

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

### **תסמונת העייפות הכרונית והטיפול ברפואה הנטורופתית**

תסמונת הכאב הכרונית מאופיינת כשמה בעייפות מממושכת שאינה חולפת בעקבות מנוחה. התסמונת הוגדרה בשנת 1988 והקריטריונים לאבחונה עודכנו שוב בשנת 1994. החולים לרוב מאופיינים בעייפות שאינה מאפשרת להם לבצע תפקודי יום יום, לדו' הכנת אוכל, התלבשות, רחצה וכו'. ההתסמונת מערבת מס' רב של מערכות בגוף. החולים מתאפיינים בשינה לאורך שעות רבות של היממה אך, השינה אינה משנה את תחושת העייפות. המחלה לרוב נמשכת כמס' חודשים עד מס' שנים. כלומר אין משך זמן קבוע או ניתן לצפייה לתקופת המחלה

כיום, לא ידוע על הגורמים הישירים להתפרצות התסמונת. ישנם גורמים אפשריים כגון: גורם נגיפי הקודם למחלה כגון זה הגורם למחלת הנשיקה, בעיות בלוטת התריס, בעיות בתפקוד הכבד, מצבי לחץ נפשי ופיזי, כשלים וליקויים במערכת החיסון וההגנה של הגוף ועוד. וכן ישנם מצבים בריאותיים העלולים להביא לזרז לידי התפרצות התסמונת כמו: סוכרת, מחלות לב, מחלות ריאה, קנדידה, אנמיה, היפוגלקמיה ועוד אפשרויות. כיום, אין לרפואה הקונבנציונלית מענה לתסמונת העייפות הכרונית, לרוב, הטיפול הוא בסימפטום ולא בגורם. ועל כן, ניתנות תרופות לטיפול בסימפטומים כגון כאב, עייפות, דיכאון. בעקבות כך חולים רבים בתסמונת מוצאים את עצמם פונים לרפואה המשלימה ובתוכה לתחום הנטורופתיה. אז מה הוא למעשה הטיפול בסתמונת?

נטורופתיה מתבססת על האמונה כי האדם הוא מכלול שלם. מכלול שלם הפועל על ידי איזון כלל המערכות. במידה וישנו חוסר איזון, נוצר מצב של חולי בגוף, על כן כדי לרפא מחלה או כל חסר בריאותי יש לאתר את המקום בו הופר האיזון בגוף ולפעול על מנת לתקנו. הנטורופתיה מתרכזת בחיפוש אחר שורשי הבעיה, כלומר המקורות לאותם סימפטומים אשר מופיעים כלפי חוץ. עוד, על פי הנטורופתיה, לגוף יש יכולת לאזן את עצמו בחזרה, כלומר לרפא את עצמו. על פי הנטורופתיה לתסמונת העייפות הכרונית יכולים להיות מס' גורמים בלעדיים או שילוב של כמה ביחד. בין הגורמים ניתן למצוא תזונה קלוקלת ולא מאוזנת המשפיעה על חוסר איזון בגוף ובכך גם על קשיים במערכת העיכול. עוד אפשרות היא תשישות נפש כתוצאה מלחץ נפשי מתמשך, טראומה נפשית או פיזית ועוד גורמים נוספים שיכולים להיות מאותרים בטיפול עצמו. הטיפול עצמו הלכה למעשה מותאם לידי כל מטופל על ידי מטפל הנטורופתיה. הטיפול לרוב משלב התערבות בתחום הנפש והן בתחום הפיזי, כך שיש בחינה וטיפול של הגוף כמכלול. יש לודא כי המטפל מוסמך בתחום ובעל הכשרה אקדמאית בתחום לימודי הנטורופתיה המוצעים בשלל המוסדות אקדמאים. כדוגמת בית הספר לרפואה משלימה במכללה האקדמית בויגייט.