

INTERVJU MED PYRA – HÄLSA I JOBBET

23 mars, 2015 @ 11:25

Ni vet att jag brinner för entreprenörskapet och gillar att lyfta fram andra som gör detsamma och kan inspirera dig som läsare. Idag pratar jag med Pyra, läkare och grundare av sina egna kliniker, Stureplanskliniken om att driva eget men med mer fokus kring stress och hälsoproblematik, och hur man kan göra där. Jag blev nyfiken när jag själv drabbades av spänningshuvudvärk när det var mycket på jobbet.



Pyra och jag på restaurang Pocket. Vi har alltid något att prata om vare sig det är bolagsfrågor eller skönhet.

Först och främst – du är grundare av Stureplanskliniken. Berätta kort om er och hur det kom sig att du startade detta?

Från början utbildade jag mig inom plastikkirurgi och för cirka 20 år sedan började jag arbeta privat framförallt med estetisk laserkirurgi, Restylane och Botox. 2002 grundade jag Stureplanskliniken och sedan dess har vi bara vuxit och är idag en ledande klinikkedja i Skandinavien för estetiska behandlingar.

Häromdagen berättade du att man kan bota spänningshuvudvärk med botox, berätta!

Spänningshuvudvärk uppstår ofta genom att man går och spänner muskler i pannan, runt ögonen, i nacken eller tuggmuskulatur. Om man slappnar av musklerna med botulinumtoxin så minskar eller upphör spänningshuvudvärken. Jag är själv ett bra exempel på 20 år utan huvudvärk efter att tidigare i livet alltid ha börjat helgen eller semestern med en rejäl huvudvärksattack.

Varför lider många av huvudvärk eller migrän?

Huvudvärk och migrän är väl inte vanligare än många andra sjukdomar, men det är tillstånd som påverkar mycket i vardagen, man kan inte göra sitt bästa och man kan inte njuta fullt ut av livet.

Hur går behandlingen till och hur ofta behöver man göra den?

Behandling med botulinumtoxin sker genom injektion av läkemedlet med en tunn nål. Det är inte särskilt smärtsamt och tar bara några minuter. Man brukar göra behandling var 4-5 månad.

Vilka resultat kan man förvänta sig?

Inom ett par dagar märker man att man inte kan dra ihop musklerna lika hårt som vanligt. Om man för en huvudvärksdagbok så brukar de flesta också se att de får färre attacker.

Kan botox behandla andra saker som stress eller vardagsproblem?

Nej botulinumtoxin är inte en stressbehandling, där kan nog avslappningsövningar eller mindfulness vara mer effektivt. Däremot kan det vara ett bra tillägg om man har mycket muskelspänningar i samband med stress. Men alla mår förstås bäst av att minska negativ stress i vardagen.