

מחטים לאיכות החיים הדיקור הסיני כטיפול לאנטי-אייג'ינג ושיפור מראה העור

זהר ברק אור

במשך אלפי שנים, חקרו ותרו המטפלים הסינים הטובים במזרח אחר הדרך ל"חיי נצח" ולשמירה על איכות חיים גבוהה. הם חקרו אופני טיפול שונים באמצעות דיקור, צמחי מרפא, תזונה, תכשירי קוסמטיקה וטכניקות מדיטציה שונות. רוב הממצאים לא פורסמו מעולם והועברו בסודיות רבה ל"שוליה" או לזרות הבאים, ירדו לטימיון עם מותו של המטפל החוקר. כבר למעלה משני עשורים הולך ומתחזק כוחה של הרפואה הסינית בעולם המערבי. בראשית הדרך התמקדו המטפלים באופני ריפוי למחלות הנפוצות ביותר. בתי הספר לרפואה סינית ברחבי העולם בנו תוכניות לימוד המושתתות על יסודות הריפוי למחלות פנימיות, אורטופדיות וכדומה, ואולם כעת, כאשר בכל צפון אמריקה, באירופה וכמובן בארץ, התקבלה הרפואה הסינית כדרך חיים, כרפואה מונעת ומשמרת, ואף מאטה במידה רבה את קצב ההזדקנות ואת מרבית תופעות הלואי הנלוות לזיקנה.

המוחדרות בחלקי הגוף, בנוסף לטיפול, הוא שמירה על איזון במהלך הטיפול ומניעת תחושת סחרחורת ועייפות בתומו.

באופן כללי, עור הפנים מושפע מהבריאות הכללית, אך באופן מאוד ספציפי מיוחסות תופעות שונות בעור לחולשה, האטה בתפקוד, חסימות או תפקוד "עודף" של האיברים הפנימיים בגופנו, לדוגמא:

- כבד שומני וחסום – מאיץ היווצרות כתמי גיל
- עודף חום בקיבה ובכבד – יוצר נימי דם מורחבים, עיניים אדומות ופצעים.
- טחול חלש – גורם לצניחת עפעפיים מוקדמת ולי"נפילת" עור הפנים.
- כליות שאינן מתפקדות כראוי – גורמות לנשירת שיער ועיגולים כהים מסביב לעיניים.
- מתח נפשי גורם להתפתחות מחלות עור רבות כמו גם לאקנה בגיל מבוגר או סבוריאה.
- בעיות עיכול – גורמות לעור דהוי וחסר חיוניות דוגמא מצוינת להשפעת תפקודי מערכת הגוף על מראה העור, היא עור פניהם של המעשנים הכבדים. מאפיין ברור של אלו המעשנים שנים רבות הוא עור חיוור, אפרורי, נטול ברק ומקומט יחסית לגילם.

את הבריאות הכללית ותפקוד האיברים הפנימיים. בטיפול בדיקור לאנטי-אייג'ינג המשלב דיקור קוסמטי, מחזירים עד כ-40 מחטים בפנים, מהן כ-50% בנקודות מרידיאניות, המשפרות את הסירקולציה בפנים, פותחות סטגנציות ופועלות במקביל לתיפקודן המרידיאני גם לשיפור האלסטיות של שרירי הפנים, ל"הרמת" שרירי הפנים ולעיבוי הדרמיס והאפידרמיס על ידי עידוד יצור מוגבר של קולגן ואלסטין. 50% מהמחטים הנתרות מוחדרות ישירות בפתולוגיות עור כגון: בתוך קמטים, כתמי פיגמנטציה, כהות או נפיחות מתחת לעיניים, צלקות, באזורי מחלות עור וכדומה.

בטיפול מתמקדים בנקודות דיקור המשפיעות על הזנה ולחלוח העור, בנקודות האחראיות על מניעת היווצרות כתמים, כהות מתחת לעיניים, נשירת שיער מוגברת, מחלות עור ובנקודות בהתאם למצב בריאותו הכללית של כל מטופל ומטופל באופן אישי, לאחר אבחון ותשאול מדקדק.

על פי התאוריה, כאשר הבריאות הכללית במצב אופטימלי, משתפרת תנועת הדם וה-Qi לפנים, ומשתפר גם תפקודם של כל אחד ואחד מהאיברים הפנימיים במקביל לערוצי האנרגיה, לאורכו ולרוחבו של הגוף. תפקיד המחטים

הטיפול מעודד מטבוליזם של תאי העור, ניקוז רעלים ויצירת תאי עור חדשים, ומשפר משמעותית את גמישותם של שרירי הפנים, חיזוקם ומתיחתם. הדיקור מאט את תהליך ההזדקנות תוך ניצול אופטימלי של הפוטנציאל הטבעי של העור לחדש ולשמר את עצמו.

כיצד זה פועל?

במהלך הטיפול מוחדרות מחטים לאזורים שונים בפנים ומתחיל תהליך של רענון, חידוש תאי עור, יצור קולגן ואלסטין טבעי והחייאה של עור הפנים. הדיקור לאנטי-אייג'ינג ולהצגרת העור מעודד זרימה מוגברת של Qi כמו גם אספקת חמצן ולקמות, בזכות הזרמת הדם המוגברת לאזור הפנים. הטיפול מעודד מטבוליזם של תאי העור, ניקוז רעלים ויצירת תאי עור חדשים, ומשפר משמעותית את גמישותם של שרירי הפנים, חיזוקם ומתיחתם. הדיקור מאט את תהליך ההזדקנות תוך ניצול אופטימלי של הפוטנציאל הטבעי של העור לחדש ולשמר את עצמו. הטיפול יעניק לחות לעור מבפנים כלפי חוץ, והקמטים ימולאו ויטושטשו אך ורק באמצעות המאגרים הטבעיים של הגוף. במקביל לטיפול בהבט האסתטי, יעבור המטופל סדרת טיפולי דיקור בשילוב צמחים שתשפר את האיזון האנרגטי, איכות השינה, מצבו הנפשי וכן

מהו דיקור לאנטי-אייג'ינג?

הגישה ברפואה הסינית לטיפול אינטי-אייג'ינג, מתייחסת למכלול בעיות הבריאות והפגיעה באיכות החיים, למצב האנרגטי, הנפשי והפיזי בשילוב עם המראה החיצוני, כמקשה אחת. במילים אחרות, הגישה שואפת שהאדם יראה במיטבו מתוך בריאות שלמה. השכבה החיצונית, המעטפת כולה והפנים בפרט משקפים במדויק את המצב הפנימי על כל היבטיו כך שבאופן טבעי כשמטפלים ביעול ו"נירמול" תפקוד האיברים הפנימיים, בשיפור המצב הנפשי, מראה העור משתפר פלאים. בנוסף לטיפול הדיקור בשילוב צמחים, המוכרים לכל המטפלים, קיימות טכניקות בנות למעלה מ-1000 שנים, הכוללות כוסות רוח, גואשה, דרמה רולר, מוקסות ועוד, המסייעות לחידוש והצגרת עור הפנים ומשתתפות בתהליך. המחקר היחיד שהתקיים בתחום בשנת 1996 ופורסם במגזין של הרפואה הסינית, הראה שמקרב 300 מטופלים שהשתתפו במחקר אודות ההשפעה של הדיקור על מראה החיצוני, אצל 90% מהם חל שיפור ניכר במראה העור. השיפור התבטא בגוון פנים, העלמות קמטים קטנים וטושטוש קמטים עמוקים והעור נראה מורם ומתוח יותר.

זהר ברק אור – בוגרת סנט ג'ון קולג' בטורונטו, מטפלת מנוסה בדיקור קוסמטי וחלוצת השיטה בארץ. זהר שבה לארץ אחרי סיבוב של חמש שנות לימוד בטורונטו, ונקובר, ארצות הברית, הונג-קונג, סינגפור ותאילנד והביאה טכניקות לטיפול מגע ושיטות להצגרת העור מרחבי הגלובוס אצל טובי המרצים. בקליניקה שהקימה בשרון מטפלת זהר בטיפול אינטי-אייג'ינג אלטרנטיביים בשילוב דיקור וצמחי מרפא. זהר מרצה בקמפוס ברזשים, מובילה את תחום הדיקור הקוסמטי בארץ ומכשירה דור חדש של מטפלים מקצועיים באסתטיקה רפואית טבעית.



מספר ומשך הטיפולים:

מספר הטיפולים המומלץ בסדרה הוא בין שבעה לשנים עשר, בהתאם לגיל, לבריאות ולמצב העור של המטופל. הטיפול נמשך כשעה ונעשה על בסיס שבועי או דו-שבועי. ברוב המקרים, בסוף סדרת הטיפולים השיפור ניכר, וטיפול "תחזוקתי" אחת לחודש יבטיח את שמירת התוצאות והמשך שיפור במשך כשלוש עד חמש שנים.

עד כמה ניתן לשנות?

ניתוחים פלסטיים והזרקות של חומרי מילוי או משתקים למיניהם, הנפוצים מאוד בטיפול האסתטיקה המערביים, יכולים להביא לשינוי משמעותי במראה החיצוני של האדם בזמן קצר מאוד. יחד עם זאת, לרבות מן ההתערבויות הכירורגיות תופעות לוואי קשות. בנוסף, הפעולות הפלסטיות כולן מטפלות אך ורק באופן המתחיה והמראה הכללי של שכבת העור החיצונית, הן אינן נותנות ביטוי כלל להיותו של העור מעטה חיצוני והשתקפות של הבריאות הכלל מערכתית ושל הנפש.

דיקור אנטי אייגיינג זו הטכניקה היחידה בה ניתן לשפר משמעותית את מראה העור ואיכותו ולהקנות למטופל מראה צעיר של בין חמש לעשר שנים, במקביל לשיפור הבריאות הכללית, המצב האנרגטי, המרץ, איכות השינה, החיוניות ושמחת החיים.

דוגמא לתוצאות טיפול:



אחרי

לפני

מטופלת של ענת יובל, מטפלת ברפואה סינית ובוגרת קורס דיקור קוסמטי, קמפוס ברושים דצמבר 2009
המטופלת, בת 50, צולמה לפני ואחרי סדרה בת 10 טיפולים.

באילו תופעות נטפל בדיקור לאנטי-אייגיינג ואסתטיקה סינית?

בטיפול דיקור בשילוב צמחים סיניים ותזונה מתאימה מטפלת השיטה בסמפטומים המלווים את תהליך ההתבגרות והזקנה:

- אובדן החיוניות
- זיכרון ופיזור הדעת
- אובדן מוטיבציה וחדוות החיים
- הפחתת מתח וחרדות
- רמה אנרגטית נמוכה
- איכות שינה ירודה
- כאבים כלליים

ניתן לטפל בכל הסימפטומים במקביל, תוך עידוד שמירה על כושר ובחירת אורח חיים דינאמי ויצירתי.

השינויים הצפויים במראה החיצוני:

- הפחתה וטשטוש קמטים
- מיצוק העור ושיפור גונו
- טשטוש והפחתת כתמי גיל
- העלמת כהות ונפיחות מתחת לעיניים
- הרמת עפעפיים והרמת עור הפנים
- הגמשת העור ושיפור אלסטיות שרירי הפנים
- טיפול באקנה, סבוריאה, ושאר מחלות העור

למי הטיפול מתאים ולמי אינו מתאים?

מומלץ להתחיל את טיפולי האנטי-אייגיינג סביב גילאי 35-40, כאשר מתחילים להופיע סימני הגיל הראשונים. הטיפול יעיל ביותר למטופלים

עד גיל 60 אך בגלל היותו טיפול המבוסס כולו על המאגרים החיוניים בגופנו, ניתן לטפל בכל גיל.

- אנשים הסובלים מבעיות לב או למי שמשתמש בקוצב לב.
- בעלי לחץ דם גבוה או לחץ דם שאינו מאוזן..
- סוכרתיים
- נשים הרות
- הסובלים ממיגרנות כרוניות
- הסובלים מהפרעות נפש ונוטלים תרופות
- הנוטלים מדללי דם
- הטיפול לא מומלץ למעשנים

נקודות דיקור עיקריות:

ST-3 מרחיקה חום מהבטן, מחזקת את המרידיאן ומשחררת חסימות, מחדדת ראייה, מרחיקה רוח, מורידה נפיחות בשקיות מתחת לעיניים.

ST-4 מחזקת את המרידיאן ומרחיקה רוח, מחזקת גידים ושרירים בפנים, משחררת תפיסות שרירים סביב השפתיים.

ST-8 מחדדת ראייה, מבהירה עיניים, מרחיקה רוח וחום, נקודה חשובה לכאבי ראש וסחרחורות, נקודה עיקרית להרמת הפנים.

LI-20 מסייעת בניקוי הריאות, ניקוז מערות האף ומפעילה את המרידיאן, בשילוב עם LI-5 טובה לכל בעיות העור, סינוסים, דימום באף ואלרגיות

SI-18 ממריצה את המרידיאן, מטפלת בפרוסים פנים, עיוותים וטיקים, טיפול בכאבים, לשקיות מתחת לעיניים ופנים אדומות (קופרוז).

BL-2 מחדדת ראייה, טובה לטיפול בדלקות עיניים, כאבי ראש קדמיים וסינוסים, מרגיעה LIV ע"י פתיחת סטגנציה ב-LI, מבריקה עיניים באמצעות קירור, מנקה סינוסים.

G.B-13 לטיפול בכאבי ראש, סחרחורות, חולשה, מסלקת רוח מהראש, מרגיעה את הנפש ומטפלת בחרדות, משפרת חיוניות, נקודה עיקרית להרמת הפנים.

GB-14 מסייעת לכאבי ראש, חולשה, מחלות עיניים, איבוד הבעה או תחושה בפנים, מורידה ומרגיעה Qi מהראש לגוף, שיפור יכולת מנטאלית, מבריקה עיניים ומסלקת חום, מטפלת בעפעפיים נפולים.

YIN TANG מחדדת ראייה, מפיגה כאבי ראש, חולשה וסחרחורות, סינוסים, מאזנת ומרגיעה.

TAI YANG לטיפול בכאבי ראש, דלקות עיניים, שיתוקי פנים, מרחיקה חום וממריצה את הדם.

DU-20 מפגש כל מרידיאני ה-Yang, מחזקת ומעלה SP, נקודת החיאה, מעלה לחץ דם, אולי הנקודה החשובה בטיפול אנטי-אייגיינג משום כוחה להניע מעלה Qi ודם.

LIV-2 מחזקת את הכבד, מסדירה מחזור ומעודדת את פעולת דרכי השתן, יוצרת איזון הורמונאלי, מחממת ומניעה דם ו-Qi של ה-LIV, מעלה דם לבית החזה ולראש.

LIV-3 ממריצה את פעולת הכבד, תורמת לאיזון ה-Qi, מחזקת את הטחול, מרחיקה לחות, מסייעת להסדרת מחזור, וליתר לחץ דם, מרגיעה ומטפלת בהפרעות נפש וחוסר איזון, מעודדת Qi בכל המרידיאנים, מרגיעה, בשילוב LI-4 פותחת Gates 4.

KID-3 מחזקת את ה-Yin וטוענת את הכליות, מרגיעה את הכבד, מחלישה את ה-Yang מחזקת את המרידיאן ואת כלי הדם בו, מטפלת ביתר לחץ דם, חולשה וסחרחורות, נקודת אדמה, מווסתת רחם, משפיעה על המוח, מקררת במצבי חום מדומה.

KID-4 עם BL-64 מזינות את העור בנוזלי גוף, טובה לפסוריאזיס, סבוריאה, לטיפול בפחדים ובחרדות.

KID-6 מטפלת בעייפות ובחולשה, מסדירה מחזור ומעודדת הפרשות, מחזקת את ה-Yin מסייעת לטיפול בדלקות גרון כרוניות, תורמת לאיזון

הפרשות וגינאליות וטיפול בדלקות, טובה לנשים בגיל המעבר, לבעיות שינה, מקררת, מורידה חום ומלחחת את עור הפנים ועיניים יבשות.

ST-36 מווסתת את סירקולציית הדם והאנרגיה בגוף, מחזקת את ייצור ה-Qi ב-TW, משפרת את מערכת החיסון, מעלה אנרגיה, מפעילה מעיים ובטן תחתונה להוצאת צואה, נקודת האדמה הגדולה בגוף, מיצבת מבחינה מנטאלית, מחזירה למסלול חיים, מווסתת לחץ דם גבוה, מרגיעה ומקררת LIV HT, תומכת ב-YIN – איזון והרגעה של מערכת העצבים (זו נקודה שלעולם לא תצטערו שהשתמשתם בה...).

כיוון מערב



על העור:

כדי להבין את התהליך דרך עיניים מערביות, אנו חייבים ללמוד תחילה את מבנה העור. העור מהווה חיץ בין פנים הגוף והסביבה החיצונית. לעור יש תפקידים רבים:

- מניעת חדירה של גורמים היכולים לפגוע בגוף כגון חיידקים, מחלות וכן חומרים מסוכנים.
- מניעת איבוד מים והתייבשות.
- שמירה על חום הגוף.
- קליטת מידע מהסביבה באמצעות הקולטנים המהווים את חוש המישוש.

העור הוא האיבר הגדול ביותר בגוף. משקלו הוא כ-15% ממשקל הגוף כולו. עובי העור משתנה בהתאם לאיזורי הגוף השונים. בכפות הידיים והרגליים הוא מגיע לעובי של 3 מילימטרים ואילו בעפעפיים נמצא את העור הדק ביותר – שעוביו פחות ממילימטר אחד. העור מורכב משתי שכבות עיקריות: האפידרמיס והדרמיס, ומתחתן מצויה ההיפודרמיס, שכבת שומן תת עורית.

אפידרמיס – זוהי שכבת העור החיצונית, המהווה קו הגנה ראשון בפני השפעותיהם המזיקות של זיהום האוויר, החיכוך, קרינת השמש והחומרים הכימיים באוויר ובמים. באפידרמיס 3 סוגי תאים עיקריים: הקראטינוציטים המהווים את רוב התאים, המלנוציטים האחראיים ליצור המלנין שקובע את צבע העור, ותאי לגנרנהס החשובים למערכת החיסון של העור. רוב תאי האפידרמיס מתחדשים כל 30 עד 40 ימים.

השכבה העליונה של האפידרמיס נקראת השכבה הקרנית, היא שכבת המגן. זו שכבת תאים מתים שתוכנם הוחלף בחומר חלבוני צמיג הנקרא קראטין. תאי השכבה הקרנית מוצמדים אחד לשני ב"מלט" ביולוגי שתפקידו למנוע חדירת חומרים ומיקרואורגניזמים (חיידקים, פטריות ווירוסים) העלולים להזיק לרקמות הפנימיות של הגוף.

ST-37 מקנה איזון למעי הגס, מושכת Qi מטה, תומכת ביצור נוזלים ודם, מסלקת לחות חמה מהמעיים, מסלקת חסימות של מזון, חום ולחות. האמא של 12 המרידיאנים ST-39, BL-11, ST-37, מספקת תמיכה כלל מערכתית לשיפור אנרגטי ולבנייה מחדש של מערכת ייצור הדם ונוזלי הגוף

ST-39 בונה דם עם ST37 ו-SP10 לחיזוק הדם: ST-39, BL-11, ST-37.

SP-6 מחזקת את הטחול, מפחיתה ומונעת הצטברות לחות, שומרת על איזון וקרקוע, עוזרת לבעיות גינקולוגיה ופריון, שלשול ובעיות מעיים כרוניות, חוסר תפקוד של השלפוחית וחסימה בדרכי השתן, מחזקת תפקודי כבד ופותחת חסימות, מזרימה Liver Qi כאשר הסטגנציה גורמת לכאבי בטן ומחזור, מצוינת לכל בעיות הגינקולוגיה, בשילוב עם LI-11 מצוינת לפצעים בעור מחום בדם.

SP-9 מחזקת טחול, שומרת על איזון ופיזור הנוזלים בגוף, תומכת בכניית דם ובשיבושים במחזור החודשי.

SP-10 מסדירה מחזור, מאזנת הורמונאלית, ממריצה ומשפרת זרימת דם, מסייעת להפחית עודף לחות כמו במקרים של שקיות מתחת לעיניים, מסייעת ביצור דם ובחיזוק דפנות כלי הדם, מקררת ולכן מצוינת לבעיות עור הנובעות מחום בדם, מועילה לנשירת שיער.

LU-5 מרגיעה גרד ע"י לחלוח העור, בשילוב ST-40 מוציאה ליחה חמה מהריאות, טובה לפיזור נוזלי הגוף, טובה ליובש בשכבות החיצוניות.

דרמיס – זוהי השכבה הנמצאת מתחת לאפידרמיס ומספקת לה תמיכה והזנה. הדרמיס מורכב ברובו מסיבים חלבוניים עבים הנקראים סיבי קולגן. סיבים אלו, השזורים כחבלים, מעניקים לעור את חוזקו. סיבי הקולגן מופנים לכיוונים שונים על מנת להקנות לעור את האלסטיות. בנוסף, קיימים בדרמיס סיבי האלסטין הפועלים כקפיצים. הם מעניקים לעור את היכולת לחזור לצורתו המקורית לאחר מתיחה, קיפול או צביטה.

בכל ס"מ מרובע של דרמיס ישנה רשת עשירה של נימים וכלי דם באורך של יותר ממטר, שתפקידה לספק מזון וחמצן לעור ולווסת את חום הגוף, ומספר רב של קצות עצבים האחראים לתחושות המישוש והכאב בעור, זקיקי שיער, בלוטות חלב ובלוטות זיעה.

היפודרמיס – זוהי השכבה התת-עורית העשויה רקמת חיבור רופפת ורקמת שומן. היא מחברת את העור עם הרקמות שמתחתיו ומשמשת לבידוד ולשמירת חום הגוף. עוביה של ההיפודרמיס משתנה: ממילימטרים אחדים אצל אדם רזה ועד לסנטימטרים רבים אצל אדם שמן.

קולגן – זהו חלבון סיבי המהווה 75% ממרכיבי העור, מרכיב את העצמות, הסחוסים, השרירים ורקמות החיבור בגוף. הוא אחד ממרכיבי הגוף העמידים ביותר. הוא משמש במערכת בניית הגוף, אחראי לאיחוי עצמות, לריפוי פצעים, ליצירת כלי דם חדשים וחיזוקם.

בכל אחת מרקמות הגוף, קיים סוג קולגן אחר. שמירה על רמת יצור קולגן גבוהה תשמור על אלסטיות השרירים ורקמת העור.

אלסטין – זהו חלבון גמיש, לעומת הקולגן הקשיח, והוא אחראי על גמישות האיברים כגון מיתרים, עורקים, ריאות, מעיים, שרירים והעור. הוא מצוי בכל רקמות החיבור המקנות לגוף את יציבותו ואת יכולת התנועה שלו. ייצור האלסטין פוחת משמעותית עם סיום הליך הגדילה.

LU-9 נקודת אדמה ולכן מחזקת, מחזקת Lung Qi, מסייעת בהוצאת ליחה, נקודת איזון ותמיכה אנרגטית, מחזקת דפנות כלי הדם, מעולה להזנה ולחלוח של העור.

HT-7 טובה לכל בעיות הלב והנפש, בעיות מנטאליות, מתח, מרגיעה את ה-SHEN, מטפלת בדיכאון, מועילה לאיזון במקרים קשים של חרדות, מועילה לגרד בעור עקב מקרי חרדה.

LI-4 מסייעת לאיזון טמפרטורה, לטיפול בכאבי ראש, הזעת יתר, משפרת תנועה, מחזקת Qi כללי, בשילוב ST-36 מאיצה Qi, בשילוב עם LIV-3 מועילה לעצירות, מרגיעה אש בכבד, נקודה מרכזית בטיפולים.

LI-5 בפיזור מקררת ומועילה בבעיות גרד, אדמומיות וצריבה בעור.

LI-11 יעילה להרגעה באמצעות קירור, טובה לבעיות עור הנובעות מחוסר דם ומחום בדם,

בשילוב BL-40 מועילה לבעיות עור הנובעות מחום בדם.

ללא איפור. הצפייה של שתינו מהטיפולים היתה משולבת:



לטוב ולרע, הסביבה מתייחסת אלינו בהתאם למראנו החיצוני. המראה החיצוני תורם רבות לביטחון, לדימוי העצמי, לשמחת החיים ולבריאות הנפש. אדם שבריאותו אופטימאלית, מצב הרוח שלו משופר, והמצב האנרגטי שלו תקין ייראה ללא ספק טוב יותר. אבל בנוסף, מהכיוון השני, הוכח כי אדם הנראה טוב יותר, יחוש טוב ומצב בריאותו ישתפר פלאים

סיפור מקרה

איריס

בת 48, מנהלת בכירה, עובדת במשרה מלאה, נשואה ואם לשני ילדים בתיכון. איריס הגיעה אלי לטיפול משולב של דיקור קוסמטי לשיפור מראה העור, ולשיפור התחושה הכללית, כשהיא מתלוננת במקביל על גלי חום קשים, המופיעים בעיקר במהלך היום וגורמים לה למבוכה ואי נוחות, וכן על כאבי ראש תכופים. המחזור החדשי פסק לחלוטין חצי שנה לפני שהגיעה לטיפול, גלי החום החלו מספר חודשים לפני שפסק המחזור אך נעשו עזים ותכופים מהרגע שפסק. היא טיפוס שמח, אופטימי ותאב חיים באופיה, אך בשנה האחרונה היתה נטולת אנרגיות וחטיפשה כיוון חדש לחייה על מנת להשיב את חדוות העשייה והשמחה. תזונתה מאוזנת, יציאות תקינות, שינה יציבה ללא הזעות לילה, מעט נפיחות בבטן ועודף משקל קל. עור פניה של איריס שומני מאוד ויבש, נקבוביות פתוחות, מעט קופרוז וסבוריאה קלה באזור האף. עור הפנים חיוור וחסר חיים. עורה של איריס עבה וטונוס שרירי הפנים שלה מצוין לילה, אך היא נראית מזוהנת ולא מרשה לעצמה לצאת מהבית

שיפור מראה העור במקביל לתחושה פנימית טובה יותר, השבת המרץ ושמחת חיים וכמובן טיפול בתופעות גיל המעבר ברמה הפיזית והנפשית.

אבחנה מبدלת:

חוסר Yin הריאות, חוסר Yang ו-Yin הכליות, עליית Yang הכבד, יובש וחום מדומה. אופן הטיפול:

איריס הגיעה לסדרה שבועית בת עשרה טיפולים. הטיפולים הראשונים כללו דיקור בלבד בנקודות גוף המתייחסות להיבט הבריאותי והנפשי ונקודות דיקור בפנים לטיפול במצב העור.

נקודות עיקריות: Liv-3, Liv-8, Sp-10, Sp-6, Li-4. בטיפול דיקור קוסמטי דוקרים בנקודות גוף בקצוות בלבד לשם קרקוע. בפנים טופלה איריס בדיקור בשילוב כוסות רוח וגואשה על מנת לשפר את איזון המזלים, עודף השומן וחוסר הלחות, לשפר את תנועת ה-Qi והדם לפנים כדי לשפר את חיוניות העור והאלסטיות שלו. מחטים תת עוריות סביב האף טיפלו בסבוריאה. איריס מרחה משחה לסבוריאה על בסיס פוליגונם ומרווה באופן קבוע במהלך חמשת השבועות הראשונים של הסדרה. בטיפול החמישי החלה ליטול את הפורמולה של קאן Female Comfort המזינה את Yin הכליות והכבד, מטהרת חום מדומה, מרסנת את Yang הכבד, מזינה דם ומרגיעה את הנפש. שמה המקורי Kun Bao Tang – 12 פרמולה ייעודית נפוצה מאוד, בעלת יכולות הזנה מופלאות, העוזרות להקל על תופעות גיל המעבר גם בסין של היום.

אחרי סדרה בת חמישה טיפולים, דווחה על מחזור שקבלה אחרי כמעט 8 חודשים, ואחרי שבועה טיפולים פסקו גלי החום לחלוטין. במקביל הלך מצב רוחה והשתפר וגמלה בלבה ההחלטה להתפטר מתפקידה ולחפש כיוון חדש לחלוטין בחייה. הסבוריאה כמעט נעלמה אחרי הטיפול הרביעי, והחל מהטיפול השמיני, משחלפו גלי החום ומשעב האיזון לגוף כולו, החל עורה של איריס לקבל חיים והיא החלה לקצור מחמאות מהקולגות בעבודה.

כיום, אחרי סדרה בת עשרה טיפולים רצופים וטיפול תחזוקה חודשיים במהלך שנה שלמה, עדיין יש לאיריס מחזור סדיר וגלי חום לעיתים רחוקות ביותר ובנפוצה קלה מאוד מופיעים לפרקים. היא נראית מטופחת, עורה בוהק, בריא ומלא חיים. הסבוריאה לא שבה, הנקבוביות כמעט נעלמו והעור מלוחלח כמעט ללא שימוש בקרמים להזנה. מצב רוחה מצוין והיא בחיפוש אחר קריירה שנייה בחייה.

Female Comfort

איברים: Kidney, Liver

מצב אנרגטי ומצב איברים : and false heat Liver and kidney yin deficiency with Liver yang rising

פעולה עפ"י רפואה סינית: מזין את Liver and Kidney yin, מטהר חום מדומה, מרסן את Liver yang, מזין דם, מרגיע מחשבה ונפש.

שם מקורי (ביסוס היסטורי): הפורמולה Bao Tang (Female Treasure Decoction) Kun BaoTang אשר עדיין נמצא בשימוש נרחב בסין המודרנית.

אינדיקציות מערביות: הפרעות במחזור, טרום מנופאזה או מנופאזה הגורמות לגלי חום, הזעות לילה, תחושת חוםבערב, הסמקה, סחרחורת, טיניטוס, צמא, אינסומניה, כאב גב, כאב ראש, יובש בגרון, נרתיק, שיער ועורשתן מועט או כהה, גירודים, טשטוש ראייה, נפיחות בבטן או בשדיים, כאבים בגיניים ובמפרקים, האפרת שיער מוקדמת.

התוויות פסיכולוגיות, רגשיות ומנטאלית כוללות: איריטביליות, התפרצויות זעם, בהלה,

שינויים במצב - הרוח, דיכאון, שכחה, עצבנות, חרדה, קושי בריכוז, לאות, עליות וירידות בחשק המיני, או תחושת אי-נינוחות כללית המלווה את השינויים ההורמונאליים.

דופק: ריק או דק, מהיה, צף, מעט מיתרי ביד שמאל.

לשון: אדומה, ללא חיפוי, יבשה ומחורצת.

דיקור: LIV-3, LIV-8, KID-3, KID-6, KID-10, BL-18, BL-23, GB-20, TW-5, SP-6

מינון: 20-60 טיפות ביום

מקורות והתפתחות: (Female Treasure Decoction) Kun Bao Tang הינו מרשם מסורתי לטיפול בהפרעות מחזור ומנופאזה, ועדיין נמצאבשימוש

רכיבים:

<i>Shu Di Huang</i>	<i>Rehmannia Root</i> (Prepared)
<i>Nu Zhen Zi</i>	<i>Ligustrum Fruit</i>
<i>He Shou Wu</i>	<i>Polygonum multiflorum root</i>
<i>Tu si zi</i>	<i>Chinese Dodder Seed</i>
<i>(Chao) Suan Zao Ren</i>	<i>Sour Jujube Seed</i> (Dry-fried)
<i>Mai Men Dong</i>	<i>Ophiopogon Tuber</i>
<i>Fu Pen Zi</i>	<i>Palm Leaf Raspberry Fruit</i>
<i>Gou Qi Zi</i>	<i>Lycium Fruit</i>
<i>Di Gu Pi</i>	<i>Lycii Radicis – Lycium Bark</i>
<i>Shan Zhu Yu</i>	<i>Asiatic Cornelian Cherry</i>
<i>Bai Shao</i>	<i>White Peony Root</i>
<i>Dang Gui Shen</i>	<i>Dong Quai Root</i>
<i>Zhen Zhu Mu</i>	<i>Mother-of-Pearl Shell</i>
<i>Huang Ju Hua</i>	<i>Yellow Chrysanthemum Flower</i>
<i>Zhi Mu</i>	<i>Anemarrhena Rhizome</i>
<i>Chi Shao</i>	<i>Chinese Red Peony Root</i>
<i>Han Lian Cao</i>	<i>Eclipta Herb</i>
<i>Huang Qin</i>	<i>Chinese Skullcap Root</i>
<i>Shi Jue Ming</i>	<i>Abalone Shell</i>
<i>Bai Wei</i>	<i>Black-end Swallowwort</i>

נרחב בסין המודרנית.

הפורמולה מתייחסת לטיפול בהפרעות במחזור החודשי (Menstrual Disorders), בנוסף לתחושות הגופניות של חוסר Yin ודם גם במצב הפסיכו-אמוציונאלי המלווה מחזור שאינו סדיר.

מרכיבים: הפורמולה מכילה מספר צמחים המחזקים ישירות את הדם וה-Yin, כגון: Shu Di Huang, He Shou Wu ו-Nu Zhen Zi, Gou Qi Zi,

Han Lian Cao ו-Shan Zhu Yu מחזקים את Liver and Kidney, בעוד Bai Shao Ren-

ו-Suan Zao Ren מחזקים את דם ה-Liver.

Tu Si Zi מחזק את ה-yin-yang, ו-Fu Pen Zi מחזק אתKidney yang. במרשם זה מופיעים

מספר צמחים המטהרים חום: Di Gu Pi המטהר חום על רקע Yin deficiency, בעוד ש-Zhen Zhu Mu ו-Huang Ju Hua מקררים חום ב-Liver.

Huang Qin מטהר חום ומרסן את Liver Yang, ו-Bai Wei מקרר את הדם. Zhi Mu מנקז אש מחוסר ב-Kidney ומחזק Yin, ו-Chi Shao מניע דם.

Ji Xue Teng, אשר בעיקר מניע את הדם ומעט מחזק, הוחלף ב-Dang Gui Shen, אשר בעיקר מחזק דם ומעט מניע ובכך מעצים את פעולת החיזוק של מרשם זה. Bei Sha Shen הוחלף ב-Mai Men Dong. לשני הצמחים מאפיינים דומים, למעט יתרונם של Mai Men Dong, שאינו שמונוי ומכביד. Sang Ye הושמט, ובמקומו הוגבר מינון Huang Ju Hua, על מנת לרסן את עליית Liver Yang, המופיע לרוב בעקבות חולשה ממושכת של Liver yin ודם ה-Liver. Shan Zhu Yu נוסף בשל יכולתו להזין אתLiver and Kidney ולשמר את התמצית. Gu Ya הושמט, ו-Zhen Zhu Mu ו-Shi Jue Ming הוחלף ב-

ולבריאות הנפש.

אדם שבריאותו אופטימאלית, מצב הרוח שלו משופר, והמצב האנרגטי שלו תקין ייראה ללא ספק טוב יותר. אבל בנוסף, מהכיוון השני, הוכח כי אדם הנראה טוב יותר, יחוש טוב ומצב בריאותו ישתפר פלאים, כך שבטיפול דיקור לאנטי-אייגינג נשיג יופי מתוך הבריאות ובריאות נפשית ופיזית מתוך מה שביטא אליו מהמראה.

