

"Lekarz przyszłości nie będzie przepisywał leków, ale zabiegał o to aby jego pacjenci dbali o swoje ciało,

właściwie się odżywiali i wiedzieli, co wywołuje choroby"

Thomas Edison

Rodzaje oferowanych masaży:

A. Masaż klasyczny - leczniczy z elementami refleksologii

Co to jest masaż?

Masażem nazywamy oddziaływanie bodźcami mechanicznymi na tkanki organizmu, przy biernym zachowaniu masowanego. Masażem leczniczym, nazwiemy taki sposób wykonywania masażu, który przyczyni się do poprawy psychofizycznej sprawności chorego. Znajduje on zastosowanie w profilaktyce, leczeniu i rehabilitacji chorób z zakresu ortopedii, neurologii, ginekologii, pediatrii i chorób wewnętrznych. Masaż jest jedną z metod [fizjoterapii](#) .

Klasyczny masaż leczniczy polega na odpowiednim ułożeniu chorego i stosowaniu klasycznych technik masażu (głaskania, rozcierania, ugniatania, oklepywania, wstrząsania i wibracji). To zespół różnego rodzaju zabiegów manualnych, które w sposób mechaniczny, poprzez powierzchnię masowanego ciała, działają na skórę, tkankę podskórną, mięśnie, stawy,

a także pośrednio na układ krążenia, nerwowy oraz nawet na narządy wewnętrzne.

Coraz częściej polecany pacjentom przez lekarzy przy problemach zdrowotnych i rekonwalescencji, jako uzupełnienie leczenia farmakologicznego i rehabilitacji. Masaż klasyczny-leczniczy ma na celu poprawę stanu zdrowia, gdyż wywołuje niezastąpione, naturalne właściwości lecznicze.

Co to jest refleksologia?

Refleksologia/refleksoterapia stóp jest to metoda leczniczego masażu stóp, w której stymulowane są określone punkty i strefy odruchowe na stopach, odpowiadające poszczególnym narządom i układom ludzkiego ciała.

Refle

ksologia

to nauka o punktach refleksorycznych (odruchowych) na stopach, a

refleksoterapia

to wykorzystanie tej wiedzy w praktyce, czyli podczas zabiegu masażu stóp. Niemniej te dwa terminy stosuje się zamiennie.

Refleksologia jest jednocześnie sztuką i nauką. To subtelna sztuka, fascynująca nauka i niezwykle skuteczna forma terapii i relaksacji - jedna z podstawowych metod medycyny alternatywnej i komplementarnej. To nauka, ponieważ u jej podstaw leżą badania naukowe; to sztuka, ponieważ skuteczność jej zabiegów zależy w głównej mierze od umiejętności wykorzystania przez terapeutę posiadanej wiedzy i doświadczenia.

Refleksologia jest

terapią holistyczną

. Termin "holistyczny" pochodzi z języka greckiego od słowa "holos", które oznacza "całość". Refleksologia więc stanowi holistyczną metodę leczenia i jako taka wymaga traktowania człowieka jako niepodzielnej całości, obejmującej ciało, umysł i ducha. Refleksolog nie wyodrębnia choroby i nie leczy jej objawowo. Nie skupia się też na stwarzającym problem narządzie czy układzie, ale rozważa zaistniałą dolegliwość w kontekście całego organizmu. Terapia uciskowa punktów refleksorycznych stóp powoduje reakcje fizjologiczne, które stymulują potencjał samouzdrawiania organizmu. Celem refleksoterapeuty jest takie oddziaływanie na pacjenta, dzięki któremu odzyska on fizjologiczny stan równowagi, a co za tym idzie i zdrowie. To nie refleksolog leczy -

organizm leczy się sam

. Terapeuta tylko pomaga mu naturalnie i prawidłowo funkcjonować - eliminować toksyny i odblokowywać meridiany. Wszelkie procesy lecznicze są dziełem samego organizmu, my je tylko uaktywniamy i stymulujemy do działania. Refleksoterapia w ten sposób korzystnie oddziałuje na wszystkich trzech poziomach: fizycznym, psychicznym i duchowym.

B. Masaż energetyczny Reiki

- bezpośredni (dotykowy)

- na odległość (mentalny)

[Strona o masażu \(zabiegu\) Reiki:](#)

<http://alfabeta.terramail.pl/reiki/rkzabieg.htm>

C. Co to jest masaż SHIATSU :

Masaż shiatsu

Shiatsu naciskać kciukami jest japońską odmianą masażu ciała, wykonywanego w celu leczenia i powrotu do zdrowia dzięki wpływowi i poprawie stanu ki w organizmie.. Jest to nowa nazwa najstarszej formy leczenia uzdrawiania rękoma. Polega na stosowaniu ucisku dłoni i technik manipulacyjnych w celu wyregulowania fizycznej struktury organizmu i jego naturalnych wewnętrznych energii, by usunąć stany chorobowe i zachować zdrowie. Shiatsu utrzymuje ciało, duszę i intelekt w harmonijnej równowadze, pobudza samouzdrawiające siły naszego organizmu i dba o głębokie odprężenie. Stosowany profilaktycznie przyczynia się do zachowania zdrowia i dobrego samopoczucia, ale jednocześnie można go stosować w celu złagodzenia ostrych dolegliwości.

Shiatsu bazuje na naszej wrodzonej reakcji na dotyk, naszej intuicji i naszej zdolności do ćwiczenia umysłu, by radził sobie z przeciwnościami w dążeniu do osiągnięcia najlepszego stanu zdrowia i dobrego samopoczucia.

Siatsu posługuje się kilkoma technikami, przy czym pobieżny obserwator może odnieść wrażenie, że nic właściwie się nie dzieje zaledwie spokojne, łagodne uciskanie kciukami czy dłońmi różnych punktów na ciele. Wygląda to niemal na leniwe wykonywanie pewnych czynności, i w rzeczy samej, pod względem zachowania energii, tym właśnie jest. Ale pod tymi nieskomplikowanymi czynnościami, wewnątrz organizmu dzieje się wiele w subtelnej sferze energii życiowej.

Podczas gdy w akupresurze chodzi o to, by znaleźć i stymulować określone punkty lecznicze, shiatsu zakłada przede wszystkim masaż całości kanałów energetycznych meridianów. Brak energii w określonym meridianie jest zgodnie z poglądami shiatsu automatycznie związany z jej nadmiarem w innym. Tego rodzaju dysharmonię uważa się już za pierwsze objawy choroby, które trzeba usunąć i zrównoważyć. Shiatsu jest więc w mniejszym stopniu nastawiona na celowe leczenie konkretnych dolegliwości, lecz raczej na zachowanie zdrowia i dobrego samopoczucia w ogólności co nie znaczy jednak, że japoński masaż leczniczy nie może pozytywnie wpłynąć na już istniejące zaburzenia zdrowotne.

Lecznicza moc dotyku znana jest ludziom od zamierzchłych czasów. Egipcjanie, Arabowie, Inkowie, Aztekowie, Rzymianie i Grecy, Hindusi, Chińczycy: we wszystkich kulturach znane było lecznicze działanie nakładania rąk i masażu. Ale w Państwie Środka leczenia uciskiem palców rozwinęło się jak nigdzie indziej, ponieważ bardzo wcześnie odkryto tam, że nacisk na określony punkt ciała może mieć działanie sięgające znacznie dalej i nie tylko łagodzić miejscowe dolegliwości, lecz także wpływać uzdrawiająco na narządy wewnętrzne. Trzeba było czekać aż do lat sześćdziesiątych, aby shiatsu zostało ostatecznie uznane w Japonii za metodę terapeutyczną. Niecałe dziesięć lat później japoński masaż leczniczy dotarł do Europy i Stanów Zjednoczonych i na fali rosnącego zainteresowania dalekowschodnimi metodami leczniczymi stopniowo podbił też zachodni krąg kulturowy.

Podstawowe cele shiatsu:

- harmonizacja przepływu energii w ciele,
- wzmocnienie witalności poprawa fizycznego samopoczucia,
- poprawienie koncentracji i sprawności intelektualnej,
- ogólne profilaktyczne działanie prozdrowotne,
- usunięcie blokad i nagromadzonych emocji na wszystkich płaszczyznach,
- pobudzenie samouzdrawiających sił organizmu,
- uwrażliwienie na sygnały płynące z własnego ciała,
- uwrażliwienie na świadome przeżywanie własnego życia wewnętrznego.

Shiatsu jest bardzo bezpiecznym masażem. Bywa niezwykle skuteczny w przypadku przewlekłych dolegliwości, a także w wielu drobniejszych ostrych schorzeniach i chorobach.

Szczególnie ostrożnie należy go stosować załedwie w trzech przypadkach ciąży, przy podwyższonym ciśnieniu tętniczym i u chorych

D. Co to jest litoterapia:

To najkrócej mówiąc wykorzystanie energii zawartej w skałach i kryształach do poprawienia naszego stanu zdrowia i samopoczucia. Nagrzane i położone na ciało kamienie bazaltowe, skały pochodzenia wulkanicznego, powoli oddają nam swoje cudowne ciepło wraz z energią nagromadzoną w nich przez wiele milionów lat. Ważne jest też miejsce, z którego pochodzą, np. z tzw. punktów energetycznych Ziemi. O działaniu innych minerałów i kryształów oraz szerzej o litoterapii i czakramach Ziemi przeczytacie Państwo w poniższych artykułach:

<http://zdrowy.tarnow.pl/zdrowie-zastygłe-w-kamieniu-krzysztof-ziewacz/>

<http://www.poradnia.pl/zabiegi-i-terapie/terapie/1519-litoterapia-czyli-leczenie-kamieniami>

<http://www.bankier.pl/lifestyle/wiadomosc/miejsca-mocy-czyli-czakramy-ziemi-1891344.html>

E. Świecowanie uszu metodą Indian Hopi:

Metoda tzw. świecowania uszu wywodzi się z tradycyjnej medycyny ludowej Dalekiego Wschodu oraz Indian Ameryki Północnej. W czasach nowożytnych Indianie Amerykańscy: Hopi i Cherokee oraz Indianie z Meksyku wciąż używają świecowania jako środka leczniczego. Poprzez Indian Hopi - ludzi których charakteryzowała rozległa wiedza dotycząca różnych metod leczniczych oraz wielki rozwój duchowy - wiedza dotycząca świecowania dotarła do Europy. Aktualnie przeżywa swój renesans i jest coraz częściej stosowana przez wysokiej klasy bioenergoterapeutów, zielarzy oraz uzdrowicieli jak również w warunkach domowych, dzięki szczegółowo opracowanym sposobom stosowania.

Mechanizm zabiegu świecowania uszu

Podczas spalania się świecy wytwarzane jest podciśnienie w kanale usznym na skutek tzw. efektu komina. Prowadzi to do dostrzegalnej regulacji ciśnienia zatok. Ciśnienie krążące w kanale świecy dostarcza stężoną parę wzbogaconą ziołowymi olejkami eterycznymi do wnętrza ucha. W wyniku tego następuje leczenie podrażnionych stref oraz usuwanie z ucha zanieczyszczeń i osadów na skutek działania prądu podciśnienia. Podczas procesu spalania nagrzewająca się obudowa ze srebrnej blaszki przenosi łagodny uspokajający prąd ciepła i olejków ziołowych do wnętrza ucha. Lokalnie dostarczone ciepło powoduje stymulację obwodowego ciśnienia krwi, które wzmacnia immunologiczny system obronny danego miejsca oraz zwiększa częstość krążenia limfatycznego. Ciepło stymuluje punkty energetyczne ucha i

powoduje prawidłowy obieg energii. Ponad 90 % osób odczuwa w tym czasie obniżenie ciśnienia, lekkość odczuwaną w okolicach uszu i w głowie jako główny efekt świecowania. Stwierdzono, że ucho ludzkie zawiera około 130 głównych punktów akupunktury, połączonych z każdą częścią ciała. Wibracje, które otrzymujemy ze świata zewnętrznego poprzez ucho przenikają do naszego mózgu i stymulują pracę całego organizmu.

Wskazania do zabiegu świecowania uszu

- delikatne oczyszczanie uszu z nadmiaru woskowiny
- podrażnienie uszu lub zatok
- zaburzenia ostrości słuchu, niedosłuch
- błędnikowe zaburzenia równowagi;
- efekt uśmierzający w przypadkach drażliwości lub stresów
- szумы w uszach, tzw. "dzwonienie" w uszach
- energetyczne ożywienie w przypadkach osłabienia słyszalności
- regulacja ciśnienia przy bólach głowy, migrenach
- zapalenie zatok (nosowych, czołowych, szczękowych)
- nieżyty nosa (również alergiczny nieżyt nosa)
- zakłócenia krążenia w uchu
- samoistne bóle głowy (bóle naczyniowo-ruchowe i migrenowe)
- migreny szyjne
- nadmierna pobudliwość nerwowa
- nerwice narządowe tzw. "wegetatywne" (żołądka, jelita grubego, serca)
- lokalna aktywacja limfy i procesów metabolicznych
- stymulacja energii - cyrkulacji prądów energetycznych
- regulacja i usprawnienie krążenia energii życiowej
- rozładowanie stresu i wzmożonego napięcia mięśniowego
- problemy z czystością widzenia i postrzegania kolorów, zmysłem smaku oraz powonienia
- kłopoty z zasypianiem [Moda](#)