

ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ ΤΕΛΟΣ
Ταχ. Γραφείο ΚΕΜΠΑ
Αρ. Αδείας 5289



Εναρμόνιση



Τεύχος
14

[ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ / ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ / ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2010]

ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ



Ένας νέος **κόσμος επιλογών** ανοίγεται μπροστά σου



**UNIVERSAL STUDIES
OF HEALTH & BUSINESS**

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ Α.Ε.
μέλος του Ομίλου Π. Κυριακίδη

Διάλεξε μία νέα ειδικότητα με μέλλον και απόκτησε την επαγγελματική καταξίωση που ζητάς.

- Ρεφλεξολογία
- Ηλεκτροβελονισμός (χωρίς βελόνες)
- Συμβουλευτική Αυτοβελτίωση
- Φυσικοπαθητική
- Συμβουλευτική
- Ψυχολογία (Ολιστική προσέγγιση Ψυχολογίας)
- Συνθετική Ολιστική Μάλαξη
- Ολοκληρωμένη Βοτανολογία
- Ανθοϊάματα Dr Bach

Επίλεξε σωστά και δες τον κόσμο να ανοίγεται μπροστά σου.

Εναρμόνιση

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ

ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ

Σεπτέμβριος / Οκτώβριος / Νοέμβριος 2010

Τεύχος 14

Σπαθάρη 2,
114 76 Πολύγωνο, Αθήνα
τηλ. 210 6424818
fax: 210 6451532
www.reflexology.gr
e-mail: info@reflexology.gr

Εκδότης
Σπύρος Δημητράκουλας
e-mail: spiroreflex@in.gr

Υπεύθυνη Περιοδικού: Ευγενία Δούλβαρη
e-mail: e.doulvari@gmail.com
evidoulvari@yahoo.gr
Συντακτική Ομάδα: Ευγενία Χαλκίδου
e-mail: evghalkidou@gmail.com
evgenia.halkidou@hotmail.com
Ιωάννα Κράνια
e-mail: jokraniareflexology@gmail.com

Σχεδιασμός - Εκτύπωση
LAITMER Ltd
τηλ. 210 9480258
e-mail: laitmer@otenet.gr

Υπεύθυνη Διαφήμισης
Ευγενία Δούλβαρη
Ευγενία Χαλκίδου

Οι απόψεις που εκφράζονται
είναι των συντακτών των κειμένων
και όχι απαραίτητα του ΣΕΡ
Το περιεχόμενο του περιοδικού είναι μόνο για
ενημερωτικό σκοπό και δεν θα πρέπει να αντικαθιστά
οποιαδήποτε ιατρική συμβουλή, διάγνωση ή και
θεραπεία που χορηγείται από τον γιατρό σας ή από
τον εξειδικευμένο επιστήμονα υγείας.

Για να προμηθευτείτε
προηγούμενα τεύχη,
παρακαλούμε επικοινωνήστε
με τη γραμματεία του ΣΕΡ

περιεχόμενα

03. Περιεχόμενα
04. Γνωριμία με τη Ρεφλεξολογία
05. Editorial
06. Τα νέα του Δ.Σ.
08. Συνέντευξη με την Χάννε Μάργκουαρτ (ΧΜ)
10. Τμήμα Έρευνας και Ανθρωπιστικών
Επιστημών, των Εκπαιδευτηρίων Universal
Studies of Health and Business.
12. Case reports of three patients suffering
from low back pain treated with reflexology
13. Συνέντευξη με κο Βαγγέλη Ζαφειρίου,
Πρόεδρο της Εθνικής Εταιρείας της
Ομοιοπαθητικής Ιατρικής Συνεργασίας
15. Ρεφλεξολογία & Εμμηνόπαυση
17. Βόλτα στο Μουσείο της Ακρόπολης
18. Διακοπές και Ρεφλεξολογία
20. Μια ενδιαφέρουσα παρουσίαση από τους
Δανούς ρεφλεξολόγους Dorte Krogsgaard
και Peter Lund Frandsen – Η συνέχεια...
22. Ανακοινώσεις
23. Σημεία Διάθεσης της Εναρμόνισης

[Γνωριμία με τη Ρεφλεξολογία]

Η Ρεφλεξολογία είναι μία αρχαία φυσική αφάρμακος συμπληρωματική μέθοδος που βασίζεται στην ύπαρξη αντανakλαστικών σημείων στα πέλματα, στις παλάμες, στα αυτιά τα οποία αντιστοιχούν στα όργανα, στους αδένες και στους μυϊκούς ιστούς του ανθρώπινου σώματος. Είναι αξιοσημείωτο πως στα πέλματα υπάρχουν 7.200 νευρικές απολήξεις, οι οποίες όταν διεγείρονται κατάλληλα μέσω του νευρικού συστήματος συνδέονται με ολόκληρο το σώμα.

Η μέθοδος αυτή έχει τις ρίζες της στην Κίνα, όπου 5.000 χρόνια πριν εξασκούσαν μια μορφή πιεσο-θεραπείας, με αρχές παρόμοιες με αυτές του βελονισμού. Επίσης, στην Αίγυπτο το 2.330 π.Χ., βρέθηκε στη Σαχάρα σε τάφο ιατρών, στην Ανκμαχόρ, τοιχογραφία που παρουσιάζει ανθρώπους να εφαρμόζουν παρόμοιες μεθόδους με πιέσεις στα πέλματα και στα χέρια. Ο διάλογος που συνοδεύει την τοιχογραφία σαφέστατα αναφέρει επίκληση ιασης!

Ο άνθρωπος οργανισμός διαθέτει ένα φυσικό αμυντικό σύστημα. Σκοπός της Ρεφλεξολογίας είναι να ενεργοποιήσει αυτό το σύστημα και να ενισχύσει ενεργοποιώντας μέσω των ειδικών πιέσεων που αναφέραμε όλα τα συστήματα του οργανισμού με απώτερο σκοπό την αποκατάσταση της αρμονίας και της ισορροπίας του **ιδίου** του οργανισμού. Προέρχεται ετυμολογικά από την **αγγλική** λέξη ρεφλέξ (αντανakλαστικό) και την ελληνική κατάληξη – “λογία”. Η καθημερινή μας ζωή επιβαρύνεται από ποικίλους παράγοντες όπως κακή διατροφή, άγχος, καθιστική ζωή, συναισθηματικά και επαγγελματικά προβλήματα, κακές κλιματολογικές συνθήκες. Επίσης, η κατάθλιψη, ο θυμός, το stress κι άλλα συναισθήματα έχουν αρνητικές επιδράσεις στο σώμα μας, καθώς έχει ανακαλυφθεί από έρευνες πως η σωματική υγεία και η ψυχολογική κατάσταση είναι αλληλένδετες. Όλα αυτά αδυνατίζουν τους αμυντικούς μηχανισμούς του οργανισμού μας με αποτέλεσμα την εμφάνιση διαφόρων δυσλειτουργιών. Διεγείροντας λοιπόν συστηματικά αυτά τα αντανakλαστικά σημεία με ειδικούς φυσικούς χει-

ρισμούς και ειδικές πιέσεις επιτυγχάνεται η ενεργοποίηση, η εξισορρόπηση, η υγεία και η αρμονία του οργανισμού μας.

Η Ρεφλεξολογία είναι μία ήπια μέθοδος η οποία προσφέρει χαλάρωση, δημιουργεί ευεξία χωρίς παρενέργειες εφόσον εφαρμόζεται από επαγγελματίες Ρεφλεξολόγους με αναγνωρισμένη από τα σωματεία ΣΕΡ και ΠΕΣΡ εκπαίδευση. Συνδυάζεται αρμονικά με την συμβατική ιατρική αλλά και με άλλες συμπληρωματικές αγωγές. Η Ρεφλεξολογία συμβάλλει στην αντιμετώπιση διαφόρων προβλημάτων, όπως, μυο-σκελετικά προβλήματα (οσφυαλγία, ισχιαλγία, αυχενικό σύνδρομο κ.α.), άγχος, αϋπνίες, γυναικολογικές διαταραχές (πόνους-ανωμαλίες περιόδου, εμμηνοπαυση), πεπτικές διαταραχές (σπαστική κολίτιδα κ.α.), αλλεργίες, ημικρανίες,

υπερκόπωση, αναπνευστικά προβλήματα, ήπιες μορφές κατάθλιψης, σκλήρυνση κατά πλάκας, πάρκινσον κ.α. Δημοσιευμένες έρευνες και μελέτες δείχνουν ότι η Ρεφλεξολογία είναι αποτελεσματική στην διαχείριση του στρες – σχετίζεται σύμφωνα με την συμβατική ιατρική με το 75% των προβλημάτων υγείας των ανθρώπων – και στην διαχείριση του πόνου!

Το Σωματείο Ελλήνων Ρεφλεξολόγων (Σ.Ε.Ρ.) ιδρύθηκε το 1992. Πρωταρχικός στόχος του είναι η προστασία του κοινού, η ενημέρωση των Ρεφλεξολόγων και η προστασία των μελών του. Έτσι δημιουργήθηκε και το περιοδικό μας για την ανάπτυξη και την διάδοση της Ρεφλεξολογίας πιστεύοντας ότι η ενημέρωση είναι πρώτιστο καθήκον όλων μας. Επίσης το 2007 ιδρύθηκε και το Πανελλήνιο Επαγγελματικό Σωματείο Ρεφλεξολόγων (Π.Ε.Σ.Ρ.).

Ο ΣΕΡ και ο ΠΕΣΡ, συνεργάζονται με την Ευρωπαϊκή Οργάνωση των Ρεφλεξολόγων RIEN καθώς και με το Παγκόσμιο Σύλλογο Ρεφλεξολόγων ICR, του οποίου είναι μέλη.

Η ολοένα και μεγαλύτερη αποδοχή από συνανθρώπους μας που έχουν γνωρίσει ή επιθυμούν να γνωρίσουν τη μέθοδο της Ρεφλεξολογίας, μας δημιούργησε την ανάγκη διάδοσης του περιοδικού μας σε περισσότερους χώρους, στους οποίους μπορείτε να έχετε πρόσβαση στη σελίδα 23.

Καλό Φθινόπωρο σε όλους μας,

Συναδέλφους, Σχολές, φοιτητές, απλούς αναγνώστες.

Θα πρέπει να αναφερθώ στην συμμετοχή μας στην Παγκόσμια εβδομάδα Ρεφλεξολογίας. Για πρώτη φορά και σε ελάχιστο χρόνο δυστυχώς και λέω δυστυχώς γιατί δεν μπορέσαμε να οργανωθούμε σωστά, έπρεπε αστραπιαία μέσα σε 2 μόλις ημέρες να είμαστε στο ATHENSHEART στη Γιορτή αυτή, και να ανταποκριθούμε στο κάλεσμα του Εμπορικού Κέντρου.

Η εμπειρία ανεκτίμητη, ο κόσμος που ερχόταν σε αυτό το τεράστιο κέντρο πολύς και εμείς εκεί με 10λεπτες συνεδρίες να πρέπει να ανταποκριθούμε στον κόσμο που ρωτούσε, και ερχόταν για πρώτη φορά σε επαφή με τη Ρεφλεξολογία. Ο κόσμος έδωσε το παρών του στο κάλεσμά μας και ήταν εντυπωσιακός.

Πιστεύω ότι θα το ξανακάνουμε εντός του 2011 με οργάνωση που ξεκινάει από τώρα και θεωρώ ότι σύντομα θα έχουμε νέα σε αυτόν τον τομέα.

Πρέπει όμως στους δύσκολους καιρούς που ήδη βιώνουμε αλλά και σε αυτούς που έρχονται, να προτείνουμε νηφαλιότητα, δράση, επικέντρωση. Ακόμα, συμμετοχή στις Ομάδες μας, αυτές μας ενώνουν και μας δίνουν τη χαρά της ανιδιοτελούς προσφοράς, της συνεκτικότητας μεταξύ μας και με το Σωματείο μας με σκοπό την διάδοση της Ρεφλεξολογίας. Ειδικά αυτή η εποχή μας ζητά οργανωμένη μέθοδο, και το κυριότερο να μην κρυβόμαστε πίσω από το δάκτυλό μας αλλά και να βρούμε τους τρόπους που να μπορεί να διαδοθεί η Ρεφλεξολογία Υπάρχουν οι τρόποι, υπάρχουν, θέλουμε όμως και τις δικές σας προτάσεις, θέλουμε τη συμμετοχή σας, είναι απαραίτητη για τη Ρεφλεξολογία, για αυτό που αγαπάμε και υπηρετούμε. Εύχομαι υγεία, δημιουργία, πολύ Ρεφλεξολογία και η δράση να ακολουθεί τα βήματά σας!!!!

Φωτογραφίες από την εβδομάδα

Ευγενία Δούλβαρη

e-mail: evidoulvari@yahoo.gr



[τα νέα του Δ.Σ.]

Αγαπητοί συνάδελφοι !!!

Το καλοκαίρι με την ξεκούραση και την χαλάρωση έφτασε στο τέλος του. Βρισκόμαστε στην αρχή του φθινοπώρου με φορτισμένες τις «μπатарίες» μας, και έτοιμοι να παλέψουμε για το καλύτερο, να αγωνιστούμε για την πρόοδο και την ανάπτυξή μας.

Έχουμε ξεκινήσει ήδη την προσπάθεια για την οργάνωση των σχολών και το πρόγραμμα σπουδών, έτσι ώστε όλα να είναι εναρμονισμένα με τους νέους νόμους που δίνει και θα δώσει το Υπουργείο. Έχουμε ξεκινήσει τις επαφές με τους ιδιοκτήτες των σχολών και τους εκπαιδευτές έτσι ώστε να γίνει το καλύτερο και σωστότερο για όλους.

Σας υπενθυμίζουμε ότι στις 17 Οκτωβρίου, 18.00 μμ στο χώρο του σωματείου μας θα έχουμε την υποδοχή των νέων μελών και στη συνέχεια θα ακολουθήσει γενική συνέλευση όπου καλό θα είναι να είμαστε όλοι μας, για να μπορέσουμε να συζητήσουμε τους προβληματισμούς μας, αλλά και οτιδήποτε άλλο μας απασχολεί.

Με την νέα χρονιά παρόλο, που τα πράγματα φαίνονται γενικώς δύσκολα, εμείς πιστεύουμε ότι μέσα από την αληθινή πίστη και την θετική αντίδραση, θα δοθεί η ευκαιρία για ξεκαθαρίσματα, η δυνατότητα να γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι, τόσο μέσα από την εμπειρία σας, τη γνώση σας, αλλά και μέσα από τα νέα μέλη μας με τον ενθουσιασμό τους και τις νέες ιδέες τους.

Πρέπει όλοι ενωμένοι σαν μια χροθιά, να βρούμε

καινοτόμους δρόμους και λύσεις τόσο για το καλό του συλλόγου και της ρεφλεξολογίας μας, αλλά ταυτόχρονα και για το δικό μας καλό και την προσωπική εξέλιξή μας.

Δεν πρέπει να παραλείψουμε να αναφερθούμε στην εβδομάδα της ρεφλεξολογίας που πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία. Αν και υπήρξε έλλειψη συντονισμού από την επιτροπή εκδηλώσεων, όσο αφορά την οργάνωση και την έγκαιρη ενημέρωση όλων, μετά την παρέμβαση του ΔΣ, ζητήσαμε να γίνει στο μέγιστο εφικτό βαθμό η ενημέρωση όλων, έτσι ώστε να υπάρξει συντονισμός, σύμψηνοια και επιτυχία. Ευχόμαστε όμως, όλο αυτό να αποτελέσει παράδειγμα, έτσι ώστε στο μέλλον να συντονιζόμαστε καλύτερα, για το καλό του σωματείου, αλλά και της ρεφλεξολογίας μας.

Κλείνοντας να υπενθυμίσουμε τις εκλογές του ΠΕΣΡ που θα πραγματοποιηθούν στις 3 Νοεμβρίου, στις 15.00 μμ, στα γραφεία του σωματείου μας.

Η διάθεση για δουλειά, η θετικότητα, η επιθυμία για βελτίωση as μας συντροφεύσει στους δύσκολους καιρούς που διανύουμε.

Με πολλή Αγάπη

*Εκ μέρους του Δ.Σ
Μιχάλης Κυριακίδης*

PAPIMI

ΠΑΛΜΙΚΑ ΜΑΓΝΗΤΙΚΑ ΠΕΔΙΑ



ΘΕΡΑΠΕΙΑ-ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΕΥΕΞΙΑ-ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΔΟΣΕΩΝ

Η συσκευή Papimi αποτελεί την πιο εξελιγμένη μορφή παλμικών μαγνητικών πεδίων, καθώς οι μοναδικοί νανοπαλμοί της χαρακτηρίζονται από μεγάλη ένταση και μικρή διάρκεια, ώστε να εξασφαλίζεται η διεισδυτικότητα και η απορροφητικότητα τους.

Παρουσιάζει εξαιρετικά αποτελέσματα σε περιπτώσεις όπως:

- ✓ Μυοσκελετικά προβλήματα
- ✓ Αυχενικό σύνδρομο
- ✓ Πόνος/Οίδημα/Φλεγμονή
- ✓ Αθλητικούς τραυματισμούς
- ✓ Θλάσεις/Κατάγματα/Διαστρέμματα
- ✓ Επούλωση πληγών/κατακλίσεων
- ✓ Εγκαύματα
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Οστεοπόρωση
- ✓ Χρόνια κόπωση

CE 0044



PULSE DYNAMICS

TEL. 210-9270807

FAX 210-9011620

www.papimi.com | papimi@papimi.gr

Συνέντευξη με την Χάννε Μάργκουαρτ

Το ακόλουθο άρθρο δημοσιεύτηκε για πρώτη φορά στην Δανική γλώσσα για το συνέδριο του Reflexology in Europe Network (RIEN) το 2000 από τους Dorte Krogsgaard και Lund Peter Frandsen. Οι δύο τους είναι οι ιδρυτές του Touchpoint στην Δανία. Η Dorte διατηρεί ένα ακμάζων γραφείο ρεφλεξολογίας στην Κοπεγχάγη, και ο Peter μετάφρασε το βιβλίο της Hanne Marquardt "Ρεφλεξοθεραπεία του άκρου πόδα" στη Δανική. Και οι δύο ταξιδεύουν εκτενώς σε ολόκληρο τον κόσμο διδάσκοντας σεμινάρια ρεφλεξολογίας.

Μετάφραση – Απόδοση στα Ελληνικά Σπύρος Δημητράκουλας
<http://spiros-reflexologia.blogspot.com/>

Θα πρέπει να ταξιδέψει κανείς βαθιά στην εξοχή για να βρει την διάσημη Γερμανίδα Ρεφλεξολόγο, Hanne Marquardt – Χάννε Μάργκουαρτ ... πιο συγκεκριμένα, στη μικρή πόλη του Burgberg στον Μέλανα Δρυμό της Νότιας Γερμανίας. Ζει σε ένα πανέμορφο ξύλινο σπίτι. Στο χαμηλότερο επίπεδο του σπιτιού βρίσκουμε την φημισμένη Σχολή Ρεφλεξολογίας της, όπου περισσότεροι από 30.000 Ρεφλεξολόγοι όλα αυτά τα χρόνια έχουν αποκτήσει το δίπλωμα Ρεφλεξολογίας τους. "Είμαι εκπαιδευμένη νοσοκόμα και θεραπεύτρια μασάζ" λέει η Χάννε Μάργκουαρτ. «Εργαζόμουν σε ένα Γερμανικό σανατόριο, όταν ήρθα για πρώτη φορά σε επαφή με το βιβλίο της Eunice Ingham, "Ιστορίες που μπορούν να πουν τα πόδια". Το βιβλίο της με είχε προκαλέσει! Ήταν πάρα πολύ απλοϊκό για να είναι αληθινό. "Η Χάννε Μάργκουαρτ αποφάσισε να αμφισβητήσει – δοκιμάσει την θεωρία της Ingham.

"Αυτή ήταν πραγματικά η κινητήριος δύναμη" χαμογελάει. "Ήθελα να αποδείξω ότι μία τόσο απλή θεωρητικά μέθοδος δεν θα μπορούσε να έχει τέτοια απίστευτα αποτελέσματα. Αλλά όσο πιο πολύ πειραματιζόμουν τόσο περισσότερο πείστηκα ότι είχα ένα αξιοσημείωτο εργαλείο στα χέρια μου. Προτού ψάξω την Ingham στις ΗΠΑ, διερευνήσα την θεωρία για 9 χρόνια, κατά τη διάρκεια των οποίων και πειραματίστηκα με άλλες ανακλαστικές περιοχές, στην υπάρχουσα πρακτική μου». Σύντομα ακολούθησαν αιτήσεις για να δώσει διαλέξεις η Hanne Marquardt και λίγο αργότερα αποφάσισε να ανοίξει ένα σχολείο Ρεφλεξολογίας. Σήμερα έχει 17 σχολεία σε εννέα χώρες.

Τα «NEA» αντανakλαστικά σημεία

Η Χάννε Μάργκουαρτ από τις συζητήσεις της με την Eunice Ingham και σε συνδυασμό με το δικό της κλινικό έργο προώθησε την περαιτέρω ανάπτυξη της Ρεφλεξολογίας, με την ανακάλυψη

πολλών «νέων» ανακλαστικών περιοχών. "Αρχισα με τις ζώνες της Ingham και τη θεωρία της σύνδεσης ανάμεσα στο σώμα και το πόδι. Κάθε φορά που είχα μια νέα ιδέα, εξάπλωνα την ιδέα στους δασκάλους στα σχολεία μου. Με βοήθησαν δοκιμάζοντας το αντανakλαστικό σε αυτό που ονομάζουμε «κουζίνα δασκάλου». Εδώ οι δάσκαλοι «μαγειρεύουν - δοκιμάζουν το νέο πιάτο» για ένα έτος ή περισσότερο, πριν η νέα περιοχή απορριφθεί ή δημοσιευτεί στο ετήσιο newsletter μας. Αυτός είναι ο τρόπος που δουλεύουμε, ακόμα και σήμερα. "Μια μεγάλη στιγμή ήρθε για την Χάννε Μάργκουαρτ ένα πρωί όταν ήταν ακόμα σε ένα ονειροπόλο στάδιο. Μέσα από τα μάτια του μυαλού της, ξαφνικά είδε το πώς σε ανάπαυση τα πόδια μοιάζουν με ένα καθισμένο άνθρωπο: "Πάρτε για παράδειγμα το αντανakλαστικό της ουροδόχου κύστης, και το έχω - σε αντίθεση με την Ingham - τοποθετήσει στην πτέρνα απέναντι από το αντανakλαστικό του ισχίου, ακριβώς πίσω από το αντανakλαστικό της ηβικής σύμφυσης. Αυτή η τοποθέτηση είναι πιο λογική αν το εξετάσετε από μια ανατομική σκοπιά. Εξετάζοντας το αντανakλαστικό σε πολλούς πελάτες με προβλήματα στην ουρο-

δόχο κύστη βρήκαμε ότι η περιοχή αυτή ήταν πάντα εμπλεκόμενη. Η αρχική αντανakλαστική περιοχή της Ingham επίσης επηρεαζόταν. Η εξήγηση είναι ότι αυτή η ζώνη αντιστοιχεί στο χαμηλότερο τμήμα της σπονδυλικής στήλης, καθώς και στα νεύρα που έχουν σχέση με την πυελική κοιλότητα επειδή προέρχονται από αυτήν την περιοχή (Ιερό πλέγμα). Έτσι, όταν η Eunice μάλαξε αυτό που θεωρούσε το αντανakλαστικό για την κύστη, αυτή ήταν, στην πραγματικότητα, η προέλευση των νεύρων της ουροδόχου κύστης, και αποκτούσε πάλι ένα έμμεσο αποτέλεσμα. " Η τοποθέτηση της καρδιάς, του ηλιακού πλέγματος, τα αντανakλαστικά των γónων και άλλα σημεία είναι παραδείγματα

για το πώς η εσωτερική όραση της Χάννε Μάργκουαρτ είχε επιπτώσεις στην εξέλιξη της Ρεφλεξολογίας.

Συμπτωματικές Ζώνες

Όταν η Hanne βλέπει ένα νέο πελάτη, παίρνει για πρώτη φορά μία συνολική εντύπωση του ατόμου που είναι βασισμένη κυρίως στην εμφάνιση, το ανάστημα, το βλέμμα, την δύναμη φωνής, κλπ. Στη συνέχεια, μέσω των συνομιλιών με τον πελάτη σχετικά με το πρόβλημα που τον φέρνει σε αυτήν για συνεδρίες Ρεφλεξολογίας. Αυτό δίνει μια εικόνα αυτού που η «Χάννε Μάργκουαρτ ονομάζει συμπτωματική ζώνη». Η συμπτωματική ζώνη μπορεί να παρομοιαστεί με την κορυφή ενός παγόβουνου. Όταν ο πλοίαρχος του πλοίου βλέπει ένα παγόβουνο, ξέρει ότι το ορατό μέρος



του παγόβουνου δεν είναι το επικίνδυνο. Ο πραγματικός κίνδυνος είναι το 90% που είναι κρυμμένο κάτω από το νερό. Το ίδιο ισχύει και στην κλινική μου. Οι πελάτες συνήθως έρχονται με ένα ενιαίο σύμπτωμα, για παράδειγμα ένα επώδυνο αυχένα. Εκτός από το συγκεκριμένο σύμπτωμα τους οι περισσότεροι άνθρωποι θεωρούν τους εαυτούς τους υγιείς. Για αυτό και προσδιορίζουν το αντανάκλαστικό του αυχένα ως συμπτωματική ζώνη. Αλλά αυτή η αντανάκλαστική περιοχή στην πραγματικότητα δεν είναι πολύ ενδιαφέρον για μένα. Δεν μου έχει πει τίποτα για τον λόγο του προβλήματος. Η ασθένεια δεν είναι ποτέ πρόβλημα τοπικό. Υπάρχει πάντα μια σύνδεση με άλλα μέρη ή ανωμαλίες στο σώμα."

"Είναι σημαντικό για μένα να σημειωθεί ότι ποτέ δεν θεραπεύουμε ασθένειες ή συμπτώματα, έχουμε πάντα τη θεραπεία ολόκληρου του ατόμου," υπογραμμίζει η Χάννε. «Και υπάρχει μια σημαντική διαφορά μεταξύ των συμπτωμάτων της ζώνης, που είναι η ίδια για όλους τους πελάτες με έναν επώδυνο αυχένα, και στην παρασκηνιακή ζώνη που θα είναι διαφορετική από το ένα άτομο με το άλλο."

ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΩΝ ΠΟΔΙΩΝ

"Όταν η συμπτωματική ζώνη έχει προσδιοριστεί, να ελέγχετε τα πόδια από το Α έως το Ω έτσι ώστε μπορεί και να μην είστε σε θέση να ολοκληρώσει στην πρώτη επίσκεψη. Για να αξιολογηθεί το επίπεδο της διαταραχής χρησιμοποιώ τρεις διαφορετικούς δείκτες:

1. Η αίσθηση του πόνου?

2. Η κατάσταση του ιστού. Μπορεί να είναι δύσκολο να αξιολογήσει κανείς την αντανάκλαστική περιοχή με βάση την κατάσταση των ιστών, η μέθοδος λειτουργεί μια χαρά και να μην αισθάνεται ο θεραπευτής τίποτα. Αλλά στα μεταγενέστερα μου χρόνια έχω αρχίσει να δίνω όλο και περισσότερη έμφαση σχετικά με τις ποιοτικές εντύπωση του ιστού. Η αξιολόγηση είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τη διαίσθηση και απαιτεί πολλά χρόνια πρακτικής εξάσκησης.

3. Αντιδράσεις από τον πελάτη του αυτόνομου νευρικού συστήματος. Οι αντιδράσεις αυτές είναι κατά πολύ σημαντικότερες και πιο αντικειμενικές. Όταν εργάζεστε σε μια ανώμαλη ζώνη, εκεί σχεδόν αναπόφευκτα θα υπάρξει αντίδραση από το αυτόνομο νευρικό σύστημα με τη μορφή μεταβολής αναπνοής, αλλαγή στην έκφραση του προσώπου, αναστεναγμοί και μορφασμοί, μεταβολές της θερμοκρασίας στο πρόσωπο ή τα χέρια, ιδρώτας ή κρύος ιδρώτας. Κρατάμε μια στενή επαφή με την αντίδραση του πελάτη και τον ρωτάμε αρκετές φορές κατά τη διάρκεια της συνεδρίας. Οι αντιδράσεις αυτές συνήθως λαμβάνουν χώρα ακόμη και αν το αντανάκλαστικό δεν είναι οδυνηρό."

Όταν πρόκειται για πόνο, η στάση της Χάννε Μάργκουαρτ απέναντι σε αυτό έχει αλλάξει τα τελευταία χρόνια. «Πριν από χρόνια ένιωθα μια συνεδρία θα πρέπει να είναι επώδυνη. Τώρα διδάσκω τους μαθητές μου ένα τέχνασμα. Στην πρώτη επίσκεψη δοκιμάζουμε τα αντανάκλαστικά της σπονδυλικής στήλης επιμελώς. Οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν ευαισθησίες σε αυτήν την περιοχή,

έτσι είναι ένα καλό μέρος για την δοκιμή του επιπέδου ανοχής του πελάτη. Βοηθά στον προσδιορισμό της πίεσης που σίγουρα μπορεί να γίνει αισθητό, αλλά το οποίο ο πελάτης μπορεί να αντέξει χωρίς να τεντώσει το σώμα."

Αναλογία του Σχήματος

Στη συνέχεια, για να δημιουργήσετε μια επισκόπηση των διαφορετικών παρατηρήσεων της η Χάννε χρησιμοποιεί μια άλλη ιδέα, κάτι που η ίδια ονομάζει 'αναλογία του σχήματος'.

"Κάθε σχήμα εξυπηρετεί ένα σκοπό. Υπάρχει λόγος που διαφορετικά μέρη του σώματος είναι ομοειδή. Μέσω μιας μεγάλης προοπτικής υπάρχει, για παράδειγμα, η ομοιότητα μεταξύ του ποδιού και του καθισμένου ανθρώπου. Ένα πιο λεπτομερές παράδειγμα θα μπορούσε να είναι η μορφολογική ομοιότητα μεταξύ των αρθρώσεων της γνάθου και του ισχίου. Έχει αποδειχθεί ότι υπάρχει επίσης μία λειτουργική ομοιότητα εδώ. Και επιπρόσθετα υπάρχουν εμβρυολογικές συνδέσεις, δηλαδή, οι συνδέσεις μεταξύ μερών του σώματος που κατά το εμβρυϊκό στάδιο αναπτύχθηκαν από τα ίδια βλαστοκύτταρα. Ένα παράδειγμα αυτού θα είναι ότι σε ένα πελάτη με λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού πάντα ελέγξετε το πεπτικό σύστημα, γιατί ο βλεννογόνος στα περάσματα του αέρα και του εντερικού σωλήνα έχουν εξελιχθεί από την ίδια εμβρυολογική ουσία (ενδόδερμα)."

Παρά το γεγονός ότι εδώ και πολλά χρόνια η εμπειρογνώμοσύνη της Χάννε Μάργκουαρτ της έχουν δώσει μία τεράστια πρακτική και θεωρητική γνώση, την οποία βεβαίως περνάει στους μαθητές της, δεν ξεχνάει την σημασία της διαίσθησης. «Ιδανικά θα ήθελα να δούλευα και να δίδασκα χωρίς τους χάρτες », λέει με μία αμυδρή λάμψη στα μάτια της. "Πιστεύω ότι είναι ύψιστης σημασίας η ανάπτυξη της διαίσθησης και η αύξηση του συναισθήματος στους μαθητές σχετικά με το πώς να «επικοινωνήσουν με την ζωτική δύναμη του πελάτη ». Αλλά θα πρέπει επίσης να δεχθούμε ότι οι άνθρωποι χρειάζονται ένα βαθμό από τη συστηματική οργάνωση και την πνευματική ικανοποίηση. Πιστεύω ότι μας είναι γραφό να χρησιμοποιήσουμε και τα δύο μέρη του εγκεφάλου που μας δόθηκαν - πνευματική / λογική και δημιουργική / διαισθητική."

Η θεωρία της Marquardt σχετικά με τους κολικούς

"Η θεραπεία μου βασίζεται στην κατανόηση μου του τι προκαλεί κολικούς - δηλαδή ότι το 99% του συνόλου των βρεφών με κολικούς έχουν εκτεθεί σε ένα ή περισσότερα καταστάσεις "σοκ" πριν, κατά ή μετά τον τοκετό. Το γεγονός αυτό προκαλεί αντίδραση του αυτόνομου νευρικού συστήματος, το οποίο μεταξύ άλλων δημιουργεί εντάσεις στους σφιγκτήρες μυς. Εγώ θεραπεύω τις κοιλιακές ζώνες, την πλάτη, και άλλους τομείς όπου μπορεί να υπάρχουν εντάσεις, με έναν καταπραϊντικό τρόπο. Σε αυτό προσθέτω τα αντανάκλαστικά που σχετίζονται με συνδέσεις με το αυτόνομο νευρικό σύστημα, ιδιαίτερα το ηλιακό πλέγμα. Ένας αθεράπευτος κολικός μπορεί να προκαλέσει πολλά άλλα προβλήματα αργότερα στη ζωή των παιδιών. Αν υπάρχει μια θεμελιώδης απόφραξη στο νευρικό σύστημα, πολλά άλλα μπλοκαρίσματα μπορούν να εμφανιστούν, όχι μόνο στο φυσικό επίπεδο, αλλά και ψυχολογικά. Δεν περιορίζεται στο τοπικό όταν ολόκληρη η ανάπτυξη ενός ατόμου θα επηρεαστεί από κάτι τόσο θεμελιώδες.



Τμήμα Έρευνας και Ανθρωπιστικών Επιστημών των Εκπαιδευτηρίων **Universal Studies of Health and Business**

Τον Ιούνιο του 2009 όταν συγκροτήθηκε αρχικά η ομάδα έρευνας του Universal Studies of Health and Business, ούτε ο πιο αισιόδοξος από όλα τα μέλη της ομάδας δεν θα περίμενε μία τόσο γρήγορη και ελπιδοφόρα εξέλιξη, όχι μόνο για την ερευνητική ομάδα αλλά και για ολόκληρη την κοινότητα των ρεφλεξολόγων.

Όλα ξεκίνησαν από μία σκέψη. Μπορεί η ρεφλεξολογία να τεκμηριωθεί επιστημονικά σαν μία μέθοδος θεραπείας; Ένα ερώτημα που απασχόλησε πολλές φορές στο παρελθόν και εξακολουθεί να υπάρχει μέχρι και σήμερα. Μέσα από αυτό τον προβληματισμό δημιουργήθηκε η ανάγκη για την δημιουργία μιας ομάδας που θα ασχοληθεί σοβαρά και με επιστημονικό τρόπο με την έρευνα στις συμπληρωματικές

θεραπείες και πιο συγκεκριμένα με την ρεφλεξολογία. Με επικεφαλής την ρεφλεξολόγο Ψαθά Άννα και σε συνεργασία με την Μούζαρου Αγγελική (της οποίας η προσφορά είναι πολύ μεγάλη σε αυτή την προσπάθεια, καθώς η επιστημονική καθοδήγηση και η προσωπική εργασία

της έδωσε σε όλα τα μέλη της ομάδας μία πολύ μεγάλη και σημαντική βοήθεια) συγκροτήθηκε μία ομάδα από εθελοντές ρεφλεξολόγους.

Η πρώτη ερευνητική μας προσπάθεια ξεκίνησε τον Ιανουάριο του 2010 και σχεδιάζουμε την ολοκλήρωση της περίπου σε 2 έτη. Πρόκειται για την μελέτη της ποιότητας ζωής σε ασθενείς που βρίσκονται στο πρώτο στάδιο της απεξάρτησης και δέχονται ρεφλεξολογία. Ανάλογα με την στρατηγική και τους στόχους της μέτρησης της Ποιότητας Ζωής χρησιμοποιείται κάποιο από τα πολλά συστήματα μέτρησης που είναι διαθέσιμα στην διεθνή βιβλιογραφία. Στην δική μας έρευνα

επιλέχθηκε ένα από τα πιο δημοφιλή ερωτηματολόγια το SF-36 (Short Form Questionnaire- 36) που δημιουργήθηκε στην Βοστώνη το 1992 από τους Ware και Shelbourne.

Το SF-36 αποτελείται από 36 ερωτήσεις που κατηγοριοποιούνται σε 8 θεματικές κλίμακες: σωματικές λειτουργίες, κοινωνικές λειτουργίες, πόνος, γενική ψυχική υγεία, περιορισμοί ρόλου λόγω ψυχικών προβλημάτων, ζωτικότητα-ζωντάνια και γενική αντίληψη για την υγεία. Επίσης το SF-36 καλύπτει θετικές αλλά και αρνητικές πλευρές της υγείας, γεγονός που θεωρείται σημαντικό πλεονέκτημα για ένα σύστημα αξιολόγησης της Ποιότητας Ζωής.



Η έρευνα διεξάγεται σε ένα ειδικά διαμορφωμένο ξενώνα του Κ.Ε.Α.Σ (Κέντρο Ερευνών Ανθρωπινων Συμπεριφορών) όπου και φιλοξενεί ανθρώπους που επιθυμούν να απεξαρτηθούν από εθιστικές ουσίες. Θα πρέπει σε αυτό το σημείο να αναφέρουμε ότι το κέντρο παρέχει ψυχολογική υποστήριξη και όχι φαρμακευτική π.χ μεθαδώνη ή άλλα υποκατάστατα όπως

συνηθίζεται στα υπόλοιπα κέντρα απεξάρτησης.

Παράλληλα με την συγκεκριμένη έρευνα, η ομάδα δραστηριοποιείται και σε άλλες περιπτώσεις όπως στην καταγραφή περιστατικών με ρεφλεξολογική αντιμετώπιση.

Μέτα από αρκετούς μήνες εργασίας είμαστε πλέον σε θέση να ανακοινώσουμε την ενεργή παρουσία μας για πρώτη φορά σε παγκόσμιο συνέδριο εναλλακτικής-συμπληρωματικής ιατρικής.

Η εργασία μας αφορά σε ασθενείς που υπέφεραν από οσφυαλγία (Μαγνητική Τομογραφία με εύρημα κήλης

μεσοσπονδηλίου δίσκου) και αποφασίστηκε να αντιμετωπιστούν με ρεφλεξολογία (με συνεργασία ιατρού). Τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας όχι μόνο αξιολογήθηκαν ως βάσιμα από την ευρωπαϊκή ιατρική κοινότητα εναλλακτικής-συμπληρωματικής ιατρικής, αλλά αποφασίστηκε να παρουσιαστούν και στο συνέδριο της, το οποίο θα πραγματοποιηθεί τον προσεχή Δεκέμβριο στο Βερολίνο. Οι καθηγητές-ιατροί που θα παρευρίσκονται στο συνέδριο είναι από κάποια από τα πιο γνωστά πανεπιστήμια του κόσμου όπως αυτό του Χάρβαρντ, του Βερολίνου, της Ζυρίχης, του Τρομσό και του Μιλάνου. Είναι σημαντικό εδώ να επισημάνουμε πως το συνέδριο γίνεται κάτω από τη επίβλεψη της Πανευρωπαϊκής ιατρικής κοινότητας και πιο συγκεκριμένα από τη κοινότητα των γιατρών που ασχολούνται με τη εναλλακτική-συμπληρωματική ιατρική. Κλείνοντας, θα πρέπει να αναφερθεί πως αυτή είναι η πρώτη φορά πανευρωπαϊκά που γίνεται η ανακοίνωση



μιας τέτοιας εργασίας που αφορά τη ρεφλεξολογία σε ιατρικό συνέδριο, πράξη που από μόνη της είναι πολύ μεγάλη τιμή για εμάς.

Ένα πολύ μεγάλο άλμα προόδου και ανάδειξης της ρεφλεξολογίας σαν μέσο θεραπείας.

Τέλος είναι σημαντικό να αναφέρουμε την πρόσφατη αναγνώριση της ομάδας μας από το διεθνές επιστημονικό περιοδικό "Alternative and Complementary Therapies". Το επιστημονικό συμβούλιο του περιοδικού κάθε μήνα, θέτει μια ερώτηση και ζητά από "ειδικούς" (δλδ εμπειρους και επιστημονικά καταρτισμένους επαγγελματίες) μια απάντηση που αφορά στις

εναλλακτικές και συμπληρωματικές μεθόδους θεραπείας. Για να ορίσει το συμβούλιο τους ειδικούς και να εγκυρωθεί για την εγκυρότητα τους, αξιολογεί το έργο,



την εμπειρία και την επιστημονική τους κατάρτιση. Τον Σεπτέμβριο του 2010 δεχτήκαμε πρόταση από το περιοδικό να ενταχθούμε στους ειδικούς της ρεφλεξολογίας και να προτείνουμε για διάφορες ασθένειες το καταλληλότερο κατά την γνώμη μας ρεφλεξολογικό θεραπευτικό πρόγραμμα. Αρα για το συγκεκριμένο περιοδικό είμαστε "Reflexology experts". Στο τρέχον τεύχος του περιοδικού θα μπορέσει κάποιος να διαβάσει την πρόταση μας για την αντιμετώπιση της οσφυαλγίας.

Σε όλη αυτή την προσπάθεια είχαμε μια τεράστια ηθική αλλά και οικονομική βοήθεια από τον Πρόεδρο των σχολών U.S.H.B, κ. Μιχάλη Κυριακίδη ο οποίος από πολύ αρχή αναγνώρισε την αναγκαιότητα μιας τέτοιας προσπάθειας, η οποία δεν αποφέρει κανένα οικονομικό όφελος παρα μόνο αναγνώριση και εδραίωση της Ρεφλεξολογίας στην παγκόσμια επιστημονική κοινότητα.

Το κέρδος μας είναι κέρδος των Ελλήνων Ρεφλεξολόγων.

Δημήτριος Ανδριανόπουλος
Ρεφλεξολόγος – Ερευνητής

Τμήμα έρευνας και Ανθρωπιστικών επιστημών
Universal Studies of Health and Business.

Για οποιαδήποτε πληροφορία:

www.universalstudies.gr/index.php/el/home/human.html

Case reports of three patients suffering from low back pain treated with reflexology

Dr Mouzarou A., Psatha A., Apostolopoulos P., Karamichali E., Andrianopoulos D., Siori I., Kyriakides M.

Universal Studies of Health and Business,
Department of Research and Human Studies, Athens, Greece

OBJECTIVE:

To report three case reports of low back pain due to mechanical etiology that received Integrated Medical Reflexology (IMR) treatment.

CASES SUMMARY

Three adult patients suffering from low back pain due to intervertebral disc herniation, presented to our clinic, in order to receive Integrated Medical Reflexology treatment. Integrated Medical Reflexology constitutes a physical, conservative, non-invasive complementary method of treatment. From their medical history occurs that they did not receive any other medical treatment at the same time. Patients interviewing provided the progression of the symptoms intensity and professional reflexologists were responsible for recording the therapeutic process.

DISCUSSION

All 3 patients decided to be treated by a physical treatment and they chose IMR. Integrated Medical Reflexology is a complementary treatment that includes besides classic reflexology some extra techniques such as Transdermal Electrical Meridians Stimulation (TEMS), gua-sha, su-jok. These techniques are added according to the patient needs. According to the patient interviews, after the first three sessions an initial partial recession of low back pain was observed. This was followed by complete symptom elimination by the 10th session. Our thesis is to consider whether reflexology can become an option of conservative curative method in the era of low back pain therapies. Reflexology offers not only a local relief from the symptoms but also relaxation of the body; this improves the health condition of the patients who suffer from disc herniation and low back pain.

CONCLUSION

The use of IMR as a conservative, complementary method in patients suffering from low back pain, under medical supervision, is a promising treatment especially in patients who prefer to avoid medications or invasive treatments.

Συνέντευξη με κ. Βαγγέλη Ζαφειρίου



**Πρόεδρο της Εθνικής Εταιρείας της Ομοιοπαθητικής Ιατρικής
Συνεργασίας και μέλος του Δ.Σ. του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών**

Συνέντευξη στην Ιωάννα Κράνια

Ερώτηση: Κύριε Ζαφειρίου είστε πρόεδρος της Εθνικής Εταιρείας της Ομοιοπαθητικής Ιατρικής Συνεργασίας και επίσης ως ψυχίατρος είστε μέλος του Δ.Σ. του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών. Πώς βλέπετε τη σχέση μεταξύ κλασσικής ιατρικής και εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών;

Απάντηση: Είναι σχέσεις συνεργασίας όπως είναι και το όνομα της Εταιρείας της Ομοιοπαθητικής. Όπου κάποιες φορές χρειάζεται το ένα κάποιες φορές χρειάζεται το άλλο και κάποιες φορές και τα δύο μαζί. Ενώ και η κλασσική ιατρική και οι εναλλακτικές συμπληρωματικές. Ή κάπου χρειάζεται μόνο το ένα, κάπου που χρειάζεται επειγόντως μία εγχείρηση- μπορεί να χρειάζεται μόνο εγχείρηση- ή μόνο το άλλο, μόνο εναλλακτική ιατρική. Οι συμπληρωματικές ιατρικές- από τ' όνομά τους- θεωρούνται ότι συμπληρώνουν τη θεραπεία που κάνει μία άλλη ιατρική. Παρ' όλα αυτά σε όχι πολύ σοβαρά προβλήματα κάποιες φορές μπορεί και οι συμπληρωματικές ιατρικές να κάνουν καλό, μπορούν να θεραπεύσουν μόνες τους, ας λέγονται συμπληρωματικές. Συνεπώς χρειάζονται όλα αυτά. Και η κλασσική ιατρική χρειάζεται και οι εναλλακτικές ιατρικές χρειάζονται και οι συμπληρωματικές ιατρικές χρειάζονται. Το καθένα εκεί και όπου χρειάζεται και σε συνεργασία μεταξύ τους.

Ερώτηση: Από τις εναλλακτικές/συμπληρωματικές θεραπείες η Ομοιοπαθητική ήταν από τις πρώτες που έγινε γνωστή στο ευρύ κοινό και αργότερα άρχισε να γίνεται γνωστή και η Ρεφλεξολογία. Πώς βλέπεται την προοπτική περαιτέρω διάδοσης των εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών;

Απάντηση: Η Ομοιοπαθητική είναι ίσως η πιο διαδεδομένη μετά την κλασσική ιατρική. Οι προοπτικές των εναλλακτικών και των συμπληρωματικών ιατρικών είναι παραπάνω από ευοίωνες. Είναι σίγουρο- εντελώς σίγουρο όμως- ότι θα αυξάνεται όλο και πιο πολύ ο αριθμός των ανθρώπων που θα ζητάνε αυτού του είδους τις θεραπείες. Και αυτό οφείλεται σε δύο

βασικούς παράγοντες που έχουν να κάνουν με την αδυναμία κάποιες φορές της κλασσικής ιατρικής να θεραπεύσει κυρίως τις χρόνιες παθήσεις- αυτές τις αρρώστιες που λέγονται χρόνιες και που ουσιαστικά είναι αθεράπευτες γι' αυτό και λέγονται χρόνιες- και δεύτερον η κλασσική θεραπεία, η κλασσική ιατρική έχει πάντα παρενέργειες.

Ακόμα και με τον καλύτερο δυνατό τρόπο αν εφαρμοστεί έχει πάντα παρενέργειες.

Οι εναλλακτικές/συμπληρωματικές ιατρικές, όταν ασκούνται σωστά, δεν έχουν παρενέργειες. Αυτό είναι κάτι που είναι πολύ σημαντικό και αντικειμενικά και στην κρίση του κόσμου γι' αυτό και ο κόσμος προτιμάει κάτι που δεν θα έχει τοξικότητα, τουλάχιστον όταν ασκείται σωστά και θα έχει και θεραπεία σ' αυτές τις αρρώστιες που λέγονται χρόνιες ή μακροχρόνιες ή αθεράπευτες και δεν εννοούμε μόνο καταστάσεις όπως είναι ο καρκίνος που συχνά αλλά όχι πάντα οδηγούν σε θάνατο ή τουλάχιστον ο κόσμος πιστεύει ότι συχνά οδηγούν σε θάνατο, αλλά και όλες τις άλλες που δε μπορούμε να τις θεραπεύσουμε αλλά μπορούμε μόνο να καταστείλουμε τα συμπτώματα με την κλασσική ιατρική.

Ερώτηση: Καλύψατε την ερώτηση που ήθελα να σας κάνω γιατί στρέφονται οι πολίτες σε αυτές τις θεραπείες; Με καλύψατε πλήρως.

Πώς εκτιμάται τη στάση της ελληνικής πολιτείας απέναντι στις εναλλακτικές/συμπληρωματικές θεραπείες;

Απάντηση: Μέχρι στιγμής η στάση της ελληνικής πολιτείας είναι όπως σε όλα τα πράγματα. Επειδή θέλει μία οργάνωση και κάποια δουλειά για να μπει σε τάξη και κάποια τόλμη, στοιχειώδη, αρνείται να το κάνει ή το κάνει κάποιες φορές πάρα πολύ αποσπασματικά και ατελεσφορά και πάντως δεν ακολουθεί αυτό το οποίο επιθυμεί ο κόσμος, ο οποίος κατά εκατομμύρια πιά- όχι μόνο κατά χιλιάδες- στρέφεται προς τις εναλλακτικές ιατρικές. Είναι τεράστιο το ποσοστό των ανθρώπων που επιλέγει εναλλακτικές ή συμπληρωματικές θεραπείες και αυτή η πραγματικότητα, η επιλογή των ανθρώπων, η επιθυμία των ανθρώπων για εναλλακτικές ή συμπληρωματικές ιατρικές αγνοείται σχεδόν τελείως από την Πολιτεία.

Αυτό το οποίο είναι βασικό όμως είναι ότι οι εναλλακτικές και συμπληρωματικές θεραπείες ασκούνται χωρίς κανέναν έλεγ-

χο όχι μόνο την επισημοποίηση ή την έγκριση των ιατρικών αυτών αλλά και τον έλεγχο και αυτών που ασκούν τις θεραπείες αυτές. Η ποιότητα της κάθε εναλλακτικής/συμπληρωματικής θεραπείας, τι ποιότητα αυτής της θεραπείας ασκείται; αυτό,είναι παντελώς ανεξέλεγκτο.

Ερώτηση: Εδώ, θίγεται ένα πολύ ευαίσθητο σημείο.

Απάντηση: Και αυτό αφορά βέβαια την υγεία πολύ μεγάλου κομματιού του ελληνικού πληθυσμού.

Ερώτηση: Σύμφωνα με τα αποτελέσματα έρευνας που διενεργήθηκε από έκδοση για τις εναλλακτικές/συμπληρωματικές θεραπείες (Holistic Life),το 86% των ερωτηθέντων θεωρεί απαραίτητη την ένταξη των εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών στις καλυπτόμενες από τα ασφαλιστικά ταμεία θεραπείες.Νομίζετε ότι είναι πιθανό κάτι τέτοιο;

Απάντηση: Νομίζω ότι βαθμιαία θα αρχίσουν να καλύπτονται οι εναλλακτικές και οι συμπληρωματικές θεραπείες, τουλάχιστον κάποιες από αυτές, από τα ασφαλιστικά ταμεία.Ήδη κάποια ταμεία, τραπεζών για παράδειγμα, καλύπτουν ομοιοπαθητικά φάρμακα. Αυτό είναι πάρα πολύ σημαντικό. Μέχρι πριν την εγκατάσταση της λίστας- η γνωστή λίστα των φαρμάκων- μέχρι πριν κάποια χρόνια δηλαδή, γράφαμε κανονικά τα ομοιοπαθητικά φάρμακα σε όλα τα βιβλιάρια του Δημοσίου και τα εγκρίνανε. Συνεπώς το Δημόσιο κάλυπτε εδώ και πολλά χρόνια μέχρι πριν να εγκατασταθεί η λίστα των φαρμάκων η οποία δεν περιλαμβάνει πιά το ομοιοπαθητικά φάρμακα επειδή δεν ανήκουν στην κατηγορία φάρμακα- όχι επειδή τα απορρίπτει- αλλά επειδή ανήκουν στην κατηγορία φαρμακευτικά σκευάσματα. Γι αυτό τώρα δεν εγκρίνουν τα ομοιοπαθητικά φάρμακα. Νομίζω όμως τώρα αν κάποιος το επιδιώξει νομικά, θα αναγκαστούν οι ασφαλιστικοί οργανισμοί να το καλύπτουν.

Ερώτηση: Αυτό πιστεύετε ότι είναι θέμα των Σωματείων;

Απάντηση: Αυτό είναι θέμα όλων μας. Και της Πολιτείας.

Ερώτηση: Τώρα, σχετικά με το επίπεδο εκπαίδευσης. Πως βλέπετε το επίπεδο εκπαίδευσης ή κατάρτισης των εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών στην Ελλάδα;

Απάντηση: Το επίπεδο της εκπαίδευσης και της κατάρτισης των εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών στη χώρα μας είναι και αυτό- όπως και οι θεραπείες γενικά- ανεξέλεγκτο, χωρίς έλεγχο από την Πολιτεία. Η όποια θεραπεία ασκήσουν αφορά την υγεία- όπως είπαμε- ενός πολύ μεγάλου κομματιού του ελληνικού πληθυσμού. Η εκπαίδευση που έχει δεχθεί ο καθένας από όσους ασκούν

εναλλακτικές/συμπληρωματικές θεραπείες είναι χωρίς κανέναν έλεγχο παρά μόνο τον έλεγχο της όποιας εταιρείας ή ιδιωτικής σχολής, προσφέρει εκπαίδευση. Αυτό που μπορούμε να πούμε είναι ότι η Εθνική Εταιρεία Ομοιοπαθητικής Ιατρικής Συνεργασίας είναι η μόνη εταιρεία η οποία έχει την επίσημη έγκριση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής Ομοιοπαθητικής για το εκπαιδευτικό πρόγραμμα που παρέχει. Η μόνη σχολή στην Ελλάδα στην οποία παρέχονται ευρωπαϊκά πτυχία. Ελπίζω και άλλες σχολές να το αποκτήσουν.

Ερώτηση: Πώς νομίζετε ότι μπορεί να βελτιωθεί το επίπεδο εκπαίδευσης; Υπάρχει τρόπος;

Απάντηση: Υπάρχουν με τις προσπάθειες που καταβάλλουν οι επιμέρους σχολές και οι επιμέρους επιστημονικές εταιρείες της κάθε εναλλακτικής/συμπληρωματικής θεραπείας. Το καλύτερο όμως θα ήταν η επίσημη έγκριση από την Πολιτεία και ο επίσημος έλεγχος από την Πολιτεία και της εκπαίδευσης και της ποιότητας των υπηρεσιών που παρέχονται.

Ερώτηση: Υπάρχουν σκέψεις ή προτάσεις από την πλευρά σας για ένα καλύτερο μέλλον στον τομέα των εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών;

Απάντηση: Αυτό σχετίζεται με τις προσπάθειες που καταβάλλουν οι οργανωμένοι φορείς, επιστημονικοί φορείς,στον τομέα της κάθε συγκεκριμένης θεραπείας, σχετίζεται με την όποια βούληση της Πολιτείας να υπεισέλθει στο επίπεδο της εκπαίδευσης των γιατρών και του δικαιώματος των ασθενών να επιλέγουν αυτήν ή την άλλη θεραπεία. Είναι δικαίωμά τους και πρέπει να κατοχυρωθεί. Και ο καλύτερος τρόπος θα ήταν να μούνε, να καλύπτονται οι θεραπείες αυτές από τα ασφαλιστικά ταμεία, να μούνε στα Πανεπιστήμια και να προσφέρονται και από τα νοσηλευτικά ιδρύματα και τα κρατικά και τα ιδιωτικά. Συνεπώς μπαίνουμε σε ένα ευρύτερο και πολύ πιο οργανωμένο θεραπευτικό πλαίσιο όπου υπάρχει και περισσότερος έλεγχος. Για τον τομέα της Ομοιοπαθητικής τα επιδιώκουμε και τα τρία αυτά και την πανεπιστημιοποίηση και την νοσοκομειοποίηση και την κάλυψη από τους ασφαλιστικούς οργανισμούς. Συνεπώς προσπάθεια γίνεται και από τις Ομοιοπαθητικές εταιρείες και εξ όσων γνωρίζω και από τις εταιρείες των άλλων εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών.

I.K.: Καλή επιτυχία λοιπόν.

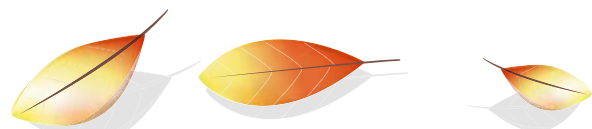
B.Z.: Ευχαριστώ πολύ.

I.K.; Σας ευχαριστώ πολύ .

Θέλω να ευχαριστήσω τον Κώστα Λαναρά για τη συμβολή του στο να πραγματοποιηθεί η συνέντευξη αυτή.

Ιωάννα Κράνια

Ρεφλεξολόγος



Ρεφλεξολογία & Εμμηνόπαυση

Λίγα λόγια για την εμμηνόπαυση....

Ο όρος εμμηνόπαυση χρησιμοποιείται για να περιγράψει τις αλλαγές που εμφανίζονται πριν, αλλά και μετά τη διακοπή της εμμήνου ρύσεως, που σηματοδοτεί και το τέλος της αναπαραγωγικής ηλικίας. Η εμμηνόπαυση αποτελεί φυσιολογικό μέρος της ζωής των γυναικών, ωστόσο, οι περισσότερες ανησυχούν και βιώνουν τις βιολογικές και ψυχικές αλλαγές που τη συνοδεύουν με φόβο και γενικευμένη δυσφορία.

Πότε και πως εμφανίζεται

Η εμμηνόπαυση εμφανίζεται συνήθως ανάμεσα στα 48 και 52 χρόνια. Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να εμφανιστεί και νωρίτερα, όπως ύστερα από χειρουργική αφαίρεση ωοθηκών, χημειοθεραπεία ή γενετικά προβλήματα. Οι γυναίκες οι οποίες δεν έχουν τεκνοποιήσει, καπνίζουν, παίρνουν αντικαταθλιπτικά φάρμακα, εκτίθενται σε ακτινοβολία ή έχουν εκτεθεί σε τοξικούς χημικούς παράγοντες, μπαίνουν στην εμμηνόπαυση σε μικρότερη ηλικία. Οι πολύτοκες και οι γυναίκες με αυξημένη μάζα σώματος συνήθως εμφανίζουν καθυστερημένη εμμηνόπαυση.

Τα συμπτώματα που μπορεί να έχουν γυναίκες στην εμμηνόπαυση είναι τα κάτωθι:

- Άγχος
- Αλλαγές στο δέρμα και στα μαλλιά
- Κατάθλιψη
- Δυσκολίες στον ύπνο
- Ξηρότητα κόλλπου
- Κόπωση
- Πονοκέφαλοι
- Εξάψεις και εφίδρωση στη διάρκεια της νύχτας
- Ακανόνιστες περίοδοι
- Ευερεθιστότητα
- Πόνοι στις αρθρώσεις και τους μύες
- Απώλεια επιθυμίας για σεξ
- Πόνος κατά τη συνουσία
- Ταχυπαλμίες
- Δυσκολίες στη συγκέντρωση
- Ασθενής μνήμη
- Ουρολογικά προβλήματα

Έρευνες έχουν δείξει ότι τα οιστρογόνα διατηρούν τα οστά ισχυρά και υγιή και προστατεύουν από καρδιακά εμφράγματα και εγκεφαλικά επεισόδια. Μετά την εμμηνόπαυση, καθώς χάνεται η προστατευτική επίδραση των οιστρογόνων, αυξάνεται ο κίνδυνος καταγμάτων, καρδιακών εμφραγμάτων και εγκεφαλικών επεισοδίων.

Η κλασική αντιμετώπιση της εμμηνόπαυσης είναι η ορμονοθεραπεία. Ωστόσο, αν μια γυναίκα έχει μπει πρόσφατα στην εμμηνόπαυση, ανεξάρτητα από το αν θα υποβληθεί ή όχι σε θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης, υπάρχουν και εναλλακτικές λύσεις που μπορούν να τη βοηθήσουν να ξεπεράσει ανώδυνα τα μετ-εμμηνόπαυσιακά συμπτώματα.

Ρεφλεξολογία & Εμμηνόπαυση...

Μία από αυτές τις εναλλακτικές λύσεις είναι και η ρεφλεξολογία η οποία όπως και κάθε άλλη **ολιστική μέθοδος**, έτσι και αυτή αντιμετωπίζει την κάθε περίπτωση ως **μοναδική**. Πολλές φορές όμως τα **αίτια** ενός ασταθούς κύκλου, της δυσμηνόρροιας ή της αμηνόρροιας δεν είναι καθαρά οργανικά, γι'αυτό ο ρεφλεξολόγος προσπαθεί να σκιαγραφήσει το «**ψυχολογικό προφίλ**» της γυναίκας, καθώς σε μεγάλο βαθμό αυτό διαμορφώνει και τις καθημερινές της συνήθειες, όπως και τη διατροφή της. Ο επαγγελματίας ρεφλεξολόγος οφείλει να ασχοληθεί με τα αντανάκλαστα σημεία των γεννητικών οργάνων και των ενδοκρινών αδένων (που βρίσκονται στο κάτω μέρος και στις δύο πλευρές -εξωτερική και εσωτερική- του πέλματος), αλλά παράλληλα όπως θα δούμε στη συνέχεια να προσθέσει κάποια αντανάκλαστα σημεία ανάλογα με το εκάστοτε σύμπτωμα. Μπορεί επίσης να προσθέσει στο ρεφλεξολογικό πρόγραμμα τη προσωπο-ρεφλεξολογία η οποία είναι προχωρημένη τεχνική της ρεφλεξολογίας, εφαρμόζεται στο πρόσωπο του θεραπευόμενου και χρονικά τοποθετείται στην αρχή ή στο τέλος της ρεφλεξολογικής συνεδρίας.

Η ρεφλεξολογία έχει πολύ καλά αποτελέσματα σε προβλήματα της εμμηνόπαυσης. Ας δούμε λοιπόν τι σημεία πιέζει ο ρεφλεξολόγος ανά σύμπτωμα:

Συμπτώματα

Άγχος, Κατάθλιψη, Ευερεθιστότητα, Νευρικές εντάσεις

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Εγκέφαλος, ενδορφίνες, S. Mein
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό σύστημα, νευρικό σύστημα, γεννητικό σύστημα, πνεύμονες, ειδικά σημεία νευρικών εντάσεων, πολλές τεχνικές χαλάρωσης

Προσωπο-ρεφλεξολογία

Συμπτώματα

Ξηρότητα κόλλπου, Απώλεια επιθυμίας για σεξ, Πόνος κατά τη συνουσία

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Ειδικό σημείο γεννητικών οργάνων, ειδικό σημείο υπογαστρίου
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό σύστημα, γεννητικό σύστημα, ειδικό σημείο κόλλπου με ροές φόρτισης για τόνωση λειτουργίας

Συμπτώματα

Δυσκολίες στον ύπνο

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Εγκέφαλος, ενδορφίνες, S. Mein, ειδικό σημείο για τον ύπνο
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό σύστημα, νευρικό ειδικό σημείο ύπνου στο πέλμα

Συμπτώματα

Κόπωση

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Ενδορφίνες, S. Mein, εγκέφαλος με δεξιόστροφη κυκλική κίνηση
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό σύστημα, νευρικό σύστημα, ροές φόρτισης τόνωσης

Συμπτώματα

Ημικρανίες, πονοκέφαλοι

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Εγκέφαλος, αυχενικοί σπόνδυλοι, S. Mein
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό σύστημα, νευρικό σύστημα, όλα τα δάχτυλα για το κεφάλι, ουροποιητικό σύστημα, αυχενικοί σπόνδυλοι

Συμπτώματα

Εξάψεις και εφίδρωση κατά τη διάρκεια της νύχτας

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Ενδορφίνες, ειδικά σημεία τριπλού θερμαστή
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό, γεννητικό και ουροποιητικό σύστημα, ειδικό σημείο για το δέρμα, πνεύμονες

Συμπτώματα

Πόνοι στις αρθρώσεις και τους μύες

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Σπονδυλική στήλη
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό σύστημα, ερειστικό (σκελετικό) σύστημα, μυϊκό σύστημα, συστοιχίες, αντιστοιχίες

Συμπτώματα

Ουρολογικά προβλήματα

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** Ενδορφίνες, νεφροί, ουροδόχος κύστη
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό, λεμφικό, ουροποιητικό σύστημα

Συμπτώματα

Ταχυπαλμίες

Σημεία πίεσης

- **Αυτί:** S. Mein, ενδορφίνες, ειδικό σημείο νευροφυτικών προβλημάτων
- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό, νευρικό σύστημα, σημείο καρδιάς, τεχνικές χαλάρωσης

Συμπτώματα

Δυσκολία στη συγκέντρωση, Ασθενής μνήμη

Σημεία πίεσης

• Προσωπο-ρεφλεξολογία

- **Πέλμα:** Ενδοκρινικό, νευρικό σύστημα, ειδικά σημεία διέγερσης μετωπιαίου λοβού

Θα πρέπει τέλος να αναφέρουμε ότι και η αρωματοθεραπεία συνεισφέρει με τον τρόπο της στο θέμα της εμμηνοπαύσης με τη λυγαριά, ένα ισχυρό φυσικό φάρμακο.

Η λυγαριά είναι ένα πολύ δυνατό αιθέριο έλαιο και θεωρείται ιδιαίτερα αποτελεσματικό σε προβλήματα δυσμηνόρροιας, αμηνόρροιας και στην περίοδο της εμμηνοπαύσης. Ιδανικός θεωρείται ο συνδυασμός αρωματοθεραπείας και ρεφλεξολογίας.

Έτσι ο ίδιος ο ρεφλεξολόγος μπορεί να χρησιμοποιήσει τη λυγαριά εφαρμόζοντας το αιθέριο έλαιο της στα αντανakλαστικά σημεία.

Ευχαριστούμε την κα Αφροδίτη Καψίλη, Ρεφλεξολόγο, Καθηγήτρια Τμήματος Ρεφλεξολογίας Universal Studies of Health & Business



Για παραγγελίες: τηλ. 693-6720702,
e-mail: mixalis_63@hotmail.com

ΠΩΛΗΣΗ: ΛΙΑΝΙΚΗ - ΧΟΝΔΡΙΚΗ

Βόλτα στο Μουσείο της Ακρόπολης

Ένα ιδιαίτερο απόγευμα μες τον Αύγουστο παρακινήθηκα είναι η αλήθεια μια και είχα παραμείνει στο κλεινόν άστυ για απογευματινό περίπατο στο Μουσείο Ακρόπολεως. Ένα σύγχρονο από κάθε άποψη Μουσείο που μας παραπέμπει να προσεγγίσουμε για άλλη μια φορά την Ιστορία μας. Θα σας πρότεινα ανεπιφύλακτα να το επισκεφτείτε και εάν θέλετε μέσω του Σωματίου μας θα ήταν όμορφο να ειδωθούμε όσα μέλη το επιθυμούν για να περιηγηθούμε μαζί στον χώρο. Τί να πρωτοθαυμάσεις, τι να πεις για ένα γήινο επίτευγμα που συνδυάζει παρελθόν και παρόν. Τις Καρυάτιδες, που πια τις βλέπουμε σε τόση αμεσότητα και μου επιτρέπεται να πω ότι αισθάνθηκα για άλλη μια φορά υπερφάνεια για το ότι είμαι Ελληνίδα. Τα πάντα σε τέλεια αρμονία, από την αίθουσα των εισιτηρίων και τα επίπεδα που ανεβαίνεις για να φτάσεις έως και τον 3ο όροφο που είναι



η αναπαράσταση του Παρθενώνα. Επίσης να επισημάνω την ευγένεια όλων των ανθρώπων που εργάζονται είτε ως πορτιέρηδες, είτε στο περιβάλλοντα χώρο είτε στο ρεστοράν – cafe, οι τιμές παρεμπιπτόντως είναι εξαιρετικές και τα διάφορα εδέσματα ποιοτικά. Με κάνει ανεπιφύλακτα να σας προτρέψω να συγκεντρωθούμε όλοι μαζί να το θαυμάσουμε και να δώσουμε και την όμορφη εικόνα μας προς τα έξω.

Όσοι συνάδελφοι θα θέλατε να συμμετάσχετε στην περιήγησή μας κάποιο πρωινό Κυριακής, παρακαλούμε να δηλώσετε την συμμετοχή σας στους συναδέλφους της Επιτροπής Εκδηλώσεων:

κο. Γιάννη Υφαντή στο τηλ. 6943070510
κα. Μαίρη Γιοβανάκη στο τηλ. 6946686002
κα. Αλεξάνδρα Μπρέσκα στο τηλ. 6976823671
κα. Άννα Νάγια στο τηλ. 210-6424818

Ανθοϊάματα

Τα ανθοϊάματα εξισορροπούν και θετικοποιούν βασικές ψυχολογικές διαθέσεις, απομακρύνουν φόβους και μετασχηματίζουν αρνητικές νοητικές πεποιθήσεις, δίνοντας βαθιές και μόνιμες λύσεις σε ανάλογα προβλήματα. Αποτελούν ένα αξεπέραστο σύστημα αναφοράς για όσους ενδιαφέρονται να γνωρίσουν την τόσο σημαντική και αποτελεσματική ολιστική μέθοδο της ανθοθεραπείας.

**Εκπαιδευτείτε στα Ανθοϊάματα Bach,
στα California & τα Αυστραλιανά**



NATURAL HEALTH SCIENCE®

Όμιλος Σχολών Εναλλακτικών Επιστημών

ΚΤΙΡΙΟ 1: Πανδρόσου 31,
Παλαιό Φάληρο
τηλ.: 210.9837344, 210.9849276,
φαξ: 210.9849057

ΚΤΙΡΙΟ 2: Λεωφ. Αμφιθέας 78
και Ανδρομάχης 8, Π. Φάληρο
τηλ.: 210.9814502,
φαξ: 210.9812991

ΚΤΙΡΙΟ 3: Χατζηαντωνίου 14
& Δ. Ράλλη, Μαρούσι
τηλ.: 210.8028179,
φαξ: 210.8028779

www.nhs.gr - info@nhs.gr

Διακοπές και Ρεφλεξολογία

Ταξιδεύοντας για Σκόπελο, το μεγαλύτερο σε έκταση νησί των Βορίων Σποράδων, για ολιγοήμερες καλοκαιρινές διακοπές σκεπτόμουν πώς να εντάξω την ρεφλεξολογία σ' αυτή μου την επίσκεψη.

Την ευκαιρία, μου την έδωσε η φίλη μου και δασκάλα μου στην αγιογραφία Ανθή Νικολαΐδου- Βαλσαμάκη, του ιατρού Δημητρίου Βαλσαμάκη, γόνου και οι δύο παραδοσιακών οικογενειών του νησιού.

Την πρώτη μέρα στην Σκόπελο συναντάμε την κυρία Γιαννακοπούλου Πέγκυ, ιδιοκτήτρια καταστήματος χειροποίητου κοσμήματος, η οποία γνώριζε την ρεφλεξολογία από την Νορβηγή φίλη της που επισκεπτόταν χρόνια το νησί.

Στη συνέχεια η επικοδομητική συζήτηση που είχα με τον κύριο Μπράνα Σουμάνατς, ιατρό παιδοψυχολόγο, που τα τελευταία 20 χρόνια μένει στην Σκόπελο και έχει βοηθήσει πολύ τους κατοίκους με τις γνώσεις που διαθέτει, μου έδωσε την εικόνα του ψυχισμού των κατοίκων και ιδιαίτερα των γυναικών.

Συγκρίνοντας την Σκόπελο με την Σκιάθο και την Αλόνησο βλέπεις ότι η μέν Σκιάθος έχει δώσει μεγάλη σημασία στην τουριστική της ανάπτυξη, εδώ η ρεφλεξολογία έχει μόνο χαλαρωτικό χαρακτήρα, ενώ στην Αλόνησο, κατ'εξοχή νησί των οικολόγων και της ομοιοπαθητικής (σχολή Βυθούλκα), η ρεφλεξολογία είναι γνωστή σαν μέθοδος αυτοϊασης, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι υπάρχει κάποιο ειδικό κέντρο, παρά μόνο, μεμονωμένες περιπτώσεις ατόμων που επισκέπτονται τους κατοίκους για πρακτική εξάσκηση.

Έμαθα λοιπόν ότι από τα νησιά των Σποράδων οι Σκοπελίτισσες γυναίκες ξεχώριζαν πάντα για τους ανοικτούς ορίζοντες στον τρόπο σκέψης, που παρά τις αντίξοες συνθήκες αφ'ενός κρατούσαν ζωντανές τις παραδόσεις του νησιού, αφ'ετέρου είχαν την έντονη επιθυμία να γνωρίζουν και να εντάσουν στην καθημερινότητα τους καινούρια πράγματα. Έτσι λοιπόν, θέλησα να ερευνήσω οι σκοπελίτισσες γυναίκες εάν γνωρίζουν την ρεφλεξολογία και τι γνωρίζουν για αυτή.

Την Τρίτη 13 Ιουλίου 2010, 6.30μμ. έδινά τις πρώτες γνώσεις που το Universal Studies of Health and Business του κ. Κυριακίδη μου έδωσε, κατά την προηγούμενη μαθητική χρονιά, μέσω των διδασκάλων μου για την ρεφλεξολογία κκ Αφρο-

δίτης Καψίλη, Άννας Ψαθά και Γεωργίου Κλάδη, των διδασκάλων μου στα ιατρικά μαθήματα κκ dr Αγγελική Μούζαρου, Ειρήνη Ηλιάδη και Χρύσα Τσούμη και των μαθημάτων θεραπευτικής φιλοσοφίας του κυρίου Μιχάλη Κυριακίδη.

Η συγκέντρωση έγινε στην αυλή ενός παραδοσιακού σκοπελίτικου σπιτιού, στον παλιό οικισμό της Σκοπέλου όπου σκοπελίτισσες γυναίκες διαφόρων ηλικιών, συγκεντρώθηκαν προκειμένου να τις ενημερώσω για την ρεφλεξολογία. Με έκπληξη διαπίστωσα πόσο "ανοικτές" ήταν να μάθουν :τι είναι, τι κάνει και πώς γίνεται η ρεφλεξολογία. Τους είπα ότι είναι μια ολιστική μέθοδος που έρχεται από πολύ παλαιά, ότι έχει σκοπό να ενισχύσει την αυτοθεραπευτική ικανότητα του οργανισμού και ότι την χρησιμοποιούσαν με την μορφή πεισοθεραπείας στα Ασκληπιεία. Χάρηκαν ιδιαίτερα γιατί θεώρησαν προνομίουχο το νησί τους μια και είναι το μόνο στις Σποράδες που μέχρι στιγμής έχει βρεθεί Ασκληπιείο, το Ασκληπιείο της αρχαίας Πεπαρήθου 5ο αι. π.Χ.. Σαν πρωτάκι καλά τα κατάφερα, γιατί πέντε από τις κυρίες ζήτησαν να δοκιμάσουν την ρεφλεξολογία. Είναι γεγονός ότι δεν είχα την δυνατότητα να κρατήσω αναλυτικό ιστορικό μια και η μορφή ήταν καθαρά ενημερωτική, απλά προσπάθησα να μάθω επιγραμματικά κάποια θέματα υγείας και να εφαρμόσω την ολιστική ρεφλεξολογία στα πέλματα με τεχνικές χαλάρωσης και εναλλακτική πίεση κάμπιας και κυκλική πίεση στα σημεία πασπαρτού, χρησιμοποιώντας εκτός των δακτύλων και ξυλάκια.

Η κα Κατίνα Ζ, αγρότισσα, ζήτησε να είναι η πρώτη που θα δεχόταν ρεφλεξολογία. Αυθόρμητη, πρόσχαρη, δυναμική, από τις γυναίκες που δεν αφήνουν στιγμή να πάει χαμένη αφέθηκε στα χέρια μου. Δούλεψα μόνο στα πέλματα της με χαλαρωτικές κινήσεις και ενεργοποιώντας τα πασπαρτού σημεία, δεν είχε κάποιο ιδιαίτερο πρόβλημα, αισθάνθηκε ανακούφιση. Μου είπε :
"μου έφυγε ένα βάρος από τα πόδια μου, τώρα μπορώ να συνεχίσω τις δουλειές μου ξανά από την αρχή. Κρίμα που δεν μένετε εδώ και ήρθατε μόνο για λίγες μέρες.





Η κα Κατίνα Γ, οικοκυρά, με μουδιασμένα, πρησμένα και γεμάτα ευριαγγείες πόδια ήταν η δεύτερη που ζήτησε να δει πώς είναι η ρεφλεξολογία. Με απαλές κινήσεις δούλεψα τα ποδαράκια της και προς μεγάλη της έκπληξη άρχισε να κου-

νάει τα δάκτυλα του δεξιού της ποδιού, το πόδι της αυτό "δεν το αισθανόταν" όπως ομολόγησε, όταν σηκώθηκε και δοκίμασε να περπατήσει αισθανόταν απελευθερωμένη από το μούδιασμα.



Η κα Έλλη Φ, κεντήστρα, υποφέρει από κράμπες, σ' αυτή δούλεψα πρώτα τ'αυτάκια της ώστε να χαλαρώσει και μετά τα πέλματα. Η αίσθηση της ήταν ότι κάτι ανέβαινε από τα πόδια σε ολόκληρο το σώμα της

και την χαλάρωνε, μάλιστα ήταν η μόνη που έτυχε να συναντήσω την επόμενη μέρα και μου είπε ότι κοιμήθηκε όμορφα όλο το βράδυ χωρίς να σηκωθεί.



Η κα Καίτη Ζ, σύζυγος ιατρού, μία φίνα και λεπτεπίλεπτη κυρία, ήταν η μόνη που αν και είχε δεχτεί ρεφλεξολογία ήθελε να δοκιμάσει. Το σχόλιο της ήταν ότι η προηγούμενη εμπειρία της δεν ήταν ευχάριστη γιατί η πίεση που της είχαν

ασκήσει ήταν μεγάλη με αποτέλεσμα να πονάει. Μου σχολίασε : εσείς δεν με πονάτε ασκείται πίεση τόση που μου είναι ευχάριστη και μου μεταδίδεται την ηρεμία σας.

Η κα Μαίρη Τ, επιχειρηματίας, διατηρεί κατάσταση με κεραμικά στο κέντρο του νησιού, κουρασμένη σωματικά

και ψυχικά. Άφησε το κατάσταση νωρίτερα από το συνηθισμένο προκειμένου να προλάβει να δεχτεί ρεφλεξολογία. Με ποδαράκια γεμάτα κάλλους απόλαυσε την mini συνεδρία. "Θέλω να σε δώ στην Αθήνα τον Οκτώβριο που θάρθω, μακάρι να έμενες εδώ όλο το καλοκαίρι".



Πρέπει να μιλήσω και για την κυρία Μαρία Σ, καθηγήτρια φιλόλογος, η νεότερη ηλικιακά, που θέλησε να γνωρίσει την ρεφλεξολογία στο σπίτι της, λόγω των επαγγελματικών της υποχρεώσεων δεν μπορούσε να παραστεί εκείνο το βράδυ, δυστυχώς δεν έχω φωτογραφία της.

Όταν τελειώσαμε το φως του ήλιου είχε δώσει την θέση στα φωτεινά αστέρια, το χαμόγελο που είχαν τα προσώπα τους με έβαλε σε διαδικασία να σκέπτομαι την δημιουργία ενός καλοκαιρινού ρεφλεξολογικού κέντρου στην Σκόπελο, ένα ρεφλεξολογείο στην αρχαία Πεπάρηθο.

Ευχαριστώ θερμά την φίλη μου Ανθή γιατί χωρίς αυτήν δεν θα μου δινόταν η ευκαιρία να δείξω τις γνώσεις που πήρα από την σχολής μου κατά το πρώτο έτος, στις Σκοπελίτισσες γυναίκες που τόσο αγάπησα. Φεύγοντας από την καταπράσινη και καταγάλανη Σκόπελο υποσχέθηκα στον εαυτό μου ότι αυτή ήταν μόνο η αρχή από ένα κύκλο επισκέψεων που στόχο θα έχουν να γνωρίσουν στους κατοίκους του τα οφέλη της ρεφλεξολογίας.

Ελένη Βαρώνου

Πρωτοετής σπουδάστρια medical ρεφλεξολόγος της
Universal Studies of Health and Business

Στοιχεία για την οικογένεια Βαλσαμάκη
μπορείται να δείτε στο βιβλίο
Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΒΑΛΣΑΜΑΚΗ ΣΤΗ ΣΚΟΠΕΛΟ
ΤΟΥ 19ου ΑΙΩΝΑ ,
Μουσείο Μπενάκη , Ιστορικά Αρχεία

Μια ενδιαφέρουσα παρουσίαση από τους Δανούς ρεφλεξολόγους Dorthie Krogsgaard και Peter Lund Frandsen

Η συνέχεια...

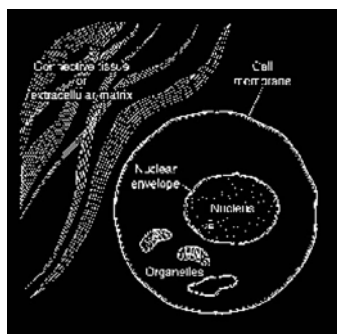
Μια Σύγχρονη Άποψη του Κυττάρου

Η έννοια tensegrity ισχύει όχι μόνο για τη μακροσκοπική κλίμακα, επίσης λειτουργεί και στο κυτταρικό επίπεδο.

Μέχρι πρόσφατα, οι βιολόγοι οραματίστηκαν το κύτταρο ως δεσμευμένη με μεμβράνη σακούλα που περιέχει μια σούπα χημικών ουσιών. Βιοχημικές αντιδράσεις, οι οποίες έχουν μελετηθεί με μεγάλη λεπτομέρεια, πιστεύεται ότι λαμβάνουν χώρα σε αυτό το κυτταροπλασματικό διάλυμα, όπου τα ένζυμα, πρωτεΐνες και άλλα μόρια έπλεαν ελεύθερα με τρόπο τυχαίο (Εικ. 5).

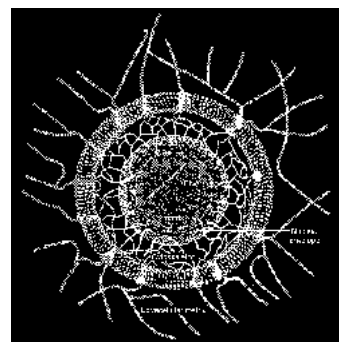
Κατά τη διάρκεια των τελευταία 20 χρόνια μια νέα άποψη του κυττάρου έχει προκύψει. Γνωρίζουμε πλέον, ότι τα κύτταρα είναι γεμάτα με ίνες, σωλήνες,

και νήματα που αποτελούν το λεγόμενο CYTO-σκελετό ή κυτταροπλασματικό δίκτυο. Επιπλέον, έχει αποδειχθεί, ότι ειδικής "σύνδεσης" μόρια εκτείνονται από το εσωτερικό του κυττάρου, μέσω της κυτταρικής μεμβράνης για να επικοινωνήσουν με τον συνδετικό ιστό έξω από το κύτταρο. Αυτά τα μόρια που συνδέουν της "ιντεγκρινές» επεκτείνονται και



προς το εσωτερικό για να συνδεθούν με τον πυρήνα του κυττάρου (Εικ. 6).

Αυτές οι ανακαλύψεις έχουν μεγάλο αντίκτυπο στην έννοια του ζωντανού ιστού. Τα όρια μεταξύ των κυττάρων, κυτταρικών πυρήνων και ενδοκυ-



τάριου χώρου δεν καθορίζονται όπως νομίζουμε. Αντί να αντιλαμβανόμαστε τον ιστό ως μια συλλογή από μεμονωμένα κύτταρα που συγκρατούνται μεταξύ τους με συνδετικό ιστό, πρέπει να σκεφτούμε τον ιστό ως ένα συνεχές δίκτυο που αγκαλιάζει ολόκληρο τον οργανισμό. Οι επιστήμονες έχουν ονομάσει αυτό το δικτυακό έργο The Living Matrix. Και πάλι γυρίζοντας πίσω στην Ρεφλεξολογία, ξέρουμε τώρα, ότι όταν εμείς, ως Ρεφλεξολόγοι αγγίζουμε τα πόδια ενός πελάτη, τα κύματα των μηχανικών μετασχηματισμών μεταφέρονται στο συνεχώς διασυνδεδεμένο ιστό των κυττάρων που βρίσκονται σε μηχανική επαφή με όλα τα άλλα κύτταρα του σώματος, ακόμη και στους πυρήνες των κυττάρων.

Να Συντονιστούμε

Ο βιολογικός ιστός όντας ένα ρυθμικό μοτίβο των κυμάτων

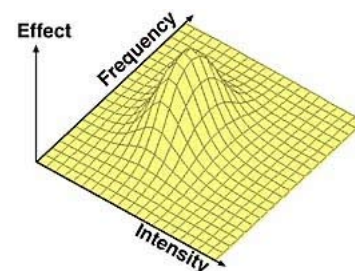
ενέργειας λειτουργεί ταυτόχρονα ως πομπός και ως δέκτης αυτών των ίδιων πηγών ενέργειας. Αλλά για να επικοινωνεί με κάποιον άλλο θα πρέπει να υπάρχει συντονισμός, που σημαίνει τον συντονισμό της συχνότητας και της ισχύος. Έχει αποδειχθεί ότι ο βιολογικός ιστός αντιδρά ακόμη και σε μικροσκοπικά μαγνητικά πεδία, αλλά μόνο αν το ερέθισμα εμπίπτει σε ένα σαφώς καθορισμένο "παράθυρο" της συχνότητας και της έντασης. Ποιος ακριβώς ο συνδυασμός της συχνότητας και της έντασης είναι σωστός, θα ποικίλει από καιρό σε καιρό και από πρόσωπο με πρόσωπο. Η αρχή αυτή μπορεί να εφαρμοστεί άμεσα στην Ρεφλεξολογία. Κατά συνέπεια, η προετοιμασία μιας νέας συνεδρίας μπορεί να είναι το πιο σημαντικό τμήμα της θεραπείας. Αυτή είναι η στιγμή να επικεντρωθούμε ή "Να συντονιστούμε" σχετικά με τον πελάτη, προκειμένου να βρούμε το "παράθυρο" ή να "μας καλέσουν μέσα". Ότι το ενεργειακό πεδίο επηρεάζεται έντονα από τις σκέψεις και τη συγκέντρωση μας έχει επιστημονικά επικυρωθεί από πολλούς ερευνητές. Ένα παράδειγμα είναι η μελέτη της δύναμης του μαγνητικού πεδίου που προέρχεται από τα χέρια ενός εκπαιδευμένου επαγγελματία Θεραπευτικού Αγγίγματος, δείχνοντας κατά 1000 φορές αύξηση κατά την είσοδό του στην εστιασμένη κατάσταση της θεραπείας η οποία αποτελεί μέρος της μεθόδου.

Βρίσκουμε ότι το θεραπευτικό αποτέλεσμα είναι πολύ πιο ενισχυμένο όταν θα ενημερώσουμε τους πελάτες διδάσκοντας τους τρόπους να δούνε οι ίδιοι τους εαυτούς τους, ως

ενεργειακά όντα, και να τους συμπεριλάβουμε στην πρακτική εργασία, ζητώντας τους να εστιάσουν την προσοχή, καθώς και την πρόθεση τους στην πελάτη-θεραπευτή αλληλεπίδραση και να μπο-

ρέσουν να αισθανθούν τους τομείς της ενέργειας τους τόσο μέσα όσο και γύρω από το φυσικό σώμα. Παραδοσιακά, οι

Ρεφλεξολόγοι είναι εξαιρετικές χειροτέχνες, αλλά ίσως είναι καιρός να εξετάσουν την ένωση της τέχνης με νέες γνώσεις σχετικά με τους τομείς της ενέργειας.



Εξισορρόπηση της διαίσθησης και της γνώσης

Σύμφωνα με την εμπειρία μας, το καλύτερο θεραπευτικό αποτέλεσμα μπορεί να επιτευχθεί όταν εργάζεστε με μια υγιή ισορροπία μεταξύ της διαίσθησης και της γνώσης. Απαιτεί ανεπτυγμένες διαισθητικές ικανότητες για να επικεντρώσετε την προσοχή και την πρόθεση, να συντονιστείτε με τον πελάτη, αλλά εάν αυτό συνδυάζεται με ειδικές γνώσεις και θεραπεία ακριβείας, οι πιθανότητες είναι καλές ότι ο πελάτης θα ανταποκριθεί καλά στη θεραπεία. Για να εξισορροπηθεί η παραπάνω συζήτηση με κάποιο στόχο - κατευθυνόμενη ακριβείας θεραπεία, θα θέλαμε να σας δείξουμε πώς δουλεύουμε με το νευρικό σύστημα, και για να το κάνουμε πιο λεπτομερές θα επικεντρωθούμε στο ισχιακό νεύρο.

Α ν α κ ο ι ν ώ σ ε ι ς

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ 1η

Προς : όλα τα μέλη του Π.Ε.Σ.Ρ

Το ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ σας καλεί την Τετάρτη 3 Νοεμβρίου 2010, στα γραφεία του Σωματείου στη Σπαθάρη 2, Πολύγωνο, στις 15:00 στην Τακτική Γενική Συνέλευσή με θέμα :
«Εκλογές, απολογισμός – προϋπολογισμός του Π.Ε.Σ.Ρ.»

Θα χαρούμε να σας έχουμε κοντά μας για να συζητήσουμε μαζί τις εξελίξεις και τα προβλήματα του κλάδου μας.

Όσοι από εσάς επιθυμούν μπορούν να στείλουν τις δηλώσεις υποψηφιότητας μαζί με το βιογραφικό τους στο γραφείο του Π.Ε.Σ.Ρ. ταχυδρομικά, μέχρι τις 29 Οκτωβρίου, (Π.Ε.Σ.Ρ. Σπαθάρη 2, Πολύγωνο Τ.Κ. 114 76) ή με FAX στο : 210-6451532

Μετά τιμής
Το Δ.Σ. του Π.Ε.Σ.Ρ.

Υ.Γ. Σε περίπτωση μη απαρτίας οι αρχαιρεσίες θα ξεκινήσουν μια ώρα μετά την προγραμματισμένη έναρξη.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ 2η

Η υποδοχή των Νέων Μελών του Σωματείου μας πρόκειται να πραγματοποιηθεί στις 17/10/2010 στα γραφεία του Συλλόγου μας Σπαθάρη 2 , Πολύγωνο κ ώρα 6μ.μ.

Παρακαλούμε να είσαστε ακριβείς στην ώρα προσέλευσης, καθώς, θα ακολουθήσει, η Γ. Σ. του Σωματείου μας.

Καλούμε όλους τους συναδέλφους κ μέλη του Σωματείου μας ότι την ίδια ημέρα δηλαδή 17/10/2010 μετά την υποδοχή των Νέων μας Μελών κ περίπου ώρα 7μ.μ.θα ακολουθήσει η Γενική Συνέλευση του Σωματείου μας. Πιστεύουμε ότι η προσέλευση σας θα είναι μαζική καί εντυπωσιακή.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ 3η

Οι συνάδελφοι που επιθυμούν να στείλουν ομιλίες-παρουσιάσεις τους για την Ετήσια Ημερίδα μας που θα πραγματοποιηθεί τον Φεβρουάριο του 2011, παρακαλούμε όπως αποστείλουν το υλικό τους στο e-mail του Σωματείου μας ή στο fax του Σωματείου μας.

Με εκτίμηση,
Η επιτροπή περιοδικού

Σημεία Διάθεσης της Εναρμόνισης

KENTPO PEΦΛEΞOΛOΓIAC & EPEYNAΣ
Αμφιτρίτης 28, Τ.Κ.17562, Π.Φάληρο

ΣΥΝΘΕΣΙΣ
Δωρίδος 20 & Δοϊράνης, Τ.Κ. 12242, Αιγάλεω

ΔΙΟΔΟΣ
Νικ.Ουρανού 2, Τ.Κ. 11471, Λυκαβηττός

UNIVERSAL STUDIES OF HEALTH & BUSINESS
Ιτέας 14, Αργυρούπολη

NATURAL HEALTH SCIENCE
Κτίριο 1 Πανδρόσου 31, Τ.Κ. 17564, Π.Φάληρο

NATURAL HEALTH SCIENCE
Κτίριο 2 Λ.Αμφιθέας 78 & Ανδρομάχης 8, Τ.Κ.17564, Π.Φάληρο

ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΟΛΥΕΚΤΑΡΙΔΗΣ
Θήρας 14, Τ.Κ.16451, Αργυρούπολη

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ
ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Σωκράτους 24, Τ.Κ. 145 61, Κηφισιά

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ
ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Παράρτημα Αμφικτύωνος 12 & Πουλοπούλου
Τ.Κ. 118 51, Θησείο

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΦΑΙΔ.ΚΙΡΑΝΗΣ
Δημητρίου κ Καραολή 59 - Βύρωνας Φαρμακείο

ΤΕΡΕΖΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε. Κανιγγος 19
- Αθήνα Φαρμακείο

ΧΡΙΣΤΙΝΑΣ - ΕΥΓΕΝΙΑΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ & ΣΙΑ Ε.Ε.
Πρατίνου 32 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΚΑΜΑΡΑΔΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ
Κορυτσάς 30 - 34 - Βύρωνας Φαρμακείο

ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΑΚΗ - ΒΕΝΕΡΗ ΕΛΕΝΗ
Θεμιστοκλέους 29 - Γλυφάδα Φαρμακείο

ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΖΗΡΑ - ΜΩΥΣΙΔΗ
Δαμάρεως 81 - Παγκράτι Φαρμακείο

Μ.ΓΙΑΚΟΥΜΑΚΗ - ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΟΥ
Δαμάρεως 71 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΕΥΓΕΝΙΑ ΤΟΛΙΑ
Φρύνης 6 - Παγκράτι Φαρμακείο

Δ.ΚΑΛΔΗΣ & ΣΙΑ Ε.Ε.
Ευτυχίδου 48 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΦΑΝΗΣ ΒΟΥΓΙΑ
Χρεμωνίδου 53 - Παγκράτι Φαρμακείο

ΝΙΚΟΛΑ ΗΛ.ΑΡΒΑΝΙΤΙΔΗ
Φρυγίας 11 - Βύρωνας Φαρμακείο

ΧΡΥΣΟΥΛΑ ΛΑΖΑΡΗ
Αλκέτου 25 - Παγκράτι
Βιταμίνες - Συμπληρώματα διατροφής

ΒΥΖΑ-ΑΝΑΣΤΑΣΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΝΑ & ΣΙΑ
Καψάλη 3 - Κολωνάκι Φαρμακείο

ΚΡΗΤΙΚΟΥ Π.ΔΙΟΝΥΣΗ
Εθν.Αντίστασης 151 - Καισαριανή Φαρμακείο

ΜΑΡΙΑ Θ.ΤΣΕΝΤΣΕΡΗ
Εθν.Αντιστάσεως 88 - Καισαριανή Φαρμακείο

Σ.ΥΦΑΝΤΗ - Π.ΣΙΩΖΟΣ
Υμηττου 47 - 51 Παγκράτι Φαρμακείο

ΜΑΡΙΑ Ε.ΜΑΡΚΑΚΗ
Ανδρομάχης 34 - Π.Φάληρο Φαρμακείο

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΣΑΚΕΛΛΑΡΗΣ
Νίκης 3, Σύνταγμα Φαρμακείο

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΝΑΣΤΗΣ - ΑΠ.ΤΡΑΣΤΕΛΗΣ
Βουλής 23 & Μητροπόλεως 36, Σύνταγμα Φαρμακείο

ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΒΛΑΧΟΥ-ΑΥΔΙΚΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.
Ηφαίστου 1, Βάρη Φαρμακείο

ΑΠΟΣΤΟΛΑΤΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
Λ. Αγ. Βαρβάρας 20, Π. Φάληρο Φαρμακείο

ΗΛΙΑΣ ΠΑΠΑΠΟΣΤΟΛΟΥ:
ΚΕΝΤΡΟ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ Φ=1,618
Αθ.Διάκου 26, Ελληνικό

ΑΙΩΝ ΚΕΝΤΡΟ Αγ.Λαύρας 21, Α.Πατήσια

ΕΥΖΩΙΑ ΣΠΑΝΟΥ Μ.Βουλής 17 & Ερμού, Σύνταγμα

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER
& ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΑΘΗΝΩΝ
Μάρκου Μουσούρου 89 & Στίλπωνος 33, Αθήνα

ΓΟΥΣΑΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ
Αλκέτου 25 -27 Παγκράτι

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ 2010 - 2011

Ι. Ενότητα: ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ

- Απόδοση – Ανάλυση κειμένων του Ιπποκράτη
- Ανάλυση κειμένων του Ιπποκράτη & σύνδεση με την Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική

II. Ενότητα: ΒΑΣΙΚΟΣ ΚΟΡΜΟΣ

- Η Βασική Θεωρία της Αρχαίας Ελληνικής Ιατρικής
- Η Βασική Θεωρία της Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής
- Η Εσωτερική Παράδοση της Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής
- Ιατρικά
- Διάγνωση

III. Ενότητα: ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ

- Βελονισμός

IV. Ενότητα: ΔΙΑΤΡΟΦΗ

- Διατροφή

V. Ενότητα: BOTANA – ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ – ΙΑΜΑΤΑ

- Μύηση στην τέχνη της Βοτανοθεραπείας
 - Κινέζικη Βοτανοθεραπεία
 - Ελληνικά Βότανα
- Αρωματοθεραπεία
- Ενεργειακή Αρωματοθεραπεία
- Γνωρίζοντας τα Φυτά και τις Φυσικές Μεθόδους Καλλιέργειας τους
- Εκπαίδευση στη Συλλογή Βοτάνων

VI.Ενότητα: ΜΕΛΙΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

- Θεραπευτικές δράσεις των προϊόντων της Μέλισσας.
Μελισσοβελονισμός

VII.Ενότητα: ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ

- Διετής εκπαίδευση στην Ομοιοπαθητική

VIII.Ενότητα: ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΛΑΞΗΣ

- Shiatsu
- Ρεφλεξολογία
- Thai Massage, Thai Foot Massage, Hot Stones Massage και μαθήματα Κατασκευής Κεριών, Σαπουνιών και Φυσικών Προϊόντων Περιποίησης
- Rejuvance
- Thai Yoga massage
- Thai Oil massage
- Creative Healing
- Ayurvedic massage
- Tuina massage

ΙΧ.Ενότητα: ΤΟΚΕΤΟΣ

- Γονιμότητα – Τοκετός

Χ.Ενότητα: ΟΥΡΑΝΙΕΣ & ΓΗΙΝΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ

- Εκπαίδευση στην Αστρολογία
- Yi Jing
- Feng Shui

ΧΙ.Ενότητα: ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ

- Οι Ιπποκράτειες ιδιοσυγκρασίες μέσα από την Γραφή – Γραφολογία

XII.Ενότητα: ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

- Παλαιογραφία

XIII.Ενότητα: ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ

- Κύκλος σπουδών με τον καθηγητή Chong Qiangwei



ΑΚΑΔΗΜΙΑ

ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ

ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ

ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε: ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ, email: info@akadimia.gr

ΚΕΝΤΡΙΚΟ: Σωκράτους 24, Κηφισιά 145 61, Τηλ: 210 8010111 & 210 8010680, Fax: 210 8088382

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ: Αμφικτύονος 12 & Πουλσαρούλου, Θessοίο 11851. Τηλ: 210 3421088

www.akadimia.gr