



# Diplom

**Mattias Lies, 19741104-** [REDACTED]

har fullgjort distanskursen **Massageterapeut** vid Åsa folkhögskola.  
Studierna har bedrivits på halvtid under perioden  
2023-08-07–2023-12-15

## Kursinnehåll:

### Massage

- Svensk klassisk massage
- Avslappningsmassage
- Minutmassage
- Massagegrepp för muskler och bindväv
- Triggerpunkter, orsaker, symtom och behandling
- Honungsmassage
- Symtom då massage ska undvikas

### Anatomi

- Muskeluppbyggnad
- Muskulernas placering och funktion

### Övrigt

- Massagens effekter, fysiska och psykiska
- Massagens historia
- Ergonomi för terapeuten
- Några vanliga sjukdomar i rörelseorganen
- Patientsäkerhetslagen
- HLR (hjärt- och lungräddning samt hjärtstartare)

**Daniel Berton**  
Rektor, Åsa folkhögskola