

ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑ

Ο όρος "**Ρεφλεξολογία**" προέρχεται από την αγγλική λέξη "Reflex" που σημαίνει αντανακλαστικά. Είναι δηλαδή η επιστήμη που ασχολείται με τα αντανακλαστικά σημεία που βρίσκονται σε συγκεκριμένες περιοχές των άκρων και σχετίζονται με ορισμένα μέρη του σώματος, όργανα, αδένες. Οι συγκεκριμένες αυτές περιοχές βρίσκονται στα πόδια (πέλματα και άνω μέρος ποδιού), στα χέρια (παλάμες και άνω μέρος) και στα αυτιά.

Μέσω λοιπόν αυτών των "αντανακλαστικών περιοχών" η θεραπευτική αγωγή μπορεί να επεκταθεί σε όλο το σώμα. Αυτή η θεραπευτική αγωγή συνίσταται σε συγκεκριμένα αντανακλαστικά σημεία που ασκούμε πίεση με τον αντίχειρά μας ή με κάποια εργαλεία και φυσικά ποικίλλει η πίεση και αυτό εξαρτάται από το σημείο που θέλουμε να διεγείρουμε, από τον συγκεκριμένο άνθρωπο που εφαρμόζουμε αυτή την θεραπεία, από το είδος της ασθένειας κ.λπ. Εξαρτάται φυσικά και από την εμπειρία του θεραπευτή ρεφλεξολόγου ώστε να είναι σε θέση να καταλάβει ποια όργανα του σώματος λειτουργούν και ποια όχι. Οι περιοχές όπου η προξενούμενη αίσθηση δυσφορίας είναι μεγαλύτερη υποδεικνύουν πως το μέρος του σώματος που τους αντιστοιχεί είναι περισσότερο εκτός ισορροπίας από εκεί όπου η δυσφορία είναι μικρότερη ή ανύπαρκτη.

Η ρεφλεξολογία είναι και διαγνωστική τεχνική, κάτι που σημαίνει ότι μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ανακάλυψη ανισορροπιών στο σώμα. Τότε ο ρεφλεξολόγος μπορεί να ασχοληθεί με αυτές τις ανισορροπίες προκειμένου να θεραπεύσει ένα ευρύ φάσμα διαταραχών.

Η ρεφλεξολογία μπορεί επίσης να χρησιμεύσει προληπτικά για την διατήρηση του σώματος σε καλή φυσική κατάσταση. Όπως όλες οι εναλλακτικές θεραπείες παράδειγμα η Ομοιοπαθητική, έτσι και η ρεφλεξολογία παρέχει στους ασθενείς αρκετό χρόνο για να μιλήσουν και να αναλύσουν γύρω από τον εαυτό τους πολλά

θέματα με τον θεραπευτή ούτως ώστε να γίνεται καλύτερη κατανόηση του ασθενούς και των προβλημάτων του.

Ο ρεφλεξολόγος πρέπει να αντιμετωπίζει κάθε ασθενή σαν μία ξεχωριστή μεμονωμένη περίπτωση χωρίς να την γενικεύει. Πρέπει με ήθος και ευγένεια, με υπομονή και κατανόηση με ανθρωπιά και εχεμύθεια να αντιμετωπίζει τον ασθενή του. Πρέπει να έχει έκδηλο και αληθινό ενδιαφέρον για να "κερδίσει" από την αρχή την εμπιστοσύνη του ασθενή, πράγμα που θα βοηθήσει καταλυτικά στην πρόοδο της θεραπείας.

Θα αναφερθούμε ελάχιστα στην ιστορική αναδρομή της ρεφλεξολογίας. Οι Κινέζοι τουλάχιστον πριν 5.000 χρόνια είχαν αρχίσει και εφάρμοζαν ποικίλες θεραπείες με άσκηση πίεσης. Είναι πιθανόν πως εκείνες οι μέθοδοι παρουσίαζαν αρκετές ομοιότητες με την μοντέρνα ρεφλεξολογία.

Τεκμήρια έχουν βρεθεί σε πολλά μέρη και σε διάφορες εποχές. Παράδειγμα 2330 Π.Χ. στην Ανκαμαχόρ στην Σαχάρα βρέθηκε πάπυρος σε τάφο γιατρών.

Το 2000 περίπου Π.Χ. ο αυτοκράτορας της Κίνας Χουάνκτι γράφει σε βιβλίο του για την ρεφλεξολογία.

Σε Αίγυπτο, Αραβία, Ινδία το 3000 Π.Χ. ντοκουμέντα από τάφους, τοιχογραφίες με συγκεκριμένο τρόπο μάλαξης στα πέλματα. Μεταγενέστερα πολλά περισσότερα ντοκουμέντα, έρευνες, συγγράμματα, βιβλία όπως 1582, έκδοση στην Ευρώπη για την ζωνοθεραπεία των Dr. Adamus και A'tatis.

1690, οι Ινδιάνοι Τσερόκοι χρησιμοποιούν μία μορφή ρεφλεξολογίας.

1834 αδελφοί Κίρλιαν, ανακάλυψη ειδικών φωτογραφιών που δείχνουν τα ηλεκτρομαγνητικά πεδία του σώματος.

1913, Dr. William Fitzgerald με την μέθοδό του, "θεραπεία ζωνών"

1917, στις ΗΠΑ εκδίδεται βιβλίο σχετικό με την ζωνοθεραπεία του ανθρώπινου σώματος από τους γιατρούς William Fitzgerald και Edwin Bowers. Επανεκδίδεται επίσης από τον Dr. Joseph Riley απλουστευμένο, εκλαϊκευμένο.

1938, εκδίδεται στις ΗΠΑ της Eunice Ingham «Ιστορίες που μπορεί να σας διηγηθεί το Πόδι», καθώς επίσης επινόησε την "Μέθοδο του Συμπιεστικού Μασάζ Ingham".

1960, η ρεφλεξολογία εισάγεται στην Μεγάλη Βρετανία από την μαθήτριά της Eunice Ingham την Doreen Bavlly, η οποία ίδρυσε και σχολή ρεφλεξολογίας.

1975, εκδίδεται στην Γερμανία το βιβλίο της Flanne Marquardt "Ρεφλεξολογία. η Ζωνοθεραπεία του Ποδιού".

1978, εκδίδεται στην Μεγάλη Βρετανία "Η Ρεφλεξολογία Σήμερα", της Doreen Bavlly.

1980, το 73% βάση στατιστικών μελετών των ατόμων που ακολούθησαν αγωγή ρεφλεξολογίας απέφερε θετικά αποτελέσματα. Αυτή ήταν μία πολύ σύντομη και ελλιπής αναφορά ιστορική στην ρεφλεξολογία.

Τώρα όμως, να πάρουμε από την αρχή το τι είναι ρεφλεξολογία, που στηρίζεται, πως αποφέρει αποτελέσματα και γενικά στοιχεία που σχετίζονται με αυτήν. Επίσης θα αναφερθούν στο τέλος και αρκετά περιστατικά ασθενών που αντιμετωπίστηκαν ρεφλεξολογικά. Με παράθεση των ιστορικών τους, του τρόπου θεραπείας, της προόδου θεραπείας και των τελικών αποτελεσμάτων.

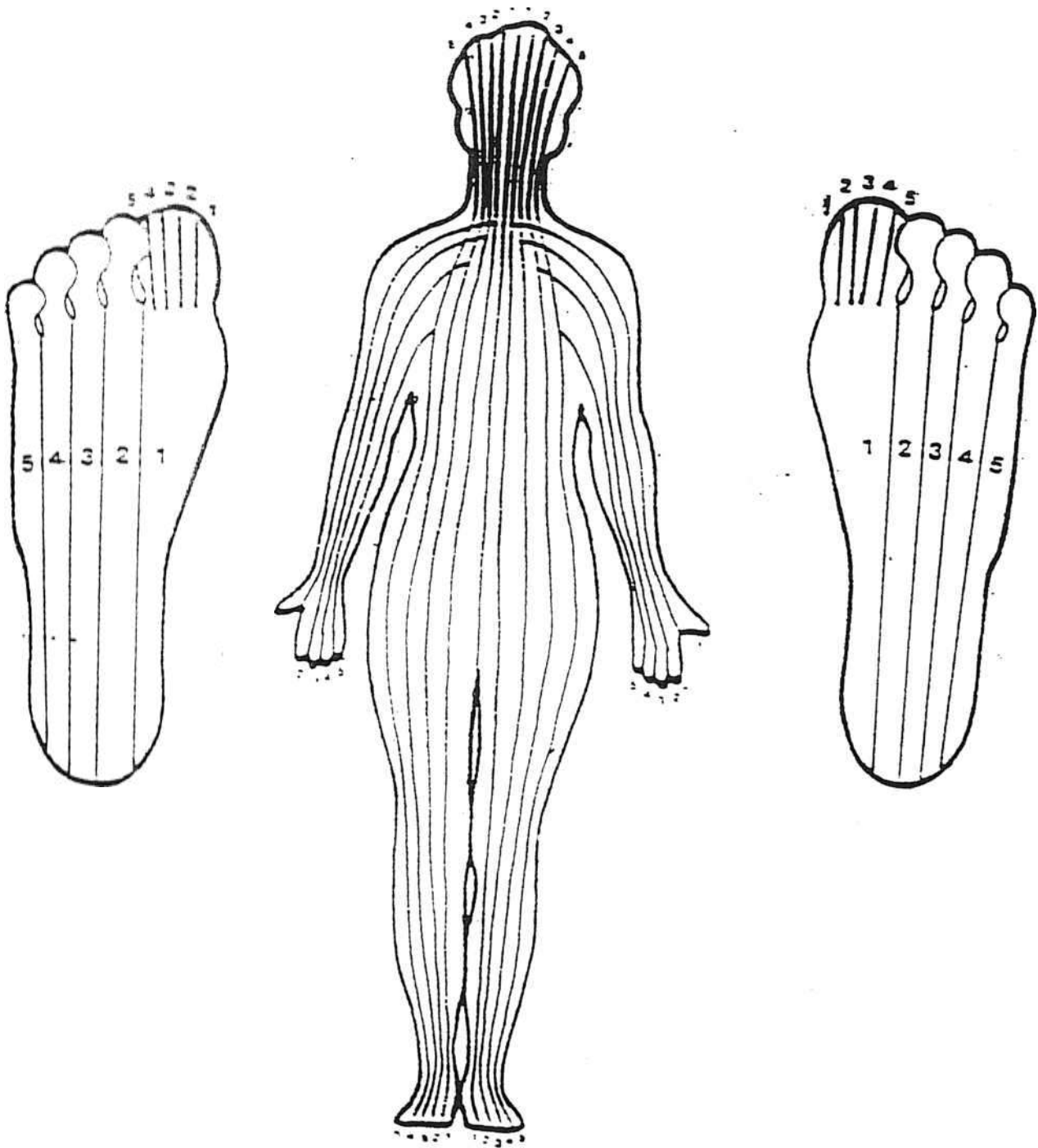
Είναι αποδεδειγμένο ότι το ανθρώπινο σώμα "χωρίζεται" σε κάθετες και οριζόντιες ζώνες. Αυτές είναι: Με αφετηρία την σπονδυλική στήλη έχουμε πέντε ζώνες κάθετες δεξιά και πέντε αριστερά. Επίσης, από το άνω μέρος του κεφαλιού έως την λεκάνη τέσσερις οριζόντιες που θα αναφέρουμε πως ορίζονται. Δηλαδή μπορούμε να πούμε ότι το ανθρώπινο σώμα η ρεφλεξολογία το έχει "χωρίσει" ως μου επιτραπεί η

έκφραση, σε ας πούμε τομείς κάθετους και οριζόντιους και βάσει αυτών λειτουργούμε "σκοπευτικά" με συντεταγμένες. Οι θεραπείες όπως προαναφέραμε γίνονται και σε αυτιά και σε πόδια και σε χέρια. Προτιμούμε όμως τα πόδια για θεραπεία για τους παρακάτω λόγους:

1. Είναι το πιο εύκολο σημείο του σώματος για εφαρμογή.
2. Είναι ο μοναδικός πόλος ενέργειας του ανθρώπου, ο οποίος έρχεται σε επαφή με την ενέργεια της γης.
3. Είναι δέκτες - δίοδοι ενέργειας.
4. Λόγω του βάρους πίεσης και της τριβής είναι ευνοϊκές οι συνθήκες συσσώρευσης τοξικών κρυσταλλικών αποθεμάτων.
5. Είναι εύκολο να καταλάβουμε από τους παραστατικούς χάρτες την ανατομική μας παρουσίαση στα πέλματα.
6. Τα αντανακλαστικά μας σημεία είναι πιο ευαίσθητα, στο πέλμα λόγω του ότι περιβάλλονται από παπούτσια και κάλτσες γίνονται ευαίσθητα στην αφή, ενώ τα χέρια τα χρησιμοποιούμε πολύ πιο εύκολα και διασπώνται τα κρυσταλλικά αποθέματα.
7. Φαίνονται εύκολα οι ευαισθησίες και η σκλήρυνση των ιστών.
8. Επειδή τα πέλματα είναι συνέχεια σφιγμένα και πιεσμένα χωρίς να έχουν κινητικότητα και σωστή κυκλοφορία.
9. Γιατί ο Χριστός έπλυνε τα πόδια των μαθητών του για να καθαρίσει, να εξαγνίσει, να ευλογήσει μέσω των πελμάτων την νέα ζωή.

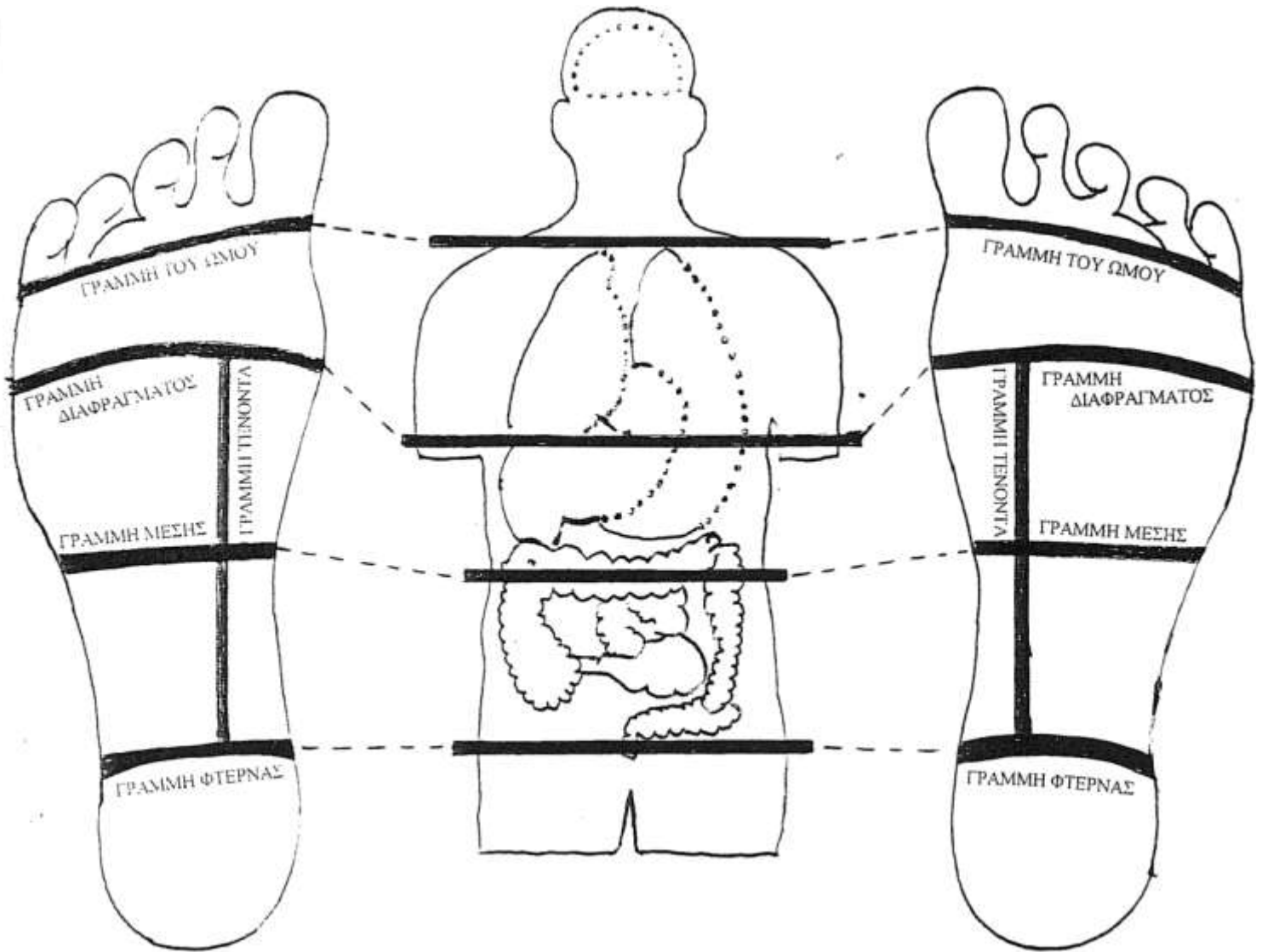
Ορισμός Εγκάρσιων και Κάθετων Ζωνών Σώματος

Όπως προαναφέραμε υπάρχουν δέκα κάθετες ζώνες, πέντε δεξιά και πέντε αριστερά, καθώς επίσης και τέσσερις οριζόντιες. Αυτές ορίζονται παραστατικά από τις παρακάτω διαγραμμισμένες τομές του σώματος και των πελμάτων.



Εγκάρσιες Ζώνες

:



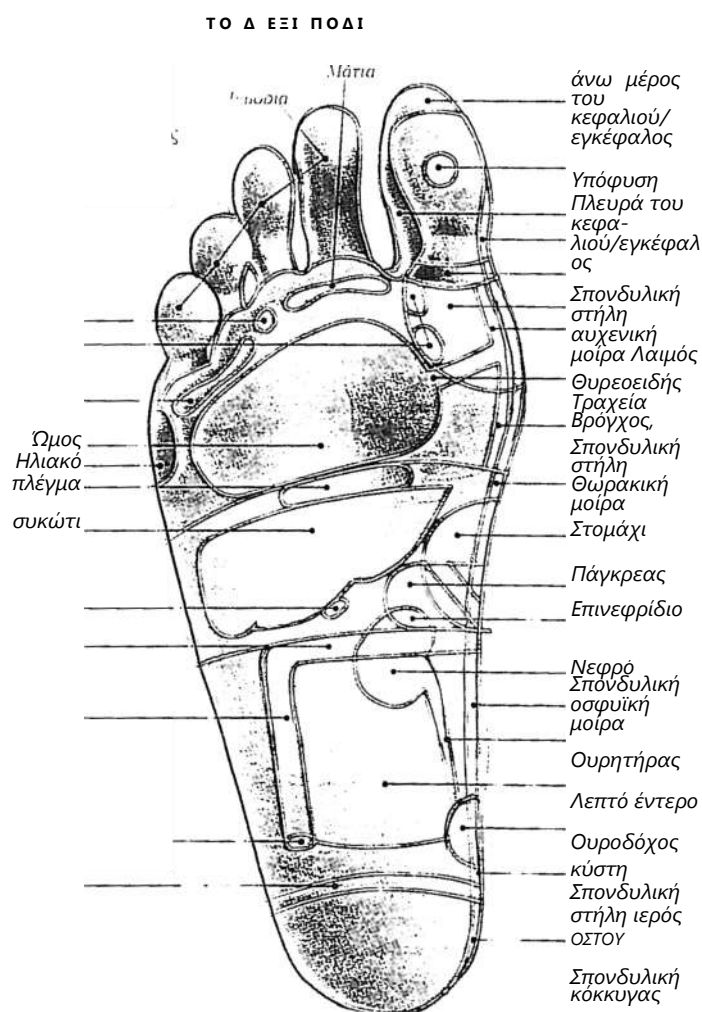
Βάση λοιπόν των ανωτέρω ο ρεφλεξολόγος θεραπευτής αφού εντοπίσει με την μέθοδο ανίχνευσης των πελμάτων τα παθογόνα σημεία καταλαβαίνει αυτομάτως λόγω θέσης του σημείου με τι ανισορροπία έχει να κάνει και με ποιο ή ποια όργανα έχει δημιουργηθεί πρόβλημα, μπλοκάρισμα ή που έχουν συσσωρευτεί κρυσταλλικά τοξικά ιζήματα που πρέπει με κατάλληλους χειρισμούς να διασπάσει.

Βάση των παραστατικών χαρτών των πελμάτων με απόλυτη ακρίβεια "στοχεύει" το σημείο, το όργανο, τον αδένα, την άρθρωση που έχει πρόβλημα. Ο οργανισμός του ανθρώπου έχει δέκα συστήματα, τα οποία είναι:

1. Κυκλοφορικό σύστημα.
2. Λεμφικό σύστημα.
3. Νευρικό σύστημα.
4. Μυϊκό σύστημα.
5. Εριστικό ή σκελετικό σύστημα.
6. Ενδοκρινικό σύστημα.
7. Αναπνευστικό σύστημα.
8. Ουροποιητικό σύστημα.
9. Γεννητικό σύστημα.
10. Πεπτικό σύστημα.

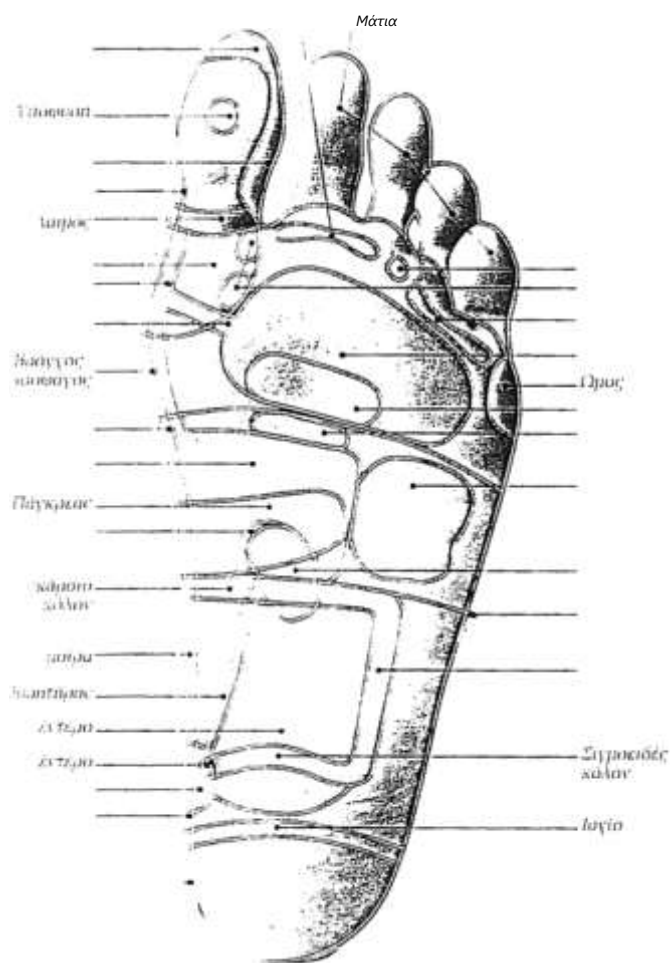
11.

Κάθε σύστημα έχει τα δικά του ανακλαστικά σημεία που με τον συνδυασμό διέγερσης και εξισορρόπησης τους επιτυγχάνουμε την σωστή λειτουργία του συστήματος. Ακολουθεί "χάρτης" δεξιού πέλματος και διακρίνονται όλες οι αντανακλάσεις των οργάνων σε σχέση με την αντίστοιχη πλευρά του σώματος.



Ακολουθεί χάρτης αριστερού πέλματος και διακρίνονται όλες οι θέσεις των οργάνων σε σχέση με την αντίστοιχη πλευρά του σώματος.

ΤΟ ΑΡΙΣΤΕΡΟ ΠΟΔΙ

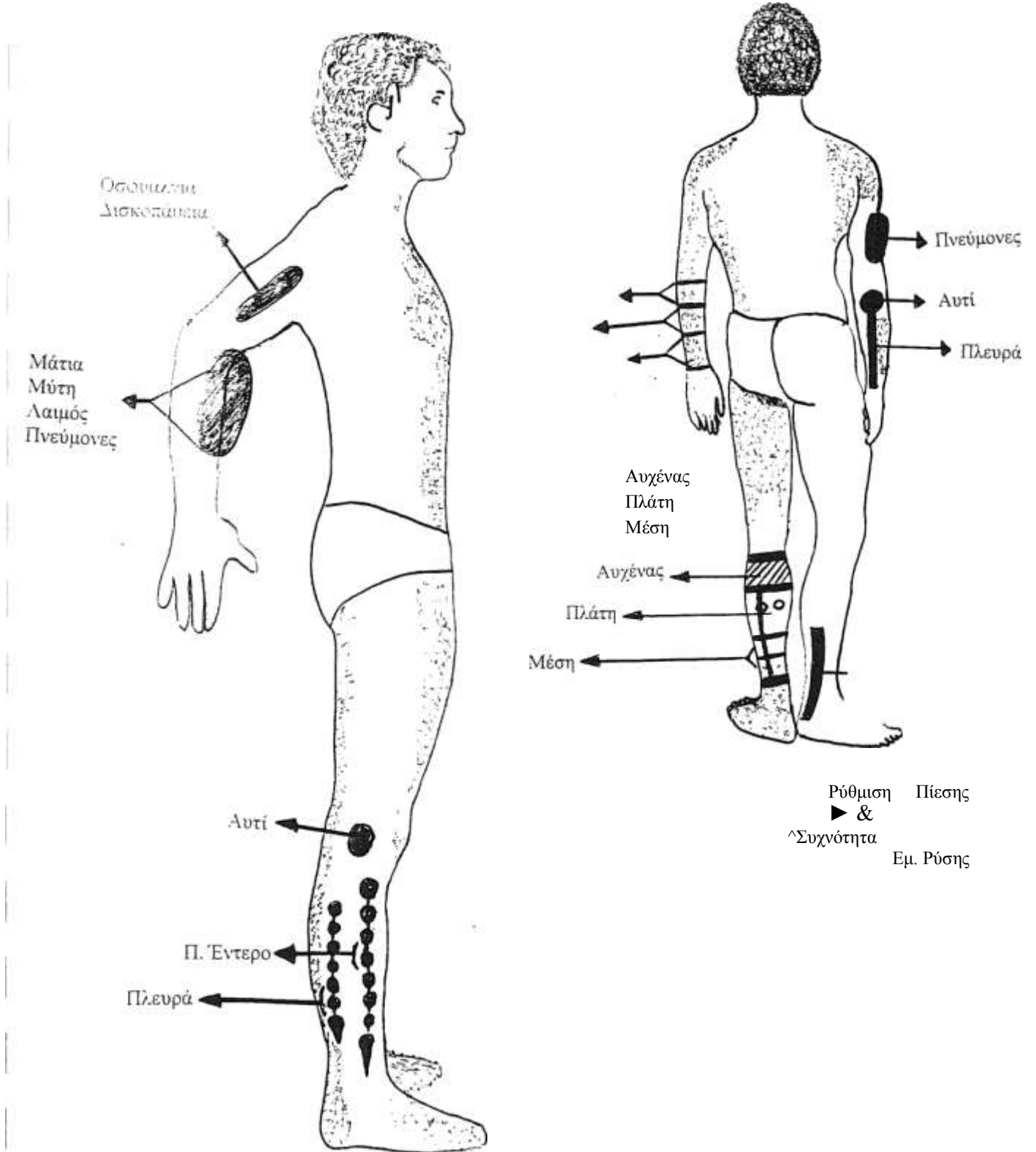


Κάποια ειδικά σημεία που μπορούμε όταν αδυνατούμε να ενεργοποιήσουμε ή να εξισορροπήσουμε βάση των προγραμμάτων που ακολουθούμε τα ανακλαστικά σημεία κάποιων οργάνων ή περιοχών, χρησιμοποιούμε τις προσβάσεις που μας παρέχει η ζωνορεφλεξολογία.

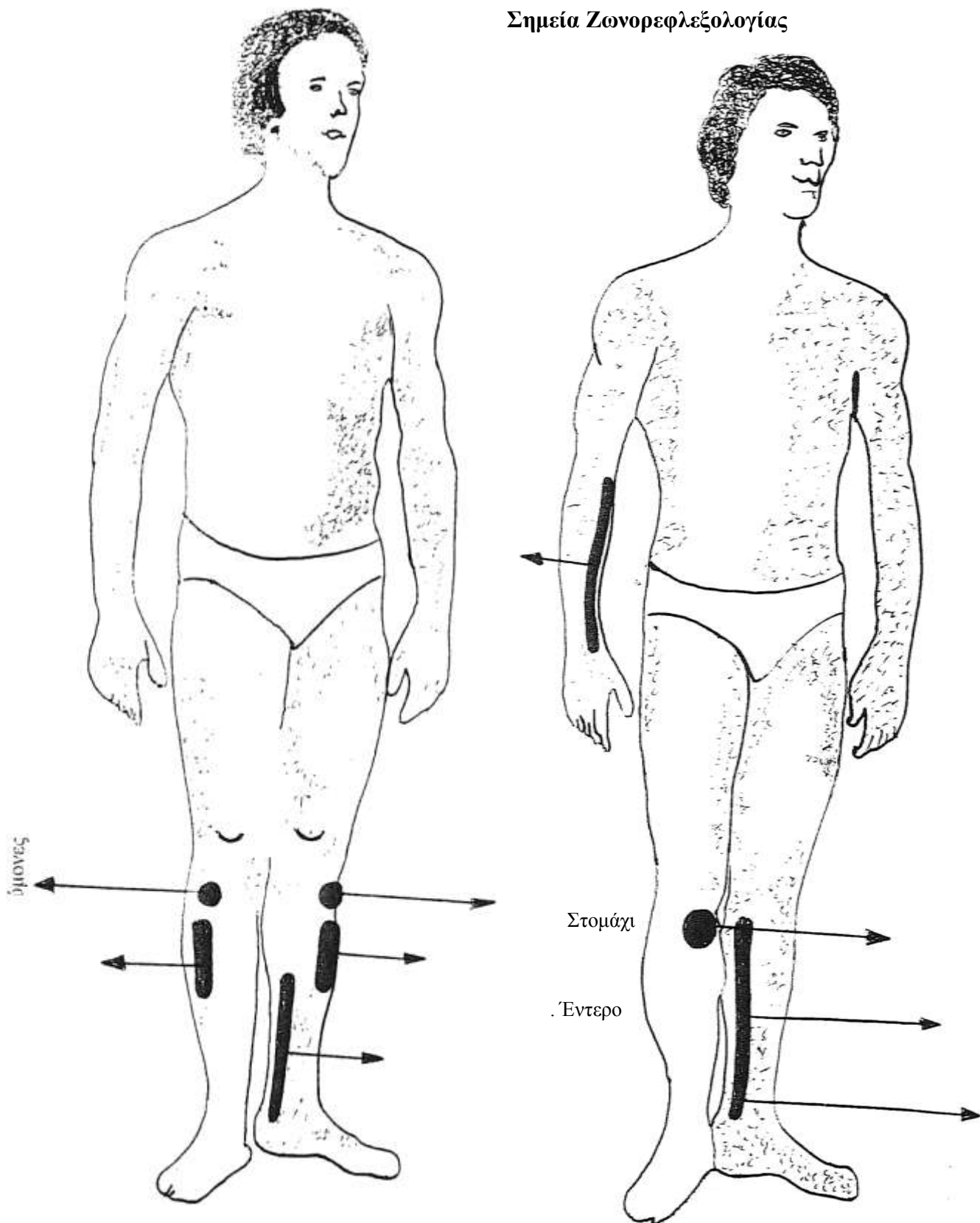
Βλέπουμε λοιπόν ότι έχουμε πολλές εναλλακτικές λύσεις προκειμένου να ενεργοποιήσουμε κάποια ανακλαστικά σημεία για την ενεργειακή ομαλοποίηση και την καλύτερη λειτουργία του οργανισμού.
Ακόμα μία απόδειξη του θεραπευτικού εύρους που παρέχει η ρεφλεξολογία.

Ακολουθούν τέσσερα σκιαγραφημένα ανθρώπινα σώματα με σημειωμένα σημεία που επιτυγχάνουμε ενεργοποιήσεις ζωνορεφλεξολογικά και έχει αποδειχθεί βάση θεραπειών ότι είναι αποτελεσματικότερα και πολύ συχνά στις θεραπείες χρησιμοποιούμε αυτή τη μέθοδο

Σημεία Ζωνορεφλεξολογίας



Σημεία Ζωνορροφλεξολογίας



Η πρώτη συνάντηση έχει σκοπό την λήψη ιστορικού από τον ασθενή. Πρέπει να προσπαθήσουμε να τον κάνουμε να νιώσει άνετα μαζί μας και να σημειώσουμε με την βοήθεια των φωτοτυπημένων πελμάτων τα παθολόνα σημεία ούτως ώστε να μελετήσουμε το πρόγραμμα θεραπείας που θα αρχίσουμε.

Τρόπος Θεραπείας Ασθενούς

Από την δεύτερη συνάντηση αρχίζουν οι θεραπείες (συνεδρίες). Αφού τακτοποιηθεί ο ασθενής σε άνετη πολυθρόνα φέρνουμε τα πέλματά του στο ύψος του στήθους μας,

ενώ καθόμαστε σε κάποια χαμηλή καρέκλα και αρχίζουμε να χαλαρώνουμε τον ασθενή από το αριστερό πόδι και μετά το δεξί. Οι τεχνικές χαλάρωσης δεν χρησιμεύουν μόνο για να αισθανθεί όμορφα και άνετα ο ασθενής αλλά και να προετοιμαστεί το πέλμα για την ρεφλεξολογική αγωγή. Να χαλαρώσουν όλα τα αντίστοιχα και σύστοιχα όργανα και μέλη και να αποσυμφορηθούν τα πόδια που δέχονται μεγάλη βαρύτητα, ένταση και πίεση. Τεχνικές χαλάρωσης εφαρμόζουμε στα πέλματα και ενδιάμεσως της συνεδρίας για να ανακουφιστεί ο ασθενής από τυχόν πόνο από κάποιο ευαίσθητο σημείο και μετά το τέλος της συνεδρίας για να ξεκουραστούν τα πέλματα και να ηρεμήσει ο ασθενής.

Τεχνικές Πίεσης

1. Εναλλακτική πίεση με σκοπό να προθερμανθεί και να διεγείρει την προς θεραπεία περιοχή.
2. Κυκλική πίεση για διέγερση περιοχής.
3. Πίεση της διόρθωσης της ροής και της ανισορροπίας.

4. Πίεση δέκα χτυπημάτων ανά δευτερόλεπτο για διέγερση τελείως μπλοκαρισμένων ανακλαστικών σημείων (π.χ. εντέρων).
5. Σταθερή πίεση για ενεργοποίηση του αντανακλαστικού σημείου χωρίς να ενοχλήσουμε ιδιαίτερα.
6. Πίεση με ζεστό επίθεμα στα αντανακλαστικά σημεία για χαλάρωση της αντίστοιχης περιοχής και βοήθεια της κυκλοφορίας.
7. Πίεση με κρύο επίθεμα στα αντανακλαστικά σημεία σε περιπτώσεις τραυματισμού και αιμορραγίας.

Ένα πολύ σοβαρό θέμα πριν την εφαρμογή ρεφλεξολογικής θεραπείας είναι η προσεκτική εξέταση των πελμάτων για τυχόν αμυχές, μυκητιάσεις, τραυματισμούς, ευρυαγγείες, κακώσεις, ουλές, πληγές, σημάδια. Ερώτηση για τυχόν επεμβάσεις και αν έχουν γίνει, αν υπάρχει κάποια λάμα κ.λ.π., γενικά ξένο σώμα. Επίσης εξετάζουμε για οιδήματα, την υφή του δέρματος, το ιδίομορφο χρώμα. Την διαφορά χρώματος μεταξύ των δύο ποδιών. Διαφορές χρώματος στο ίδιο πόδι. Θερμοκρασία ποδιών, διαφορά θερμοκρασίας ποδιών. Εφίδρωση ή έλλειψή της, ξηρότητα. Απολέπιση, εκζέματα, οσμή, τριχοφυΐα σε συγκεντρωτικά σημεία, εξετάζουμε τα νύχια, κάλους, σκληρύνσεις, πτυχώσεις- ρυτίδες. Παρατηρούμε τον τρόπο που βαδίζει το άτομο ξυπόλητο, πως πατάνε τα δάχτυλα στο πάτωμα.

Εξετάζουμε την κατανομή του βάρους στα διάφορα τμήματα του πέλματος. Συγκρίνουμε την διάπλαση του πέλματος και του σώματος. Το μέγεθος των πελμάτων σε σχέση με το σώμα. Το σχήμα της καμάρας. Διαφορά στην δομή των οστών μεταξύ των δυο πελμάτων, κινητικότητα των αρθρώσεων. Διαφορές στο μυϊκό τόνο. Σημεία ευαίσθητα ή δίχως αίσθηση. Οποιαδήποτε ανωμαλία που αισθάνεται ο ασθενής σε κάποιο σημείο ή τμήμα του πέλματος.

Προσπαθούμε να γνωρίσουμε και να κατανοήσουμε όσο το δυνατόν καλύτερα το

πέλμα ώστε να βοηθήσουμε τον οργανισμό πιο άμεσα και αποτελεσματικά.

Αφού εξεταστούν τα πέλματα ως ανωτέρω έχουμε δύο συμπεράσματα που αφορούν την όψη πελμάτων και την υφή.

Σχετικά με την όψη:

1. Πεσμένα πόδια δείχνουν προβλήματα στους πνεύμονες και κατάσταση αδυναμίας.
2. Τα πόδια που είναι τραβηγμένα προς τα πίσω δείχνουν φόβο και πρόβλημα στο ήπαρ και χοληδόχο κύστη.
3. Πρησμένοι αστράγαλοι και πέλματα δείχνουν δυσλειτουργία των νεφρών.
4. Σπασμένα αιμοφόρα αγγεία επίσης δυσλειτουργία των νεφρών.
5. Τα μοβ και κρύα πόδια δείχνουν ψυχρότητα που οφείλεται σε λήθαργο των ωοθηκών σε γυναίκες και αδύνατη σεξουαλική ορμή στους άνδρες.

Σχετικά με την υφή:

1. Ευαισθησία σημαίνει ένταση στο σώμα.
2. Πλαδαρά πόδια δίχως μυϊκό σθένος, πρόβλημα σε όλο το σώμα και έλλειψη δύναμης.
3. Ίδρωμένα σημαίνει ορμονική ανισορροπία.

4. Σκληρό δέρμα, ένδειξη λάθους επιλογής παπουτσιών, κακή στάση σώματος, περπάτημα ξυπόλητοι.

ΓΕΝΙΚΑ

- * θερμοκρασία Κρύα
- * Χρώμα Κόκκινο
- * Πλατυποδία
- * Μετατόπιση Οστών
- * Μετατόπιση

=> Κακό Κυκλοφορικό => Κακή Κυκλοφορία => Πρόβλημα Σπονδυλικής Στήλης => Μπλοκάρισμα Ενέργειας => Πρόβλημα Λεπτού Εντέρου

Σφηνοειδούς

=> Πονοκέφαλοι

- * Νύχια στο Δέρμα

Στοιχεία για την κατάσταση του οργανισμού μας δίνουν και οι παλάμες γιατί όπως έχουμε αναφέρει και στις παλάμες μπορούμε να ασκήσουμε ρεφλεξολογική θεραπεία. Οπότε βάση όψης παλαμών μπορούμε να συμπεράνουμε:

1. Φουσκωτά χέρια δείχνουν πρησμένη και αδύνατη καρδιά.
2. Σκληρά και δύσκαμπτα χέρια δείχνουν αρτηριοσκλήρωση.
3. Πρησμένα χέρια με επίσης πρησμένα ακροδάχτυλα δείχνουν δυσλειτουργία πνευμόνων.
4. Τα σκληρά χέρια δείχνουν κακές συνήθειες στην αναπνοή και περιορισμένη κυκλοφορία.

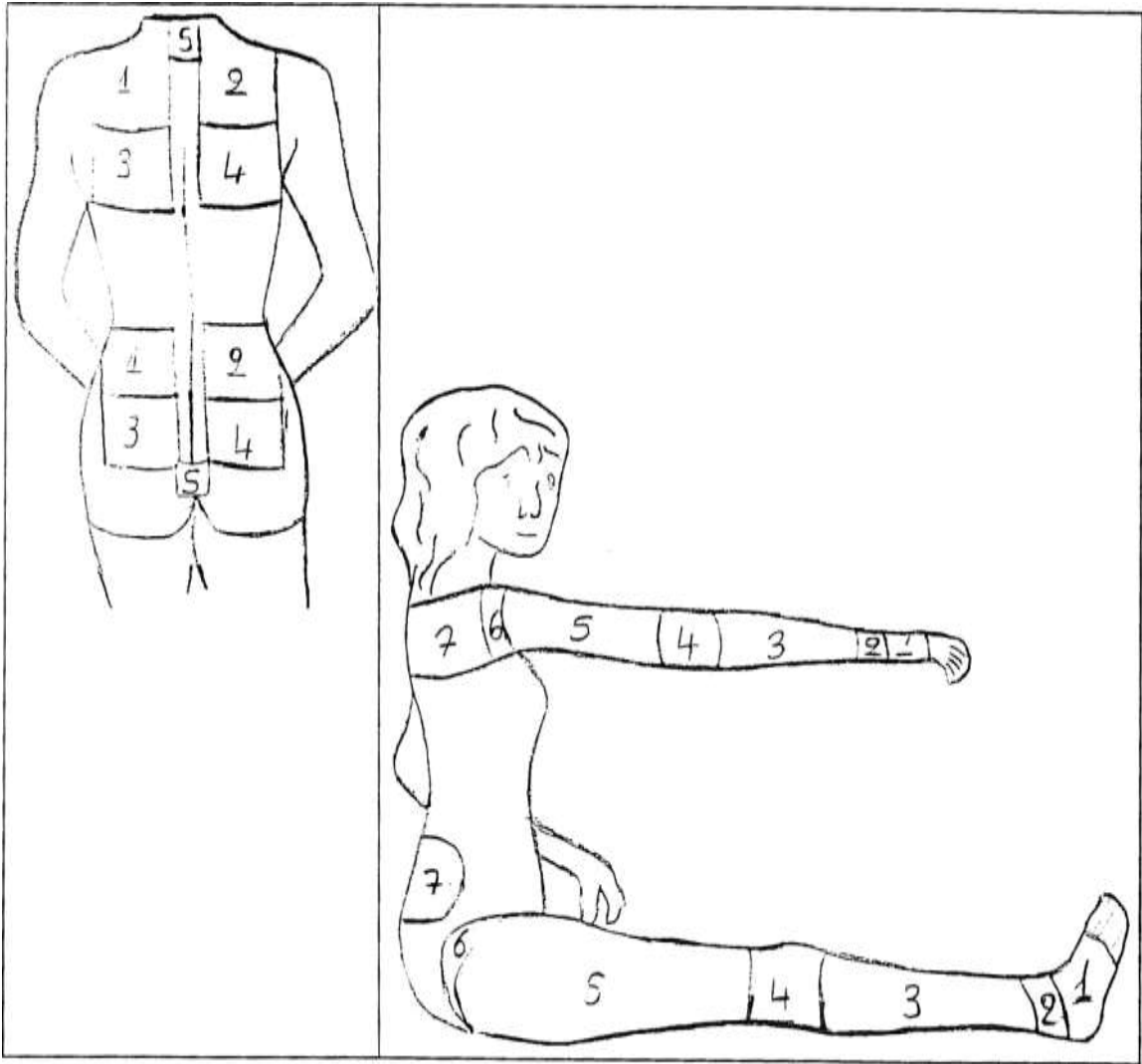
5. Το κόκκινο πιτσιλωτό χρώμα στην κόψη της παλάμης δείχνει συναισθηματική δυσκολία.
6. Η σάρκα ανάμεσα στον αντίχειρα και στον δείκτη εάν έχει πρασινωπό χρώμα δείχνει τάση για καρκίνο παχέως εντέρου.
7. Η βάση του αντίχειρα με γκρίζο χρώμα δείχνει κακή οξυγόνωση, εμφύσημα και υπερβολική ποσότητα διοξειδίου του άνθρακα στο αίμα.

Τέλος στοιχεία για την κατάσταση του οργανισμού παίρνουμε και από τα αυτιά που επίσης προαναφέραμε ότι ασκούμε και εκεί ρεφλεξολογική θεραπεία.

1. Σκληρά αυτιά δείχνουν ένταση.
2. Δυσκαμψία αυτιών δείχνει δυσκαμψία στις αρθρώσεις.
3. Τα κρυσταλλικά άλατα στα αυτιά δείχνουν δυσλειτουργίες στα αντίστοιχα όργανα του σώματος (ακριβώς όπως μας δείχνουν και στα πέλματα τα κρυσταλλικά άλατα στα αντίστοιχα όργανα του σώματος).

Κάτι που πρέπει να αναφερθεί για τα αυτιά είναι το ότι βρίσκονται στο κεφάλι, άρα κοντά στον εγκέφαλο και πολλές φορές που θέλουμε ένα γρήγορο θεραπευτικό αποτέλεσμα (π.χ. λόγω πονοκεφάλου δυνατού, λόγω κατάστασης πρώτων βοηθειών) επειδή μεταδίδονται αμέσως τα μηνύματα μέσω των αντανακλαστικών σημείων που έχουν (έχουν και ειδικά αντανακλαστικά σημεία) εφαρμόζουμε ρεφλεξολογική θεραπεία γιατί έχουμε γρήγορο αποτέλεσμα.

Ένα άλλο κομμάτι της ρεφλεξολογίας είναι οι συστοιχίες, ακολουθεί σχεδιάγραμμα για κατανόηση αυτών.



SHOULDER - HIP UPPER ARM - THIGH ELBOW - KNEE
FOREARM - CALF WRIST - ANKLE HAND - FOOT
FINGERS - TOES

Ωμος - Γοφός (ισχίων)

Βραχίων - Μηρός

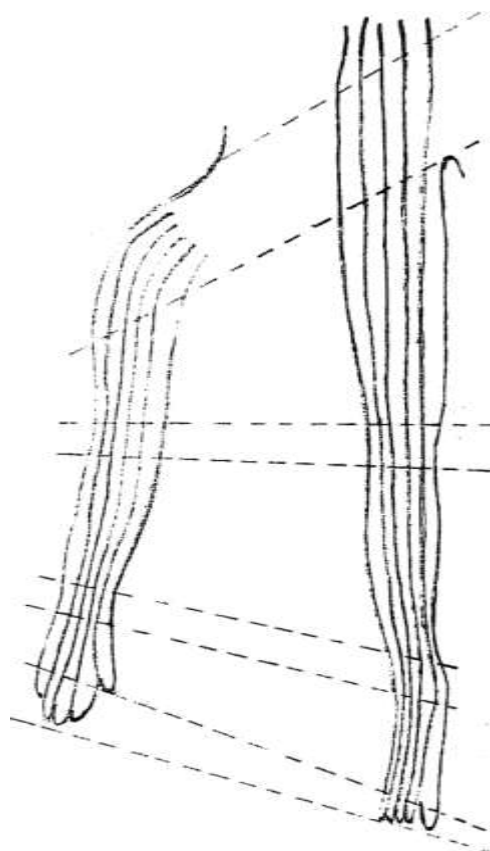
Αγκώνας - Γόνατο

Αντιβράχιο - Γάμπα

Καρπός - Αστράγαλος

Άκρα Χείρα - Άκρος Πους

Δάχτυλα Χεριού - Δάχτυλα Ποδιού



Πολλές φορές που δεν μπορούμε να δουλέψουμε σε κάποιο σημείο του ασθενή λόγω τραύματος κ.λ.π. οι συστοιχίες επιφέρουν αξιόλογα αποτελέσματα αποδεδειγμένα. Μόνο που πρέπει να είμαστε ακριβείς στο θέμα των συστοιχιών και προσεκτικοί.

Μία σημαντική παρένθεση που θέλω να κάνω είναι για ορισμένα άτομα που είτε έχουν παρακολουθήσει κάποια σεμινάρια ρεφλεξολογίας, είτε διάβασαν κάποιο βιβλίο που κυκλοφορεί στο εμπόριο να προσέξουν στις κάτωθι περιπτώσεις και να μην κάνουν καμία προσπάθεια μάλαξης ή ενεργοποίησης αντανακλαστικού σημείου χωρίς να υπάρχει διπλωματούχος ειδικός ρεφλεξολογίας. Αυτές οι περιπτώσεις που μπορεί να δημιουργηθεί σοβαρό πρόβλημα είναι:

- * Οξεία Μόλυνση
 - * Διαβήτης
 - * Επιληψία
 - * Καρδιακό Προβλήματα
 - * Οστεοπόρωση
 - * Φλεβίτιδα ή Θρόμβωση
 - * Εγκυμοσύνη
-
- * Προηγούμενα Εγχείρηση Αντικατάστασης (π.χ. Αντικατάσταση Γοφού)

Συνήθεις Παθήσεις

<p>Αν και μια πλήρης θεραπεία σε όλα τα αντανεκλαστικά σημεία παρέχεται πάντοτε από έναν ρεφλεξολόγο, τα αντανεκλαστικά που είναι ιδιαίτερος χρήσιμα για την αντιμετώπιση κάποιων συγκεκριμένων προβλημάτων περιγράφονται παρακάτω:ενικός Πυρετός:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών π.χ. λαιμός, Ανακλαστικά των λεμφαδένων, της σπλήνας, του θυμού για την ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος και κατά της λοίμωξης . Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση. Ανακλαστικά της υπόφυσης για ορμονική ισορροπία.</p>
<p>Αιμορροΐδες:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: πρωκτός, Ανακλαστικά των εντέρων για παρακίνηση σε ομαλή απέκκριση.</p>
<p>Αλλεργία Αναπνευστικού:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: μύτη, λαιμός, ιγμόρεια, μάτια, κεφάλι, πρόσωπο. Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής και της αλλεργίας.</p>
<p>Αλλεργίες:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών π.χ. μύτη, πνεύμονες, πεπτικό σύστημα, δέρμα. Ανακλαστικά των επινεφριδίων και της σπλήνας για να μειωθεί η υπερευαισθησία.</p>

<p>Αρθρίτιδα:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών π.χ. γοφός, γόνατο, ώμος, σπονδυλική στήλη.</p> <p>Σχετικές περιοχές ζώνης.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για περιστολή της φλεγμονής.</p> <p>Ανακλαστικά του θυρεοειδούς και του παραθυρεοειδούς για ισορροπία του ασβεστίου. Ανακλαστικά των εντέρων και των νεφρών για βελτίωση απέκκρισης.</p> <p>Ανακλαστικά της υπόφυσης για ορμονική εξισορρόπηση.</p>
	<p>τόνο των εντέρων και για περιστολή της φλεγμονής.</p> <p>Ανακλαστικά των λεμφαδένων της κοιλιακής χώρας για την εξουδετέρωση τυχόν λοιμώξεως.</p>
<p>Διαταραχές Θυρεοειδούς:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: θυρεοειδής.</p> <p>Ανακλαστικά της υπόφυσης, των επινεφριδίων και των αναπαραγωγικών αδένων για ορμονική ισορροπία.</p> <p>Ανακλαστικά της καρδιάς, αν υπάρχουν προβλήματα της καρδιάς και του κυκλοφορικού. Ανακλαστικά των ματιών, αν έχουν επηρεαστεί από υπερδραστηριότητα.</p>

Δυσκοιλιότητα:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: παχύ έντερο, ορθό έντερο.</p> <p>Ανακλαστικά του λεπτού εντέρου και του συκωτιού που ίσως δυσλειτουργούν.</p> <p>Ανακλαστικά της κατώτερης μοίρας της σπονδυλικής στήλης για να εξασφαλιστεί καλή νευρική υποστήριξη των εντέρων.</p> <p>Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p>
Δυσπεψία:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: στομάχι.</p> <p>Ανακλαστικά του οισοφάγου και του διαφράγματος που εμπλέκονται άμεσα. Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p>
Έκζεμα:	<p>Ανακλαστικά των περιοχών του δέρματος που πάσχουν, π.χ. πρόσωπο, βραχίονες.</p>
	<p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής και αλλεργικές αντιδράσεις. Ανακλαστικά των νεφρών και των εντέρων για την εξασφάλιση ομαλής</p>
Επιχείλιος Έρπης:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: στόμα, μύτη.</p> <p>Ανακλαστικά του λεμφικού συστήματος για να εξουδετερωθεί η μόλυνση.</p>
Ισχιαλγία:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: ισχιακό νεύρο και η πίσω πλευρά του ποδιού.</p> <p>Ανακλαστικά της σπονδυλικής στήλης (οσφυϊκή μοίρα</p>
Κατάθλιψη:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: κεφάλι.</p> <p>Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για ξεκούραση.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για ελάττωση του στρες.</p>

Κατακράτηση Υγρών:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών π.χ. πόδια, μάτια.</p> <p>Ανακλαστικά των νεφρών, των ουροποιητικών σωλήνων της ουροδόχου κύστεως για απέκκριση υγρών.</p> <p>Ανακλαστικά των λεμφαδένων για τον καθαρισμό των ιστών από τα υπερβάλλοντα υγρά. Ανακλαστικά της υπόφυσης για την εξασφάλιση της καλής λειτουργίας των νεφρών.</p> <p>Ανακλαστικά της καρδιάς για καλή Κυκλοφορία.</p>
Κόπωση (χρόνια):	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών π.χ. πόδια, βραχίονες, πεπτικό σύστημα, κεφάλι.</p> <p>Ανακλαστικά των λεμφαδένων και της σπλήνας για ενδυνάμωση του ανοσοποιητικού συστήματος και κατά της λοίμωξης.</p> <p>Ανακλαστικά ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για μείωση στρες.</p>
Κρυολογήματα:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: μύτη, ιγμόρεια</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής.</p> <p>Ανακλαστικά της βαλβίδας του ειλεού του τυφλού εντέρου και των εντέρων για ομαλή απέκκριση.</p> <p>Ανακλαστικά των άνω λεμφικών γαγγλίων για την απόλεια της λοίμωξης.</p>
Κυστίτιδα:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών (π.χ. ουροδόχος κύστη, ουροποιητικοί σωλήνες, νεφρά). Ανακλαστικά των λεμφαδένων για την εξουδετέρωση της μόλυνσης.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής.</p>

	<p>μάτια.</p> <p>Ανακλαστικά των νεφρών, των ουροποιητικών σωλήνων της ουροδόχου κύστεως για απέκκριση υγρών.</p>
Ουρική Αρθρίτιδα:	<p>Σχετικές περιοχές ζώνης π.χ. ο αντίχειρας για το μεγάλο δάκτυλο.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της λοίμωξης.</p> <p>Ανακλαστικά των εντέρων, του συκωτιού και των νεφρών για την παρακίνηση σε απέκκριση.</p> <p>Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση και ανακούφιση από τους πόνους.</p> <p>Ανακλαστικά των λεμφαδένων και της σπλήνας για ενδυνάμωση του ανοσοποιητικού συστήματος και κατά της λοίμωξης.</p> <p>Ανακλαστικά ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για μείωση στρες.</p>
Κρυολογήματα:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: μύτη, ιγμόρεια</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής.</p> <p>Ανακλαστικά της βαλβίδας του ειλεού του τυφλού εντέρου και των εντέρων για ομαλή απέκκριση.</p> <p>Ανακλαστικά των άνω λεμφικών γαγγλίων για την απάλειψη της λοίμωξης.</p>
Κυστίτιδα:	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών (π.χ. ουροδόχος κύστη, ουροποιητικοί σωλήνες, νεφρά). Ανακλαστικά των λεμφαδένων για την εξουδετέρωση της μόλυνσης.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής.</p>

<p>Πιτυρίδα:</p>	<p>Ανακλαστικά της κορυφής του κεφαλιού για το τριχωτό της κεφαλής.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής.</p> <p>Ανακλαστικά των εντέρων, του συκωτιού και των νεφρών για την εξασφάλιση ομαλής απέκκρισης.</p>
<p>Πόνοι Πλάτης:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών της σπονδυλικής στήλης.</p> <p>Ανακλαστικά του λαιμού και του ισχιακού νεύρου αν έχουν επηρεασθεί.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για την περιστολή της φλεγμονής.</p> <p>Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση και ανακούφιση από τους πόνους.</p>
<p>Πονοκέφαλοι:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: κεφάλι.</p> <p>Ανακλαστικά της άνω σπονδυλικής στήλης και του λαιμού για την μείωση της έντασης.</p> <p>Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p> <p>Ανακλαστικά των ματιών, των ιγμορειών, του πεπτικού σωλήνα, του συκωτιού, των ορμονικών αδένων που ίσως εμπλέκονται.</p>

<p>Πονοκέφαλος μετά από Οινοποσία (Hangover):</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών π.χ. κεφάλι για τους πονοκεφάλους.</p> <p>Ανακλαστικά του συκωτιού για την εξάλειψη του αλκοόλ από το αίμα.</p> <p>Ανακλαστικά των νεφρών για παρακίνηση ομαλής απέκκρισης.</p>
<p>Προβλήματα Περιόδου:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: ωθήκες, σάλπιγγες, μήτρα, υπόφυση, θυροειδής επινεφρίδια.</p> <p>Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p>
<p>Προεμμηνορροϊκό Σύνδρομο:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: ωθήκες, σάλπιγγες, μήτρα, υπόφυση, θυροειδής επινεφρίδια.</p> <p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών π.χ. κεφαλή, κοιλιά, μαστός, ουροδόχος κύστη, νεφρά, έντερα, πρόσωπο.</p> <p>Ανακλαστικά ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p>
<p>Στρες:</p>	<p>Ανακλαστικά των περιοχών όπου παρουσιάζονται τα συμπτώματα π.χ. το κεφάλι για τους πονοκεφάλους.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για να ελαττωθεί το στρες.</p> <p>Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.</p> <p>Ανακλαστικά της υπόφυσης για ορμονική ισορροπία.</p>
<p>Σύνδρομο Ευερέθιστου Εντέρου:</p>	<p>Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: έντερα.</p> <p>Ανακλαστικά των επινεφριδίων για περιστολή της φλεγμονής και της αλλεργίας.</p>

	Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση.
Τριχόπτωση:	Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: κορυφή του κεφαλιού για το τριχωτό της κεφαλής. Ανακλαστικά των επινεφριδίων για μείωση του στρες. Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση. Ανακλαστικά της υπόφυσης για ορμονική ισορροπία.
Φλεγμονή του Κόλπου:	Ανακλαστικά των πασχουσών περιοχών: μήτρα, (περιλαμβάνεται και ο κόλπος). Ανακλαστικά των λεμφαδένων για εξουδετέρωση της λοίμωξης. Ανακλαστικά των επινεφριδίων για περιορισμό της φλεγμονής.
Φλεβίτιδα:	Ανακλαστικά της πάσχουσας περιοχής π.χ. πόδι μέσω των ανακλαστικών του γονάτου και του γοφού. Ανακλαστικά της καρδιάς για καλή κυκλοφορία. Ανακλαστικά των επινεφριδίων για περιστολή της φλεγμονής. Ανακλαστικά των εντέρων για ομαλή απέκκριση.
Χιονίστρες:	Ανακλαστικά της σχετικής περιοχής-δάκτυλα των χεριών για τα δάκτυλα των ποδιών και αντιστρόφως. Ανακλαστικά της καρδιάς για την βελτίωση της κυκλοφορίας. Ανακλαστικά των εντέρων για ομαλή απέκκριση.

	Ανακλαστικά της άνω σπονδυλικής στήλης και του αυχένα, αν έχουν επηρεαστεί τα δάκτυλα.
Ψωρίαση:	Ανακλαστικά των Περιοχών του δέρματος που πάσχουν, π.χ. πρόσωπο. Ανακλαστικά των επινεφριδίων για περιστολή της φλεγμονής και του στρες. Ανακλαστικά του ηλιακού πλέγματος για χαλάρωση. Ανακλαστικά των εντέρων, του συκωτιού και των νεφρών για απέκκριση. Ανακλαστικά της υπόφυσης για ορμονική ισορροπία.

Αναφέρθησαν 34 παθήσεις που συναντώνται πολύ συχνά και περιληπτικά τα ανακλαστικά σημεία που ενεργοποιεί ο ρεφλεξολόγος θεραπευτής για να τις αντιμετωπίσει. Αυτά για να γίνει κατανοητό το εύρος και οι δυνατότητες της ρεφλεξολογίας να αντιμετωπίζει οτιδήποτε με τη βοήθεια των αεροθεραπευτικών ικανοτήτων του οργανισμού του ανθρώπου και του σωστού συνδυασμού ενεργοποίησης αντανακλαστικών σημείων σε συνδυασμούς διαφόρους. Επανερχόμαστε σε κάποια βασικά σημεία της ρεφλεξολογίας και θα τα αναλύσουμε. Υπάρχουν επτά "Μετασχηματιστές Ηλεκτρομαγνητικών Πεδίων" στο σώμα.

Βάση αυτών των επτά ενεργειακών κέντρων ισορροπούμε ενεργειακά το σώμα. Αυτά τα κέντρα είναι από τα βασικότερα σημεία που μέσω αυτών ο ρεφλεξολόγος θεραπευτής φέρνει σε ισορροπία του ασθενή που είναι είτε μπλοκαρισμένος, είτε ενεργειακά ανισόρροπος. (Αυτά τα ενεργειακά κέντρα μπορούμε να πούμε ότι είναι συσσωρευτές ενέργειας). Τα ενεργειακά κέντρα μπορούμε να τα εξισορροπήσουμε και με χαμηλή τάση (1,5 volts) και διαμέσου των κρυστάλλων που τοποθετούμε σε ειδική θέση δημιουργεί και διαφορετικό ηλεκτρομαγνητικό πεδίο σε κάθε ένα από τα επτά ενεργειακά κέντρα. Παράδειγμα: Στο ενεργειακό κέντρο κεφαλής χρώμα ιώδες, μετώπου ινδικό, λαιμού μπλε, στήθους ροζ ή χρυσό (το χρυσό είναι για ανώτερη ισορροπία). Στο άνω κοιλίας πράσινο, κάτω κοιλίας κίτρινο, Σπονδυλικής στήλης πορτοκαλί. Έχει αποδειχθεί ότι η χρωμορεφλεξολογία στα ενεργειακά κέντρα επιφέρει πολύ καλά αποτελέσματα, δηλαδή καλή ενεργειακή ισορροπία. Η χρωμορεφλεξολογία δεν χρησιμοποιείται μόνο για ενεργοποίηση των ενεργειακών κέντρων. Ακολουθούν παραδείγματα εφαρμογής των χρωμάτων σε παθήσεις στην ρεφλεξολογία.

- * **Κόκκινο χρώμα:** Υπόταση, δυσκοιλότητα, αναιμία, άλατα, χρησιμοποιείται εν μέρει συνδυαστικά σε παραλύσεις.

- * **Πορτοκαλί χρώμα:** Υπολειτουργία θυρεοειδούς, πέτρες χολής, πέτρες νεφρών, βρογχίτιδα, κρυολογήματα, εμμηνορρυσιακά προβλήματα.

- * **Κίτρινο χρώμα:** Παράλυση, οστεοπόρωση, δυσπεψία, διαβήτης, αρθρίτιδα και ρευματισμοί.

* **Πράσινο χρώμα:**

* **Μπλε χρώμα:**

* **Ινδικό ΧΡώμα
(λουλακί):**

* **Ιώδες χρώμα:**

* **Ροζ χρώμα:**

* **Τυρκουάζ χρώμα:**

* **Γαλάζιο χρώμα:**

* **Πορφυρούν χρώμα:**

* **Χρυσό χρώμα**

Καλοήθεις και κακοήθεις όγκοι, άσθμα,
αιμορροΐδες, αϋπνίες, υπερδιέγερση, υπέρταση, πλάτη.

Αυχενικό σύνδρομο, βρογχοκίλη, άσθμα, διάρροια, ισχιαλγία, μαστίτιδες,

διόγκωση προστάτη,
διέγερση, στρες, υπερθυρεοειδισμός.

Δυσπεψία, μείωση ακοής, οφθαλμικές παθήσεις,, παθήσεις του λαιμού, ρινικές παθήσεις, σπασμοί, ψυχικές διαταραχές, νεύρωση, υπερθυρεοειδισμός, τρομώδες παραλήρημα, ωτίτιδες.

Τριχόπτωση, αλωπεκία, δερματοπάθειες, ισχιαλγία, νευραλγίες.

Αρνητικά συναισθήματα π.χ. κακία, ζήλια, μίσος κ.λ.π.

Ιγμορίτιδα, παθήσεις λαιμού, νεφρίτιδες, κυστίτιδες.

Αϋπνία, εμετοί, κνησμός, πονοκέφαλος.

Συμπληρωματικό του πρασίνου χρώματος στις παθήσεις του πρασίνου.

Για να αυξήσουμε τα θετικά συναισθήματα π.χ. την αγάπη, την συμπάθεια, την γαλήνη κ.λ.π

Βάση λοιπόν των ανωτέρω βλέπουμε ότι η χρωμορεφλεξολογία έχει εύρος και πολλές φορές μπορεί να συμπληρώσει την ρεφλεξολογική θεραπεία ή και να την "απεγκλωβίσει" αν έχουν "στενέψει" πολύ τα περιθώρια για δεδομένη θεραπεία εν εξελίξει.

Θα αναφερθώ τώρα σε δέκα διαφορετικές περιπτώσεις ασθενών, διαφορετικής ηλικίας και φύλλου με ιστορικό πάθησής τους, πρόγραμμα θεραπείας, θεραπευτικές αντιδράσεις, πρόοδο θεραπείας και τελικά αποτελέσματα. Έτσι θα δούμε ότι η ρεφλεξολογία είναι εναλλακτική θεραπεία που ελέγχει- θεραπεύει ολιστικά τον ανθρώπινο οργανισμό και τα αποτελέσματά της είναι από καλά έως και θαυμαστικά (κατά τα λεγόμενα των ασθενών).

Όνοματεπώνυμο:	Τ. Αντώνιος.
Ηλικία:	Ετών 50.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Έγγαμος, με δύο γιούς ετών 21 και 24.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Αμαρουσίου, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Αυχενικό Σύνδρομο.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	17/06/1998

Περίπτωση Α'

Παρατηρήθηκαν πολλές συσσωρεύσεις κρυσταλλικών ιζημάτων στο πέλμα, ιδιαίτερα στις περιοχές της ωμοπλάτης και του σβέρκου. Άρχισα να διασπώ τα κρυσταλλικά ιζήματα και με το πρόγραμμα υπόφυση, θυρεοειδής, νεφρά, επινεφρίδια, ανακλαστικό σημείο σβέρκου στο μεγάλο δάκτυλο του ποδιού, ροές αντιστρεπτές στο ίδιο δάκτυλο, ανακλαστικά σημεία τραπεζοειδών μυών, αυχενικές ροές, ηλιακό πλέγμα, ροές πέλματος άνω και κάτω ο ασθενής άρχισε να νιώθει διαφορά από τις πρώτες πέντε-επτά συνεδρίες. Κατά την διάρκεια της θεραπείας ενεργοποίησα τα ανακλαστικά σημεία του προστάτη και των όρχεων και επίσης της ουροδόχου κύστεως που ήταν λίγο πρησμένη. Για το θέμα της ουροδόχου κύστεως συνέστησα περισσότερα νερό ημερησίως και υποχώρησε σχετικά γρήγορα. Παράλληλα έκανε και ποδόλουτρα με θεϊκή μαγνήσια για τόνωση του Κυκλοφορικού. Στην μέση περίπου της θεραπείας διέκοψε λόγω διακοπών και συνεχίσαμε το Σεπτέμβριο.

Νοέμβριο μήνα οι συνεδρίες που είχαν γίνει ήταν 25. Το πρόβλημά του είχε εξαφανιστεί τελείως και ο προστάτης του που τον ενοχλούσε παροδικά Δεν του δημιούργησε ξανά πρόβλημα.

Ιανουάριο τρέχοντος έτους που είχαμε επαφή για να μάθω πως είναι η υγεία ίου. μου είπε ότι το αυχενικό του το έχει ήδη "ξεχάσει" διότι δεν τον απασχολεί πια.

Όνοματεπώνυμο:	Τ. Πέρσα.
Ηλικία:	Ετών 45.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Έγγαμη, με δύο γιούς ετών 21 και 24.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Αμαρουσίου, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Πρόβλημα στα άκρα, δυσλειτουργία νεύρων στον άκρο πόδα, δεξιά & αριστερά.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθολογώνων	17/06/1998

Περίπτωση Γ'

Παρατηρήθηκε αδύνατος μυϊκός τόνος έως ανύπαρκτος, στο αριστερό πέλμα περισσότερο. Κρυσταλλικά ιζήματα και ενεργειακή ανισορροπία. Άρχισα διάσπαση κρυσταλλικοί ιζημάτων και δούλεψα το νευρικό σύστημα, ενδοκρινικό σύστημα, νεφρά, συκώτι, πολλές εναλλακτικές πιέσεις και πελματικές ροές. Ενεργειακά κέντρα με χρωμορεφλεξολογία και κίτρινο χρώμα (για παραλύσεις). Έκανε μία διακοπή λόγω καλοκαιρινών διακοπών και ξαναρχίσαμε τις συνεδρίες το Σεπτέμβριο. Ολοκληρώθηκαν το Νοέμβριο. Έκανε συνολικά 26 συνεδρίες. Τα πέλματά της τα νιώθει καλύτερα, περπατάει χωρίς να κουράζεται όπως πριν την ρεφλεξολογική αγωγή και νιώθει πιο ξεκούραστη. Επίσης και σε αυτή την περίπτωση χρησιμοποιήθηκε θεϊκή μαγνήσια σε ποδόλουτρα για τόνωση του κυκλοφορικού. Παρέλειψα ότι ενεργοποιούσα και τον υποθάλαμο καθώς επίσης και το σημείο υποβοήθησής του.

Όνοματεπώνυμο:	Μαύρος Μ.
Ηλικία:	Ετών 57.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Διαζευγμένος, πατέρας δύο παιδιών, γιός 33, κόρη 27.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Χαλανδρίου, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Τριγλυκερίδια & χοληστερίνη αυξημένα.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	15/01/1998

Λόγω του ότι ο ασθενής είναι πατέρας μου είχα την ευχέρεια του χρόνου ανά πάσα στιγμή να ελέγχω την κατάσταση του και την πρόοδο θεραπείας του. Το πρόγραμμα που ακολούθησα ήταν υπόφυση, θυρεοειδής και υποβοηθητικό σημείο, παραθυρεοειδής, ηλιακό πλέγμα, επινεφρίδια, νεφρά, πάγκρεας, συκώτι και γεννητικούς αδένες. Έγιναν 30 συνεδρίες. Λήξη θεραπείας Απρίλιος του 1998. Μάιο μήνα που έκανε γενικές εξετάσεις αίματος οι τιμές τριγλυκεριδίων και χοληστερίνης ήταν κανονικές. Από τότε προσέχει λίγο περισσότερο την διατροφή του και κατά αραιά χρονικά διαστήματα του επαναλαμβάνω 3-5 συνεδρίες. Το πρόβλημά του δεν εμφανίστηκε πάλι στον ίδιο βαθμό, σε πολύ χαμηλότερο ναι, όμως τις υπέρογκες τιμές λιπεμικού ορού, τριγλυκεριδίων και χοληστερίνης που έφτανε ούτε καν τις πλησίασε (βάση επαναληπτικών αναλύσεων αίματος).

Όνοματεπώνυμο:	Λ. Παύλος.
Ηλικία:	Ετών 45.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Εγγαμος, πατέρας δύο ανήλικων παιδιών 14 & 16.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Καλογρέζας, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Σκλήρυνση κατά πλάκας. Ο ασθενής μετά από εξετάσεις λόγω συμπτωμάτων διπλοπυκνίας κ.λ.π., προ επταετίας διαπίστωσε ότι έχει αυτήν την εκφυλιστική ασθένεια. Είχε αρχίσει λήψη Ιντερφερόνης, εδώ και ενάμιση χρόνο λαμβάνει (ενδομυϊκώς Πενταφερόνη).
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	20/01/1998

Το πρόγραμμα που ακολούθησα ήταν: Ενδοκρινικό, βουβωνικοί αδένες, ανακλαστικά αυχένα, ανακλαστικά γονάτων, σπονδυλική στήλη, και πολλές πελματικές ροές για τόνωση κυκλοφορικού. Διέλυσα πολλά κρυσταλλικά ιζήματα στα πέλματα. Επίσης δούλεψα τα ενεργειακά κέντρα διότι υπήρχε μπλοκάρισμα ενεργειακό. Δούλεψα και παρασπονδύλια νεύρα. Αποτέλεσμα, μετά από τις πρώτες θεραπείες άρχισε να νιώθει μια ευεξία που από ότι μου είπε είχε χρόνια να νιώσει. Επίσης μου είπε ότι η λίμπιντο του είχε ανέβει. Λόγω της εργασίας του, επειδή απουσιάζει συχνά από την Αθήνα και για αρκετά μεγάλα διαστήματα, οι συνεδρίες δεν μπορούσαν να γίνουν με μια τάξη, όπως θα έπρεπε. Όμως μετά από μερικές συνεδρίες νιώθει για 2-3 μήνες καλύτερα. Επειδή όπως ανέφερα απουσιάζει και διακόπτει την θεραπεία στο επίπεδο που φθάνει και νιώθει καλά, δεν σταθεροποιείται για περισσότερο από 2-3 μήνες. Πρέπει να αναφέρω ότι κατά τα λεγόμενα του από τότε που αρχίσαμε την θεραπεία μείωσε αισθητά την λήψη πενταφερόνης.

Όνοματεπώνυμο:	Σ. Μαρία.
Ηλικία:	Ετών 38.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Εγγαμη, μητέρα δύο ανήλικων παιδιών, ετών 12 και 17.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Ερυθραίας, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Στρες.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	20/09/1998

Άρχισα με τα ανακλαστικά των περιοχών που παρουσίαζαν πρόβλημα. Δούλεψα επινεφρίδια για να τις ελαττώσω το στρες, ηλιακό πλέγμα για να την χαλαρώσω και την υπόφυση για να έχει ορμονική ισορροπία. Καθάρισα και τα πέλματα από κάποιες διάσπαρτες κρυσταλλικές συσσωρεύσεις. Έκανε 16 συνεδρίες, νιώθει μια χαρά καθ' ότι από ότι λέει αισθάνεται σαν να της έφυγε ένα σφίξιμο από το στήθος και ένα βάρος από την πλάτη. Τα Χαναχ (φάρμακα για ευδιαθεσία) μόνη της! Τα σταμάτησε. Όταν με ρώτησε αν πρέπει να τα σταματήσει εγώ την παρέπεμψα στο νευρολόγο που της τα είχε δώσει, δεν πήρα θέση γιατί όπως ξέρουμε ο ρεφλεξολόγος δεν πρέπει ποτέ να πει σε ασθενή να σταματήσει την οποιαδήποτε φαρμακευτική αγωγή και να στραφεί σε άλλη. Για τα φάρμακα αρμόδιοι είναι οι εκάστοτε ιατροί που κουράρουν τους ασθενείς και τους τα παρέχουν. Εδώ δεν επεκτείνουμε άλλο διότι δεν θέλω να εκφέρω γνώμη σχετικά με την φαρμακολογία και την εξάρτηση και τις παρενέργειες που δημιουργεί. Για να τελειώνω η κα Σ. Μαρία αυτήν την στιγμή αισθάνεται ήρεμη και ανάλαφρη, χωρίς στρες.

Όνοματεπώνυμο:	Μ.Ιωάννης.
Ηλικία:	Ετών 57.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Έγγαμος, πατέρας δύο παιδιών 29 & 31.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Ηρακλείου, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Πόνοι γονάτων (έσω-έξω).
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	16/05/1998

Περίπτωση Στ'

Ακολούθησα το πρόγραμμα των εναλλακτικών πιέσεων, ροών, υπόφυση, θυροειδούς, ηλιακού πλέγματος, επινεφριδίων. Επίσης το ανακλαστικό σημείο του γονάτου. Ιζήματα υπήρχαν αρκετά, συσσωρεύσεις διάσπαρτες, που με την πρόοδο της θεραπείας διασπάστηκαν. Χαλάρωση αισθανόταν από τις πρώτες κιόλας συνεδρίες και μετά την 7-8 οι πόνοι στα γόνατα υποχώρησαν. Κάναμε συνολικά 22 συνεδρίες. Τα γόνατά του αυτήν την στιγμή δεν τον πονάνε, στις αλλαγές του καιρού (τις βαρομετρικές, καθ' ότι έχω βαρόμετρο και τις ελέγχω) παραπονιέται ότι αισθάνεται κάποια τσιμπήματα βαθιά στην άρθρωση του γονάτου. Συνέστησα θεϊκή μαγνήσια για καλύτερο κυκλοφορικό στα πόδια και επομένως τα καθάρισα πιο γρήγορα από τα τοξικά κρυσταλλικά ιζήματα. Έχουμε επαφή κατά διαστήματα, όπως σχεδόν με όλους μου τους ασθενείς που έχουν ολοκληρώσει τις θεραπείες τους, και έχουμε κανονίσει σε λίγους μήνες πάλι (έξι με οκτώ) να κάνουμε ένα αριθμό συνεδριών για συντήρηση και καθάρισμα του οργανισμού και του συγκεκριμένου του προβλήματος των γονάτων.

Όνοματεπώνυμο:	Γ. Χάυδω.
Ηλικία:	Ετών 70.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Εγγαμη, μητέρα δύο ανήλικων παιδιών 42- 44.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Αγ. Στεφάνου Αττικής.

Πρόβλημα:	Εγκεφαλικό Δεξιά.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	28/08/1998

Σε αυτήν την περίπτωση ήδη έκανε φυσικοθεραπείες στο κέντρο αποκατάστασης «ΙΑΣΙΣ» στην περιοχή της Δροσιάς. Αφού επικοινωνήσα με την Διευθύντρια και ιδιοκτήτρια του κέντρου κα Τ. Θεοδωρίτση, η οποία είναι φυσιοθεραπεύτρια MCSP, BSc, MSc, Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Ulster Μεγάλης Βρετανίας και Έκτακτη Καθηγήτρια Τ.Ε.Ι. μου εξέφρασε την επιθυμία να συνεργαστώ μαζί της στο περιστατικό της κας Γ. Δέχτηκα, η πρώτη συνάντηση για λήψη ιστορικού και σημείωση παθογόνων σημείων έγινε στο κέντρο «ΙΑΣΙΣ» μετά παρακολούθησα την ασθενή κατ' οίκον. Ακολούθησα το εξής πρόγραμμα: Παρεγκεφαλίδα, υποθαλάμου, ηλιακού πλέγματος, παρασπονδύλιων νεύρων, επίφυσης, υπόφυσης, νωτιαίου μυελού, ισχιακού νεύρου, διέγερσης μετωπιαίου λοβού εγκεφάλου, κέντρου ισορροπίας και πολλές ροές. Χρησιμοποίησα και ωτοκηνισιορεφλεξολογία.

Συνολικά από τέλη Αυγούστου έως και Δεκέμβριο του 1998 έγιναν περίπου 30 συνεδρίες. Με την Διευθύντρια του κέντρου αποκατάστασης, που συνέχιζε και εκεί η ασθενής φυσικοθεραπείες, είχα επικοινωνία και τις αργές βελτιώσεις που παρατηρούσα εγώ στην κίνηση του χεριού και του ποδιού μου τις επιβεβαίωσε και η ίδια η φυσιοθεραπεύτρια, δηλαδή ότι η ρεφλεξολογία την βοήθησε σε κάποιο ικανοποιητικό βαθμό, παρ' όλο ότι ο χρόνος θεραπείας έπρεπε να είχε επιμηκυνθεί

για καλύτερα αποτελέσματα, δεν ήταν μόνο προσωπική μου εκτίμηση αλλά και της Διευθύντριας του Φυσικοθεραπευτηρίου. Βεβαίως εγώ κατέθεσα την προσωπική μου άποψη ότι χρειαζόταν και άλλες συνεδρίες οπωσδήποτε απλά για να μην παρεξηγηθώ και παρεξηγηθεί και το "πνεύμα" της ρεφλεξολογίας δεν επέμεινα όταν μου ανέφεραν (αγνοώ τους λόγους) ότι στις 30 συνεδρίες θα συνεχίσουν μόνο φυσιοθεραπευτική αγωγή για αποκατάσταση. Σε αυτή τη θεραπεία η ικανοποίησή μου ήταν διπλή. Πρώτον για το θετικό αποτέλεσμα, έστω μέχρι κάποιο σημείο, που επέφερε η ρεφλεξολογία και δεύτερον γιατί έμπειρη φυσιοθεραπεύτρια κατάλαβε τι μπορεί να προσφέρει η ρεφλεξολογία και τι δυνατότητες έχει.

Όνοματεπώνυμο:	Γ. Παναγιώτης.
Ηλικία:	Ετών 52.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Εγγαμος, πατέρας 4 παιδιών, 28, 24, 21 & 14.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Περιστεριού, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Φλεγμονή στο Δεξί Ακρώμιο.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	3/10/1998

Ο ασθενής ταλαιπωρείτο ήδη τρεις μήνες πριν την πρώτη μας συνάντηση. Είχε πάρει φαρμακολογία από παθολόγους όπως Muscoril, Brasan και κάποια άλλα αντιφλεγμονώδη και απ' ότι μου είπε του συνέστησαν και κορτιζόνη σε μορφή κορτικοστεροειδούς ενδομυϊκής ένεσης. Το πρόγραμμα το δικό μου ήταν το ανακλαστικό του ώμου, υπόφυση, επινεφρίδια, νεφρά, ηλιακό πλέγμα, του έκανα πολλές ροές εξισορρόπησης, ασχολήθηκα με τον αυχένα και επειδή μου είχε αναφέρει ότι η φλεγμονή στο ακρώμιο είχε δημιουργηθεί από πτώση από ύψος δύο μέτρων κατάλαβα ότι είχε και τραυματισμένες μυϊκές ίνες και αδύναμες, διότι δεν μπορούσαν να συγκρατήσουν το νεύρο που περνά ακριβώς από κάτω και ο

ασθενής επί λέξη μου έλεγε ότι νιώθει κάποιες στιγμές κάτι από τον ώμο του να πετάγεται. Δεν ήταν τίποτα άλλο από το νεύρο του σημείου που σε κάποιες κινήσεις δεν συγκρατιόταν στην θέση του από το πλέγμα των μυϊκών ινών και ξέφευγε από την θέση του.

Έτσι λοιπόν εκτός της θεραπείας που του έκανα (24 συνεδρίες) τον συμβούλεψα να αρχίσει να λαμβάνει βιταμίνη Β που ξέρουμε ότι είναι νευρότροπος και δυναμώνει τα νεύρα. Όντως με υπομονή, λήψη της Β και τις συνεδρίες της ρεφλεξολογίας το ακρώμιό του δεν έχει κανένα πρόβλημα

Περίπτωση Θ'

Όνοματεπώνυμο:	A. Αθανάσιος.
Ηλικία:	Ετών 54.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Έγγαμος, πατέρας ενός παιδιού 22.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Αγ. Παρασκευής, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Πάρκισον.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	4/10/1998

Ο συγκεκριμένος ασθενής ήταν σε αρχικό στάδιο της εκφυλιστικής αυτής πάθησης. Στο πρώτο πρόγραμμα θεραπείας που εφάρμοσα ασχολήθηκα με το ενδοκρινικό σύστημα, τον υποθάλαμο και το υποβοηθητικό του σημείο, τα ενεργειακά κέντρα και έδωσα πολύ έμφαση στην διάλυση των κρυσταλλικών ιζημάτων στα πέλματα που ήταν σε κακή κατάσταση. Επίσης πάρα πολλές ροές εξισορρόπησης. Το πρώτο αποτέλεσμα ήταν ότι τα πόδια του, που από ότι μου είχε πει ήταν συνεχώς παγωμένα. άλλαξαν χρώμα και θερμοκρασία. Από υποκίτρινα έγιναν κανονικά, ροζ προς ερυθρό και θερμοκρασία κανονική. Του είχα συστήσει από την αρχή για να βοηθήσω το κυκλοφορικό και θευκή μαγνήσια για

ποδόλουτρα. Μετά τις 12-15 συνεδρίες άρχισε να νιώθει τις αρθρώσεις των ποδιών του πολύ πιο μαλακές και κινητικές και τα πέλματά του πιο μαλακά και αισθανόταν και την παραμικρή εναλλακτική πίεση που του εφάρμοζα. Μετά άλλαξα πρόγραμμα και δούλεψα πολύ το νευρικό σύστημα. Άρχισε να κινεί με μεγαλύτερη σαφώς ευκολία τον αυχένα του και από ότι μου είπε ένιωθε σαν να απαλλάχθηκε η πλάτη του από ένα μόνιμο βάρος, πίεση που ένιωθε πριν. Του έκανα και πρόγραμμα αποτοξίνωσης μέσω των απεκκριτικών οδών και σταματήσαμε στις 30 συνεδρίες. Από την αρχή όμως της ρεφλεξολογικής θεραπείας που του έκανα παράλληλα του σύστησα και ομοιοπαθητική θεραπεία την οποία αποδέχθηκε και καθ' ότι έχουμε επικοινωνία και σήμερα είναι πολύ ικανοποιημένος. Και η ομοιοπαθητικός που συνεργάζομαι του είπε ότι η ρεφλεξολογία τον βοήθησε και εγώ σαν θεράπων έβλεπα σταδιακά τις αλλαγές προς το καλύτερο που είχε εν μέσω συνεδριών. Το συμπέρασμά μου ως προς το που ωφελήθηκε από την ρεφλεξολογική θεραπεία είναι εμφανέστατα στο κυκλοφορικό, στις αρθρώσεις των άνω και κάτω άκρων, στον αυχένα και στο καθαρίσμα που έγινε από τα πολλά τοξικά κρυσταλλικά ιζήματα που ρόλο μεγάλο και αρνητικότητα έχουν παίζει και οι μεγάλες ποσότητες φαρμάκων που έχει λάβει κατά καιρούς.

Η διάγνωση της ασθένειάς του έγινε πριν πέντε περίπου χρόνια. Η ρεφλεξολογία χωρίς φάρμακα και φυσικά σε μια τόσο δύσκολη εκφυλιστική ασθένεια του έδειξε αποτελέσματα που και χωρίς ιδιαίτερες γνώσεις τα αντιλήφθηκε, τα αποδέχθηκε και τα εκτίμησε. Η συνέχεια είναι ότι ανά συγκεκριμένο χρονικό διάστημα 5-6 μηνών θα κάνουμε μερικές συνεδρίες ρεφλεξολογίας για να συντηρήσουμε αυτό που ήδη έχουμε πετύχει και να μπορέσουμε αν είναι εφικτό κάποιο καλύτερο αποτέλεσμα.

Όνοματεπώνυμο:	Θ Ευανθία.
Ηλικία:	Ετών 44.
Οικογενειακή Κατάσταση:	Εγγαμη, μητέρα ενός ανήλικου κοριτσιού 14.
Περιοχή Διαμονής:	Κάτοικος Χαλανδρίου, Αθήνα.

Πρόβλημα:	Δυσκοιλιότητα.
Λήψη Ιστορικού - Σημείωση Παθογόνων Σημείων:	2/10/1998

Η ασθενής είχε μεγάλο πρόβλημα στις εκκενώσεις. Είχε ρυθμό μιας φοράς στις πέντε ημέρες ή ακόμα και εβδομάδας. Το πρόγραμμα που ακολούθησα ήταν: ανακλαστικά παχέως εντέρου, ορθού, λεπτού εντέρου, συκωτιού, ανακλαστικά κάτω μοίρας σπονδυλικής στήλης, επινεφρίδια, ηλιακό πλέγμα. Το πρόγραμμα απέδωσε μετά την 7-8 φορά. Όταν είχαμε συμπληρώσει ήδη σχεδόν 15 συνεδρίες εκκεωνόταν κάθε δύο ημέρες περίπου ή το πολύ τρεις. Η θεραπεία έγινε με 25 συνεδρίες και αυτή την στιγμή με πιο πολλά λαχανικά, πιο προσεκτική στην διαίτα της εκκενώνεται τουλάχιστον τρεις φορές την εβδομάδα.

Ήταν επιτυχία γιατί το πρόβλημα της δυσκοιλιότητάς της ήταν χρόνιο. Διατηρώ επαφές γιατί είναι και γνωστή και διαμένει στην ίδια περιοχή με εμένα και έτσι μπορώ και παρακολουθώ την κατάσταση της η οποία έχει καλύτερνεμει εμφανέστατα. Η θεραπεία της έχει τελειώσει πριν από ενάμιση μήνα. Την έχω επισκεφθεί μερικές φορές και είμαι πεπεισμένος για την βελτίωσή της, φυσικά η κα Θέμελη έχει πεισθεί ότι η ρεφλεξολογία την βοήθησε καταλυτικά γιατί είχε αρκετά σημαντικό πρόβλημα το οποίο ενώ είχε προσπαθήσει να το καταπολεμήσει με φάρμακα ή άλλα φαρμακευτικά σκευάσματα είχε αποτύχει.

Αφού παράθεσα δέκα θεραπείες επιλεγμένες από τις θεραπείες που μέχρι τώρα έχω ολοκληρώσει ή και κάποιες που βρίσκονται σε εξέλιξη πιστεύω να μπορεί κάποιος διαβάζοντας τις λίγες γενικές έννοιες που έγραψα για την ρεφλεξολογία, τα παραδείγματα και τον τρόπο αντιμετώπισης των πιο κοινών ασθενειών και την ανάλυση τελευταία των δέκα ασθενειών που αντιμετώπισα με θετικά αποτελέσματα, να καταλάβει ότι η ρεφλεξολογία είναι εναλλακτική μέθοδος θεραπείας που εξετάζει και ασχολείται ολιστικά με τον ασθενή και δεν αντιμετωπίζει μόνο το πρόβλημα αλλά και ψάχνει και βρίσκει και τα αίτια, ούτως ώστε το πρόβλημα να μην ξαναεμφανιστεί ή αν εμφανιστεί ξανά να είναι σε ηπιότερη μορφή και μικρότερης έντασης.

Εμείς οι ρεφλεξολόγοι πρέπει να καταβάλλουμε προσπάθειες να μάθει ο κόσμος τι σημαίνει ρεφλεξολογία και τι ευεργετικά αποτελέσματα έχει για τον οργανισμό.

Από την ρεφλεξολογία λείπει η εκμετάλλευση, λείπει η απονία, υπάρχει μεγάλη ανθρωπιά και απέραντη διάθεση να απαλύνουμε τους ανθρώπους που πονούν και υποφέρουν και χρησιμοποιώντας φάρμακα "μπαίνουν" στον φαύλο κύκλο των παρενεργειών και των μπλοκαρισμάτων. Από την λίγη εμπειρία που έχωσε ρεφλεξολογικές θεραπείες μέχρι τώρα, διαπίστωσα ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των ασθενών που αντιμετωπίστηκαν ρεφλεξολογικά δείχνουν τώρα μία πολύ έντονη αποστροφή στις φαρμακολογικές θεραπείες (αλλοπαθητικές) για τον απλούστατο λόγο ότι θεραπεύτηκαν και ανακουφίστηκαν από τα προβλήματα υγείας που είχαν με εντελώς φυσικό τρόπο χωρίς να "δηλητηριάζουν" τον οργανισμό τους με φάρμακα. Δεν είμαι σκληροπυρηνικός γύρω από την φαρμακολογία αλλά η ρεφλεξολογία αποδεικνύει συνέχεια ότι γίνονται και ολοκληρώνονται θεραπείες και χωρίς αυτά, στις περισσότερες περιπτώσεις τουλάχιστον.

Γι' αυτό λοιπόν, εμείς οι ρεφλεξολόγοι επιβάλλεται να εξηγούμε, αναλύουμε, να προβάλλουμε, τις ευεργετικές ιδιότητες της επιστήμης μας έναν πιο **όμορφο και υγιή κόσμο!...**