

ΗΛΕΚΤΡΟΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ. ΚΑΙ ΚΑΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ (Κάπνισμα - Αλκοολισμός - Βουλιμία - Ναρκωτικά)

Για να καταγραφεί μία πράξη στον εγκέφαλο σαν συνήθεια, πρέπει να επαναληφθεί (σε μικρό χρονικό διάστημα), κατά μέσο όρο πάνω από 30 φορές. Σε αυτές τις καταγραφές, σημαντικό ρόλο παίζει ο υποθάλαμος.

Σ' έναν εθισμό, εκτός από την καταγραφή στον εγκέφαλο, επιτελείται στον οργανισμό και μία χημική ανισορροπία.

Έτσι μία ξένη ουσία (καφεΐνη, νικοτίνη, αλκοόλ, ηρωίνη, κλπ), καταλαμβάνει στον οργανισμό τη θέση κάποιας άλλης ενδογενούς ουσίας, οπότε αν παύσει να γίνεται η έξωθεν πρόσληψη, δημιουργείται πλέον κενό στον οργανισμό, που προκαλεί το στερητικό σύνδρομο.

Ο ηλεκτροβελονισμός, βοηθάει και ενεργοποιεί:

1) Τη βιοχημεία τού. οργανισμού, ώστε αυτός να παράγει εκ νέου τις ουσίες του, που σταμάτησαν να παράγονται.

2) Τους..μηχανισμούς ενάντια στις. αλλεργίες. Η αλλεργία είναι ένας μηχανισμός συναγερμού, που μας ειδοποιεί για κάποια υφιστάμενη ανισορροπία. Και παρουσιάζεται συνήθως:

α) Όταν υπερδιεγερθεί το ανοσοποιητικό σύστημα, οπότε και η αντίδρασή του είναι έντονη.

β) Όταν υπάρχει - χωρίς να χρειάζεται - στον οργανισμό κάποια ουσία, σε μεγάλη (τοξική) ποσότητα.

γ) Όταν ο οργανισμός δεν διαθέτει αντισώματα, για κάποιο στοιχείο, που εισέρχεται σ* αυτόν. Έτσι, αν π.χ. κάποιος δεν έχει φάει για πολλά χρόνια κρέας (οπότε ο οργανισμός του παύει να διαθέτει αντισώματα γι' αυτή την τροφή) και αποφασίσει να ξαναφάει, θα παρουσιάσει αλλεργικά συμπτώματα. Αλλά το ίδιο έντονα επίσης αντιδρά ο οργανισμός κάποιου (με πονοκέφαλο, βήχα, εμετό, κλπ), όταν πρωτοξεκινάει το τσιγάρο ή το αλκοόλ.

3) Τις ενδορφίνες, ουσίες που τονώνουν και εξισορροπούν ψυχικά και σωματικά.

Και υπάρχουν τριών ειδών ενδορφίνες: α) κατά τού φόβου, β) υπέρ της καλής διάθεσης, και γ) υπέρ της αυτοπεποίθησης.

Η έκκριση των ενδορφινών, «μπλοκάρει» με τον λάθος τρόπο σκέψης και διαβίωσης, ή μειώνεται με τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών. Ο ηλ/βελονισμός (και ειδικά στα 10 Hz), βοηθάει αποδεδειγμένα στην έκκριση ενδορφινών.

4) Τα ενδογενή πεπτίδια (αμινοξέα, ένζυμα). Τα ένζυμα (παράγονται από τα αμινοξέα) είναι τα πεπτίδια εκείνα, που θα παράγουν σωστές ορμόνες, σωστό ιστό, σωστή ισορροπία των κυττάρων, σωστή επικοινωνία μεταξύ των συστημάτων τού οργανισμού. Οι διάφορες εξαρτησιογόνες ουσίες, επηρεάζουν αρνητικά τα ένζυμα. Έτσι, όταν π.χ. επηρεαστούν τα πεπτικά ένζυμα, προκαλείται δυσπεψία.

Όμως, εκτός από την προαναφερθείσα βοήθεια που προσφέρει ο ηλ/βελονισμός, πρέπει να προσφέρουμε και εμείς επί πλέον στον θεραπευόμενο:

Ψυχολογική υποστήριξη, ώστε να κινητοποιηθεί και ο ίδιος βοηθώντας έτσι στην αυτοθεραπεία του. Και κινητοποίηση γι' αυτόν, αποτελεί η θετική υποβολή, και η

θετική αντιμετώπιση των πραγμάτων. Αν έρθει κάποιος για θεραπεία όχι γιατί το αποφάσισε προσωπικά, αλλά γιατί πιέστηκε από άλλους, τότε και τα θεραπευτικά αποτελέσματα θα είναι φτωχά. Και πρέπει να ξέρει ότι στην αντιμετώπιση τού εθισμού, κατά 50 % βοηθάει ο ηλ/βελονισμός, και κατά 50 % η ουσιαστική απόφαση που έχει πάρει ο ίδιος ο θεραπευόμενος. Επίσης, πρέπει να τού ζητηθεί κατά τη διάρκεια της θεραπείας, να περιορίσει σταδιακά όσο το δυνατόν περισσότερο, τον εθισμό του.

2) Βιταμίνες: Επειδή όπως αναφέρθηκε, οι διάφοροι εθισμοί μειώνουν ή και αναστέλλουν τα πεπτικά ένζυμα, δεν γίνεται σωστή αφομοίωση των τροφών, με αποτέλεσμα την έλλειψη βιταμινών από τον οργανισμό. Χορηγούμε επομένως και τις σχετικές βιταμίνες, ανά περίπτωση.

Συχνότητα ηλ/βελονισμού: Την 1 η εβδομάδα 4 φορές, τη 2η εβδομάδα 3 φορές, και από την 3η εβδομάδα και μετά, 2 φορές.

Ο χρόνος εφαρμογής είναι 40 sec στο αυτί, και 60 sec στο σώμα.

1. Κάπνισμα (νικοτινίαση):

α) Επιδιωκόμενος σκοπός της θεραπείας: Αποβολή της νικοτίνης, σωστή λειτουργία τού Κ.Ν.Σ., ξύπνημα των αισθητηρίων οργάνων (γεύση - όσφρηση - όραση).

β) Συμπληρωματική, βοή Βιταμίνες Α, Ε, C, Β complex (νιασίνη, παντοθενικό οξύ, θειαμίνη, ριβοφλαβίνη, πυριδοξίνη, κοπαλαμίνη), πολλά λαχανικά, 3-4 καρότα ημερησίως.

γ) Σημεία ηλ/βελονισμού:

Αυτί: Επιλέγονται τα 2 πιο ευαίσθητα σημεία, από τα εξής: άνω και κάτω γνάθος, περιοχή γοφού, πνεύμονες, φάρυγγας, νεφρά, μύτη.

Σώμα: Λαμβάνεται ιστορικό συμπτωμάτων (βλέπε κατωτέρω), και επιλέγονται τα 1-2 πιο ευαίσθητα βελονιστικά σημεία, ανά σύμπτωμα:

Πονοκέφαλος: LI-4, GV- 24. LU-7.

Ζάλη: ST-40, GB-24.

Ανησυχία (ψυχική και σωματική): HP-6, LI-4, Ht-7, GV-24. Αϋπνία: HP-6. Ht-7, GV-24.

Δυσπεψία, ενεργητικότητα, ναυτία: ST-36, HP-6. SP-8.

Βήχας: ST-40, LU-4, LU-5.

Σφιγμένο στήθος: HP-6, LU-7, LU-4, LI-13.

Υγρή μύτη: GV-27.

-> Σε παράκαμψη όλων των ανωτέρω, ένα γρήγορο πρόγραμμα για κόψιμο τού τσιγάρου, είναι:

LI-4, LI-19, GV-20, ειδικά σημεία ανάμεσα στο οστό της μύτης και τα ρουθούνια, ειδικά σημεία κάτω από τα ρουθούνια.

2. Αλκοολισμός:

α) Επιδιωκόμενος σκοπός της θεραπείας: Βιοχημική και μεταβολική ισορροπία, αποβολή τοξινών, ψυχική ισορροπία.

β) Συμπληρωματική βοήθεια: ψυχολογική, βιταμίνες B-complex, πολλά λαχανικά, και ιδιαίτερα χόρτα – μπρόκολα, παζάρια, αγγούρια.

γ) Σημεία η/βελονισμού:

Αυτί: Επιλέγονται τα 1 - 2 πιο ευαίσθητα σημεία, από τα εξής: εγκέφαλος, συκώτι, νεφρά, σπλήνας, στομάχι.

Σώμα: Λαμβάνεται ιστορικό συμπτωμάτων (βλέπε κατωτέρω), και επιλέγονται τα πιο ευαίσθητα βελονιστικά σημεία, ανά σύμπτωμα: Υπερβολική εφίδρωση: LI-4, K-7.

Μεγάλη ψυχική ανησυχία: SP-6, K-1, K-3, Ht-7, GV-26, HP-6, LI-4 Ταχυπαλμία: HP-6, HP-4, Ht-7.

Εξάντληση: CV-4, St-36.

Υπερβολική σιελόρροια: GV-26, St-6, LI-4, St-40.

Εμετός και ναυτία: HP-6, St-36, KD-1.

Ξινίλες στομάχου και δυσπεψία: St-36, SP-4.

Έλλειψη όρεξης: CV-22, HP-6, LI-4, St-40.

Διάρροια: St-37, BL-10.

Πονοκέφαλος: LU-7, St-8, St-41, GB-20, GV-20, LI-4.

Ζαλάδα, και αδυναμία προσανατολισμού: GV-20, GB-20, GB-34. Υγρά μάτια: St-8.

Κυστίτιδα: BL-54.

Φαρμακομανία - Ναρκωτικά:

α) Επιδιωκόμενος σκοπός της. θεραπείας: Βιοχημική ισορροπία, αποτοξίνωση, ανανέωση κυττάρων.

β) Συμπληρωματική βοήθεια Βιταμίνες (B-complex και C), δίαιτα και συμπληρώματα διατροφής με υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες. Μπρόκολο, παντζάρια, καρότα, χόρτα, σταφύλια, κεράσια, πορτοκάλια, τροπικά φρούτα.

γ) Σημεία η/βελονισμού:

Αυτί: Επιλέγονται τα 1-2 πιο ευαίσθητα σημεία, από τα εξής: εγκέφαλος, συκώτι, πνεύμονες, στομάχι.

Σώμα: Λαμβάνεται ιστορικό συμπτωμάτων (βλέπε κατωτέρω), και επιλέγονται τα 1-2 πιο ευαίσθητα βελονιστικά σημεία, ανά σύμπτωμα:

Ψυχοσωματική ανησυχία: HP-6, LI-4, Ht-7, SP-1, SP-6, CV-14, GV-20, GB-20, GB-34, KD-1.

Ναυτία: St-36, HP-6, KD-1.

Πονοκέφαλος: LI-4, LU-7, KD-1, GV-20, GB-20, GB-34, SI-3, TH-5, ST-8 Εξάντληση: St-36.

Εμετός: St-36, KD-1, -6, -7, CV-12, CV-13, CV-14.

Εντερικές δυσλειτουργίες (διάρροια, φούσκωμα, κλπ): St-36, CV-10, CV-12, CV-13, CV-14, HP-6, SP-6, St-25, St-40.

Ρίγος: GB-20, GB-34, TH-6, TH-5.

Φωτοφοβία: St-8.

Αϋπνία: HP-7, HP-6, Ht-7.

Υγρά μάτια: St-8.

Ταχυπαλμία: HP-7, HP-6, CV-14.

Υπερβολική ένταση λαιμού: SI-3, St-40.

Νυχτερινές εφιδρώσεις: St-3.

Συγχοουρία - Ολιγοουρία: SP-6.

Πόνος λαιμού: TH-6.