

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

סוגי הטיפולים בנטורופתיה

נטורופתיה היא סוג של רפואה משלימה הדוגלת בחיבור ההדוק בין הגוף לנפש. היא דוגלת בשונה מן הרפואה הקונבנציונלית כי לגוף האדם יש את הסגולות לרפא את עצמו. מצב של מחלה מקורו בחוסר איזון שנוצר בגוף, על כן, לפי ההנטורופתיה על המרפא לעזור לחולה לאתר את מקור חוסר האיזון בגוף ולהחזיר את האיזון. מטפלים בשיטת הנטורופתיה משתמשים באמצעי טיפול שונים הנוגעים הן בגוף והן בנפש, בין הטיפולים המקובלים מוצעים:

- 1) ארומתרפיה- טיפול נטורופתי המתבסס על תמציות ארומטיות של שמנים אתרים, אשר הינה שמנים המופקים מן הצומח. שמנים נוצרים בתהליך זיקוק מיוחד אשר ממצא אף תכונותיהם. לשמנים תכונות יעילות לטיפול ובין השמנים המוכרים ביותר הוא שמן אתרי לבנדר. הטיפול משמש למגוון פתולוגיות שונות כדוגמת כאבי גב, אקנה, פסוריאזיס, פטריות, כאבי שריר, שלב ועוד.
- 2) צמחי מרפא- על פי הרפואה הנטורפתית צמחי מרפא הינם תרופות לכל דבר אשר לא עברו עיבוד כימי במעבדה. ישנם מגוון רב של צמחי מרפא אשר משמשים לטיפול במגוון רב של מצבי חולי כדוגמת מיגרנות, אנמיה, לחץ דם גבוה או נמוך ועוד. הצמחים נלקחים כחלק ממשחה, בבליעה, חליטה ועוד. בין הצמחים המוכרים יותר נמצאים האלוורה, אניס, רוזמרין, שום, לענה, חילבה ועוד.
- 3) **רפלקסולוגיה**- טיפול זה נכלל כחלק מן הטיפולים בתחום הנטורופתיה הנוגע לטיפול תנועה ומגע. הרפלקסולוגיה הינו טיפול דרך עיסוי בכפות הרגליים. על פי מדע זה בכפות הרגליים משתקפת מראה לגוף כולו. כלומר בעזרת מגע באיזור מסוים בכף הרגל יש אפשרות להביא לריפוי או מניעת חולי באותו איזור בגוף. הטיפול יכול להיות כנגד הרגעת מתחים, שיפור זרימת הדם, בעיות במערכת העצבים, קשיי נשימה, כאבי גב ועוד.
- 4) דמיון מודרך ומדיטציה- שיטת טיפול זו מתמקדת באופן ישיר בחלק היותר נפשי של מערכת גוף נפש. הטיפול פועל בדרך של הרפיה כוללת של השרירים והגעה לניהול ושליטה במחשבות. בדרך זו אדם יכול ליצור לעצמו את מצב הרוח, הבריאות הנפשית ובכך הפיזית. לדוגמא כתוצאה ממתח נפשי אנשים רבים מכווצים איברים בגוף אשר גורמים לכאבים באופן קבוע, שיטה זו מאפשרת לשחרר את השרירים המקובעים ולהיגע לתחושת הקלה ונוחות. לסיכום, לפניכם הוצאו מספר מוצמם של שיטות טיפול לפי הנטורופתיה. כל אופן טיפול הוא עולם בפני עצמו המכיל מרכיבים רבים. על כל במידה והינכם פונים לטיפול עליכם לוודא כי המטפל הוא נטורופיסט מוסמת המתמכה בשיטת הטיפול אותה הוא מבצע. את הידע הנדרש לטיפולים אלה ניתן לרכוז כחלק מלימודי נטורופתיה באחד מהמוסדות האקדמיים כגון בית הספר לרפואה משלימה במכללה האקדמית **בוינגייט**.

לפרטים והרשמה לקורסים שלנו

<http://elevate.co.il/clients/kanibal/wingate-mediwin/?v=1&ref=outbrain>