuun. Iskeemiseen ja nosiseptiseen kipuun.

12 minuutin aktivoiva ohjelma

Lyhyt rentoutus/hieronta vireystilan aktivoimiseen ja aineenvaihdunnan buustiin. Sopii käytettäväksi aamulla tai päivällä aktivoivan akuutin vaikutuksen vuoksi. Krooniseen väsymysoireyhtymään ja hermostolliseen alitilaan 12 tai 12+12.

24 minuutin aktivoiva ohjelma

Ohjelma on tarkoitettu koko kehon aktivointiin. Taajuudet ovat tässä ohjelmassa kaikkein korkeimmat, joten älä käytä sitä hoitojen alkuvaiheessa. Älä käytä myöskään, jos sinulla on unihäiriöitä, kehollista stressiä, ahdistusta, migreeniä, epilepsiaa tai muulla tavoin herkkyyttä värähtelystimulaatiolle. Sopii aktiiviliikkujalta lihasten lämmittelyyn ja esimerkiksi neurologiseen kuntoutukseen aktivoimaan lihasten toimintaa. Tutkimuksen mukaan paras ohjelma astmaan ja kipuun. **Erittäin aktivoiva!**

Käytä ohjelmia riittävän tiheästi ja riittävä määrä oireiden helpottamiseksi. Käytä niitä ohjelmia, jotka näyttävät toimivan. Jos joku ohjelma aiheuttaa negatiivisia oireita, siirry takaisin niihin ohjelmiin jotka toimivat. Muista että pienemmät tehot toimivat yleensä paremmin! Kun unen laatu paranee, muutkin oireet alkavat lievittyä. Juo vettä hoidon jälkeen!