

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

הטיפול הנטורופתי

האמונה שעומדת בבסיס הנטורופתיה היא שלגוף יש את היכולת הטבעית לרפא את עצמו, הנטורופתיה שואפת לעודד יכולת זו על ידי סיפוק התנאים האידיאליים הנחוצים לגוף על מנת לאפשר לו את כוח הריפוי העצמי.

לצערנו אורח החיים המערבי- תזונה לקויה, אוויר ומקורת מים מזוהמים, חשיפה לקרינה, שימוש בתרופות, עישון, צריכת אלכוהול, סטרס, חוסר פעילות גופנית ועוד, מחלישים את הגוף, לא מספקים לו את הדלק החיוני לו, גורמים למצב של חוסר ובכך מחלישים את כוח הריפוי הטבעי וגורמים להתפרצות מחלות.

הנטורופתיה שואפת לשקם את הגוף ולעודד ריפוי על ידי גירוי המנגנונים הפנימיים של הגוף באמצעות שימוש ברכיבים מהטבע. הטיפול הנטורופתי כולל:

גילוי הגורם - ישנה חשיבות רבה לגלות את הסיבה למחלה ולטפל בה, משמע- לפתור את הבעיה מהשורש.

לדוגמא- שני מטופלים הסובלים מסוכרת ברפואה הקונבנציונלית יקבלו את אותו הטיפול, לעומת זאת על פי הגישה השלטת ב**לימודי הנטורופתיה**, המטפל יחקור את הגורם לסוכרת- אצל אחד יכול להיות שהסוכרת פרצה עקב לחץ כרוני ואז הטיפול יתמקד באיזון והזנת מערכת העצבים ושימוש בטכניקות גוף נפש, אצל האחר ייתכן והסוכרת פרצה עקב תזונה לקויה ואז הטיפול יתמקד בשינוי אורח חיים תזונתי.

התאמת טיפול תזונתי מותאם אישית- המזון משמש לריפוי, חשוב לתת תזונה שתהייה מוכוונת לטיפול הספציפי, התזונה היא הנדבך העיקרי בטיפול הנטורופתיה.

התאמת תוספים- אצל אדם בריא ומאוזן לרוב כמעט ואין צורך לקחת תוספים, אך לרוב, האנשים שמגיעים לטיפול מצויים בחוסר כה גדול שטיפול רק על ידי תזונה לא מספיק ולכן יש צורך בתגבור זמני עד שנשיב את האדם למצב מאוזן ואז יוכל להסתמך בעיקר על התזונה. **טיפולים נוספים**- הטיפול הנטורופתי מטפל באדם ולכן לכל אדם מותאמת תכנית טיפול אישית בהתאם למצבו האישי, המטפל הנטורופתי יכול לבחור עבור כל מטופל את שיטות הטיפול הנוספות אותן רכש במהלך לימודי נטורופתיה כדוגמת- דמיון מודרך, פרחי באך, ארומתרפיה, צמחי מרפא, טכניקות מגע.

הנטורופתיה דורשת מהאדם לקחת חלק פעיל בשמירה על בריאותו, פעמים רבות הדבר דורש שינוי באורח החיים, הרגלי התזונה והגברת המודעות. על המטופל לצמצם עד להימנע מהרגליו הלקויים- כדוגמת צריכת סוכרים, קפאין, עישון, שתיית אלכוהול, תגובה למצבי לחץ.

ולאמץ לעצמו הרגלי חיים בריאים- פעילות גופנית, הרגלי תזונה נכונים, אופטימיות. לעיתים תהליכי הריפוי אורכים זמן דבר המצריך מהמטופל סבלנות והתמדה אך מטופל שישנה את אורח חייו ויתמיד בכך יזכה בדבר היקר מכל- בריאות.

רוצים ללמוד עוד על נפלאות רפואה משלימה? הצטרפו לבית הספר המוביל ל**לימודי רפואה משלימה** במכללה האקדמית **בוינגייט**- הופכים אהבה, לקריירה!