

Τα Νέα του Bowtech

Ενημερωτικό Δελτίο
BOWEN ΕΛΛΑΔΑΣ

Δεκέμβριος 2020



BOWTECH & COVID-19 της Ana Pradvić



Αγαπητοί συνάδελφοι,
τον Δεκέμβριο κλείνουμε έναν χρόνο από το ξέσπασμα της επιδημίας του κορωνοϊού και οι ειδήσεις που σχετίζονται με αυτόν αντι να φθίνουν, όλο και πληθαίνουν. Ο ιός έχει μονοπωλήσει την καθημερινότητα και την ζωή μας, μαζί με τα συνεπακόλουθά του: τον πόνο για αυτά που χάνουμε, όπως τις ατομικές μας ελευθερίες, την υγεία και κάποιοι ίσως και την ζωή τους αλλά και τα αντίθετά του όπως την θαλπωρή του σπιτιού μας ή την χαρά της ανακάλυψης και χρήσης των νέων δυνατοτήτων στην εργασία ή την εκπαίδευση. Όπως συμβαίνει με τα πάντα, έτσι και ο ιός αποτελεί και κρίση και ευκαιρία. Για εμάς που κάνουμε Bowtech, είναι μια πρώτης τάξεως ευκαιρία να αποδείξουμε ότι ακόμη και υπό δύσκολες συνθήκες η Τεχνική Bowen είναι ικανή να βοηθήσει σε μια πληθώρα προβλημάτων, ακόμη και μέσα στην ΜΕΘ.

Με τις παρούσες συνθήκες κάποιες ασκούσες της τεχνικής έχουν προφανώς αυξημένες πιθανότητες να εργαστούν με ασθενείς που διατρέχουν σοβαρό κίνδυνο. Μία από αυτές είναι η Ana, φυσικοθεραπεύτρια σε δημόσιο νοσοκομείο στο Βελιγράδι της Σερβίας, το οποίο αποτέλεσε νοσοκομείο αναφοράς Covid 19 ήδη από τον Μάρτιο του 2019. Τα περιστατικά που περιγράφει στην αναφορά της είναι ελάχιστα, μπροστά σε αυτά με τα οποία ασχολήθηκε όλους αυτούς τους μήνες. Είναι ωστόσο ικανά να μας θυμίσουν ότι δεν υπάρχει όριο στην βοήθεια που μπορούμε να προσφέρουμε, ακόμα και όταν οι συνεδρίες είναι ατελείς ή οι χρονικές αποστάσεις μεταξύ τους δεν πληρούν τις προϋποθέσεις, όπως τις έχουμε διδαχθεί.

Σας εύχομαι καλή ανάγνωση!

© Μετάφραση - Αλεξάνδρα Αντωνίου

BOWTECH & COVID-19

της Ana Pradvić

Γειά σας,

ονομάζομαι Ana Pradvić και τον Δεκέμβριο του 2019, ολοκλήρωσα τα Επίπεδα 3 & 4 της εκπαίδευσης Bowen. Ετοιμαζόμουν να παρακολουθήσω τις επόμενα επίπεδα 5 & 6 τον Μάρτιο του 2020, τα οποία δυστυχώς αναβλήθηκαν, λόγω της πανδημίας του κορωνοϊού. Το νοσοκομείο όπου δουλεύω ως φυσιοθεραπεύτρια έχει μετατραπεί σε κέντρο Covid-19 και από την πρώτη στιγμή της πανδημίας έπρεπε όλοι οι φυσιοθεραπευτές να βρισκόμαστε στην πρώτη γραμμή αποκατάστασης των ασθενών με κορωνοϊό.

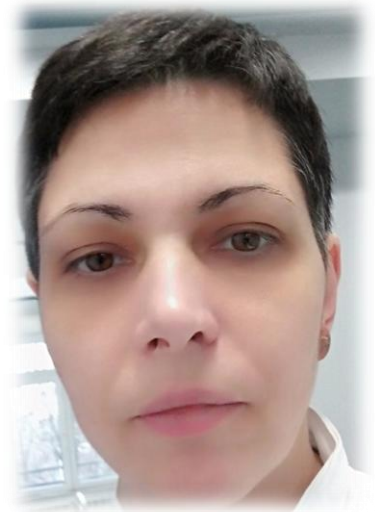
Η εικόνα της εισαγωγής των ασθενών στο νοσοκομείο ήταν τρομακτική, και αναρωτιόμουν αν το Bowtech θα μπορούσε να βοηθήσει αυτούς τους ανθρώπους. Συνειδητοποίησα ότι ακόμη και μόνο μία κίνηση Bowen μπορούσε να σημαίνει πολλά για αυτούς και να προσφέρει ανακούφιση.

Με κάθε νέα εισαγωγή ασθενούς, παρατηρούσα προσεκτικά όλα τα προβλήματα των ασθενών, όχι μόνο τα αναπνευστικά, αλλά και τα νευρολογικά και τα μυοσκελετικά.

Μεταξύ των ασθενών ήταν ένας κύριος με πολύ βραχυμένους αχίλλειους τένοντες, στον οποίο αποφάσισα να κάνω τις διαδικασίες ποδοκνημικής και σφυροδακτυλίας. Όταν τον επισκέφθηκα στην επόμενη βάρδια μετά από δύο ημέρες, η κατάστασή του είχε βελτιωθεί πολύ, καθώς τα κάτω άκρα του είχαν χαλαρώσει και το σημαντικότερο: ο ασθενής δεν βίωνε καθόλου πόνο! Αποφάσισα, λοιπόν, για την συνέχεια, να του κάνω μερικές κινήσεις της διαδικασίας γόνατος και σε τρεις ημέρες η κατάστασή του είχε βελτιωθεί ακόμη περισσότερο και του έκανα μόνο τη διαδικασία σφυροδακτυλίας. Τέσσερις ημέρες αργότερα ο ασθενής ορθοστάτησε πλήρως στηριγμένος σε ολόκληρα τα πόδια του και περπάτησε με ελάχιστη βοήθεια. Καθώς αυτός ήταν ο πρώτος ασθενής του κέντρου Covid-19 που δέχτηκε κάποιες κινήσεις Bowen από εμένα, εντυπωσιάστηκα από την εξέλιξή του. Διαπιστώνοντας ότι η διαδικασία σφυροδακτυλίας ήταν η πιο ανώδυνη και χρήσιμη, την εφάρμοσα σε όλους τους ασθενείς, στους οποίους θεώρησα ότι θα ήταν απαραίτητη.

Στο κέντρο Covid-19 είχα επίσης μία ασθενή με σκλήρυνση κατά πλάκας, η οποία υπέφερε από έντονο σπασμό των ισχιοκνημιαίων μυών και αλλεπάλληλες κράμπες. Για να διευκολύνω την κατάστασή της, επέλεξα να κάνω την διαδικασία οπίσθιων μηριαίων και σαν από θαύμα δεν χρειάστηκε τίποτα άλλο: οι κράμπες αποτελούσαν παρελθόν μετά από μία συνεδρία.

Θέλω επίσης να αναφερθώ και σε μια εντυπωσιακή για μένα περίπτωση μίας



Ana Pradvić - 2020

εγκύου. Πηγαίνοντας στην δουλειά, βρήκα την γυναίκα σε μη επεμβατικό υποβοηθούμενο εξαερισμό με οξυγόνο και όπως μου εξήγησε δεν μπορούσε να αναπνεύσει πλήρως. Της έκανα αναπνευστικές ασκήσεις, αλλά δυστυχώς η βελτίωση ήταν ελάχιστη.

Εκείνη τη στιγμή σκέφτηκα να της κάνω τις κινήσεις του σοκ, αλλά προσπαθούσα να βρω έναν τρόπο να τις εκτελέσω, χωρίς αυτό να γίνει αντιληπτό. Την κοίταξα κατάματα και φαντάστηκα τον εαυτό μου να κάνει τις κινήσεις στην πλάτη της. Έπειτα, της ζήτησα να εισπνεύσει και αμέσως ανταποκρίθηκε, λέγοντάς μου ότι μπορούσε να εισπνεύσει τον αέρα βαθιά μέσα στους πνεύμονές της. Δύο ημέρες αργότερα μεταφέρθηκε από τη μονάδα εντατικής θεραπείας σε μονάδα χωρίς υποστήριξη οξυγόνου.

Είμαι ευτυχής που ήμουν σε θέση να βοηθήσω αυτούς τους ανθρώπους, και αυτοί ήταν τυχεροί που υπήρχε ένας επαγγελματίας Bowen μεταξύ των φυσιοθεραπευτών, για να τους βοηθήσει, έτσι ώστε να επισπευσθεί η ανάρρωσή τους.

Όταν τελείωσε το πρώτο κύμα της επιδημίας, συνειδητοποίησα ότι παρόλο που έκανα επιλεκτικές διαδικασίες χωρίς προϋποθέσεις, είχα θετικά αποτελέσματα. Αυτό μας δείχνει ότι το Bowtech είναι η καλύτερη επιλογή όταν πρέπει να βοηθήσουμε κάποιον γρήγορα, ακόμη και αν δεν υπάρχει χρόνος για να κάνουμε πλήρεις διαδικασίες.

Την στιγμή που συντάσσονται αυτές οι γραμμές, είμαι πλέον πιστοποιημένη ασκούμενη και επαγγελματίας Bowen και θα ήθελα να ευχαριστήσω από τα βάθη της καρδιάς μου τον συνάδελφό μου στην φυσιοθεραπεία και στο Bowtech Marko Kolar, ο οποίος με επιμονή με ενθάρρυνε να κάνω την εγγραφή μου στα σεμινάρια Bowen, καθώς την Svetlana Šošćić, πρώην πρόεδρο του σωματείου Bowtech της Σερβίας για την υποστήριξή της.

Τέλος, πολλές ευχαριστίες οφείλω και στις εκπαιδευτριες Αλεξάνδρα Αντωνίου και Stanka Stojkon, οι οποίες κατάφεραν να οργανώσουν τα σεμινάρια και να θρέψουν μια νέα γενιά θεραπευτών Bowen εν μέσω αυτής της δύσκολης συγκυρίας, η οποία οφείλεται στην πανδημία του κορωνοϊού. Ας ελπίσουμε όλοι ότι θα αντικρύσουμε το τέλος αυτής της πανδημίας σύντομα και με όσο το δυνατόν λιγότερες απώλειες.

«Ένα εμπόδιο συχνά είναι απλά ένα σκαλοπάτι»

William Prescott

ΙΣΤΟΡΙΚΟ

της Σωτηρίας Καρρά

ΝΕΥΡΟΔΕΡΜΑΤΙΤΙΔΑ

Η κυρία Μ. (όνομα αλλαγμένο από την σύνταξη) είναι 92 ετών και πάσχει από άνοια και μειωμένη κινητικότητα.

Το 2017 έσπασε πέφτοντας το αριστερό ισχίο της, στο οποίο έχει κάνει αρθροπλαστική.

Το 2018 έσπασε το δεξί της χέρι, το οποίο ήταν σε γυψονάρθηκα όταν έπαθε ισχαιμικό εγκεφαλικό επεισόδιο με αποτέλεσμα την ημιπληγία. Έκτοτε η δυσκαμψία του άνω άκρου επιδεινώθηκε και η γυναίκα το κρατά κολλημένο στο σώμα της.

Ταυτόχρονα η αυτόνομη βάδιση είναι αδύνατη και η κυρία Μ. μπορεί να περπατήσει μόνο υποβοηθούμενη.

Καθώς έχει επηρεαστεί το οπτικό νεύρο, έχει επέλθει τύφλωση και στα δύο μάτια, ενώ το αριστερό της βλέφαρο παραμένει κλειστό (συνήθως τον χειμώνα!).

Πάσχει επίσης από βαριάς μορφής οστεοπόρωση, η οποία έχει επιδεινώσει την σκολίωση που είχε από μικρή ηλικία, στην οποία έχει προστεθεί και κύφωση.

Έχει κάνει ολική υστερεκτομή (μήτρα και ωθήκες), ενώ πολύ συχνά παθαίνει ουρολοιμώξεις. Από το 2018 που έπαθε το εγκεφαλικό έκανε φυσικοθεραπεία τρεις φορές την εβδομάδα, πράγμα που ως ένα σημείο την βοήθησε αρκετά, περνώντας όμως έπειτα σε μια φάση στασιμότητας. Ακόμη, έκανε χειροπρακτική, την οποία η οικογένειά της αποφάσισε να σταματήσει, όταν έμαθε για το Bowtech.

Ο λόγος που ξεκινήσαμε τις συνεδρίες Bowen, ήταν οι πληγές που έκαναν την εμφάνισή τους στα κάτω άκρα της από τον Μάιο του 2020. Τα έλκη αυτά προκαλούσαν οίδημα, ερυθρότητα και έκκριση διαφανούς υγρού. Η κυρία Μ. δεν είναι διαβητική, ούτε είχε ποτέ φλεβικά προβλήματα και ο γιατρός διέγνωσε νευροδερματίτιδα.

Λόγω της πολυνοσηρότητας, αποφάσισα να κάνω λίγες και στοχευμένες κινήσεις με μεγάλα διαλείμματα και έτσι στις τρεις πρώτες συνεδρίες περιορίστηκα στις διαδικασίες, που θεώρησα ότι θα ανακούφιζαν την δυσκαμψία του άνω άκρου της και θα αποτελούσαν εφιαλήριο για την γενική εξισορρόπηση του οργανισμού της.

Πιο συγκεκριμένα έκανα:

Ο χρόνος που δαπανάται γελώντας, είναι ο χρόνος που δαπανάται με τους θεούς.

Ιαπωνική Παροιμία

Συνέχεια από την σελίδα 4

1η Συνεδρία:

KXB1 (1-2) 10' / KXB2 (1-4) 10' / Hit the lat 5' / Διαδικασία αγκώνα/καρπού 10' / Διαδικασία αντιβραχίου 10'

2η Συνεδρία:

KXB1 (1-10) 10' / KXB2 (1-16) 10' / Διαδικασία νεφρών 10' / Hit the lat 5'

3η Συνεδρία:

KXB1 (1-4) 10' / KXB2 (1-8β) 10' / Hit the lat 5' / KXB 3 (1-4) 10'

Μετά την συνεδρία αυτή παρατήρησα ότι οι πληγές στα κάτω άκρα και κυρίως στο αριστερό είχαν βελτιωμένη όψη και η ερυθρότητα ήταν μειωμένη.

4η Συνεδρία:

KXB1 (1-4) 10' / KXB2 (1-4) 10' / Hit the lat 5' / KXB3 (1-8) 10' / Διαδικασία Ωμου 10'

Το οίδημα και η ερυθρότητα υποχώρησαν αρκετά μετά την συνεδρία αυτή. Επίσης, η κυρία Μ. άρχισε να πατάει το αριστερό της πέλμα καλύτερα κατά την βάδιση και σταμάτησε να το σέρνει, καθώς αυξήθηκε η κινητικότητα και το εύρος κίνησης της ποδοκνημικής άρθρωσης.

5η Συνεδρία:

KXB1 (1-4) 10' / KXB2 (1-16) 10' / Διαδικασία νεφρών 10' / Διαδικασία οπίσθιων μηριαίων (1-3) 10' / Hit the lat 5' / KXB3 (1-8) 10' / Διαδικασία Ωμου 10'

Το οίδημα και η ερυθρότητα υποχώρησαν τελείως μετά την συνεδρία αυτή και τα έλκη έγιναν πιο μικρά και ξηρά, καθώς σταμάτησαν τελείως οι εκκρίσεις. Το δεξί άνω άκρο έχει αποκτήσει κάποια κινητικότητα και με λίγη βοήθεια η κυρία Μ. μπορεί να το σηκώσει ψηλά, πολύ πιο εύκολα από πριν.

6η Συνεδρία:

KXB1 (1-2) 10' / KXB2 (1-4) 10' / Διαδικασία οπίσθιων μηριαίων (1-16) 10' / Διαδικασία Γόνατος (χωρίς το κλείσιμο) 10' / Διαδικασία Πυέλου 10'

Τα άκρα καθάρισαν εντελώς από τα έλκη και το αριστερό της βλέφαρο ήταν ανοικτό! Τόσο η ίδια όσο και οι συγγενείς της ελπίζουν ότι η θεαματική βελτίωση θα συνεχιστεί!

Συνέχεια από την σελίδα 5

ΝΕΥΡΟΔΕΡΜΑΤΙΤΙΔΑ (Φωτογραφίες με χρονολογική σειρά)



*“Η ευτυχία δεν είναι τίποτα παραπάνω
από καλή υγεία και κακή μνήμη.”*

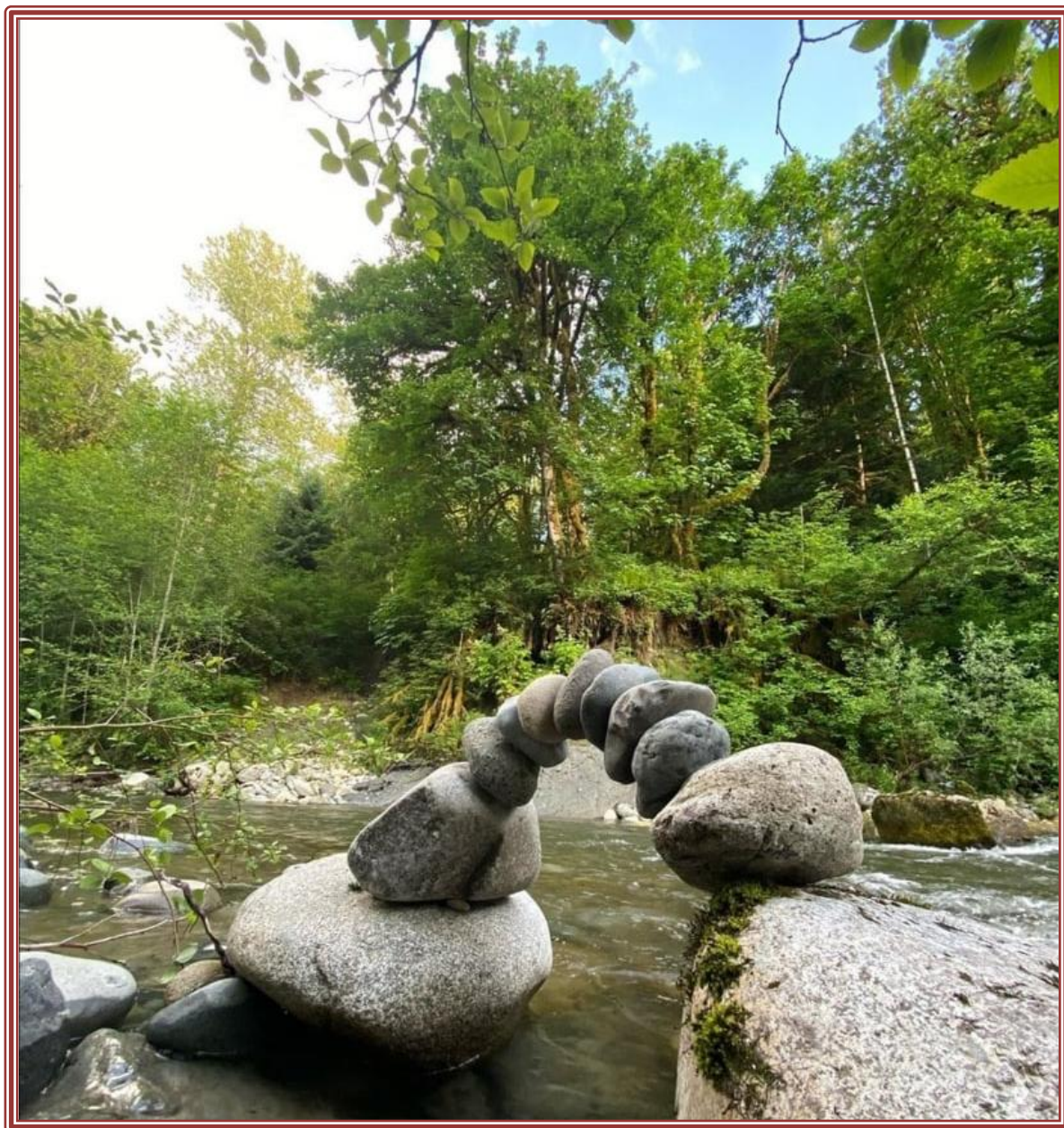
Albert Schweitzer
Βραβείο Nobel 1952

Προϊόντα Bowtech

Δώρα για τα Χριστούγεννα; Επιλέξτε ποιοτικές και οικονομικές λύσεις για τις προσωπικές και επαγγελματικές σας υποχρεώσεις. Κούπες, Mousepad, Αυτοκόλλητα, Roll on, Φυλλάδια. Για τις τιμές επικοινωνήστε μαζί μας με μείλ στο info@bowen.gr.



Καλό Χειμώνα!



Ας γεφυρώσουμε τα χάσματα.
Αγάπη είναι η απάντηση!