

KÁLMÁN RENÁTA természetgyógyász SZAKMAI PROGRAM

AKUPRESSZÚRA

Tevékenységem során kiegészítő gyógyító és életminőség javító szolgáltatást nyújtok. Ennek keretében a hagyományos kínai orvoslás szabályai szerinti javaslatokkal és kezeléssel prevencióra (betegségmegelőzésre) és egészséges életmódra ösztönzöm a páciensst.

Anamnézist veszek fel és egyénre szabott kezelési tervet készítek.

Az akupresszúra pontkezelést jelent, ami kiegészül masszázstechnikákkal (Tuina kínai gyógymasszázs) és egyéb ingerterápiás módszerekkel (moxa, köpöly, fülgyertya, stb).

A fül reflexzónáit szintén pontmasszázzsal kezelem, illetve fülmagot helyezek a megfelelő zónákra.

A Természetgyógyász Akupresszúra szakvizsgához:

EGÉSZSÉGÜGYI MODUL

TERMÉSZETGYÓGYÁSZATI MODUL alapvizsgák után

AKUPRESSZÚRA szakvizsgát tettem jeles eredménnyel az OKFŐ-nél.

A képzés alapfeltétele volt, hogy rendelői gyakorlaton vegyünk részt.

Ezenkívül más hazai intézményeknél is szereztem gyakorlatot a hagyományos kínai gyógyászat területéről: Tuina gyógymasszázs, nyelv- és pulzusdiagnosztikát, Yamamoto fejkezelést tanultam.

Jelenleg pedig egy külföldi e-learning képzést (San Yin Formation St. Malo) végzek.

Évente részt veszek Budapesten a Sokszínű Akupunktúra nap rendezvényén.

Kutatási területem fókuszában a női betegségek hagyományos kínai gyógyászattal, akupresszúrával történő megelőzése, kiegészítő kezelése áll.

FITOTERÁPIA

Munkám során egészségfenntartó, betegségmegelőző, roboráló terápiaként ajánlok gyógynövényeket, gyógynövény keverékeket, gyógynövénykészítményeket (gyógyhatású anyagok), aromaolajokat, méhészeti (apiterápiás) készítményeket.

A fentiek alkalmasak számos enyhe lefolyású betegség kezelésére és a pszichoszomatikus civilizációs betegségek gyógyítására.

A tevékenység során a páciensen természetgyógyászati állapotfelmérést végzek, anamnézist készítek, majd egybevetem az orvosi szakvéleménnyel.

Az alkalmazott terápiához hozzáillesztem a fitoterápiát. Alaposan végiggondolva, hogy nem áll-e fenn gyógynövény és gyógyszer összeférhetetlenség, pl. ha az illető vérhígító gyógyszert szed, akkor nem ajánlok neki vérhígító hatású gyógynövényt.

Egyénre szabott gyógynövény-receptúrát állítok össze. Egy gyógytea keverékben átlagosan 5-6 féle gyógynövényt alkalmazok, melynek összeválogatási szempontjai a receptúra készítés szabályaihoz igazodnak.

Tájékoztatom a páciens a gyógynövényfelhasználásról, lehetséges mellékhatásairól és csatolom a tea elkészítésének leírását.

A gyógynövények és a tápláléknövények alkalmazása bizonyos esetekben fedi egymást, ezért táplálkozástani összefüggésekre is felhívom a páciens figyelmét, pl. hogy milyen tápláléknövényekből (gyümölcs, zöldség, gabona, magvak) készült ételeket részesítsen előnyben illetve hogy miket kerüljön el.

A Természetgyógyász Fitoterapeuta szakvizsgához:

EGÉSZSÉGÜGYI MODUL

TERMÉSZETGYÓGYÁSZATI MODUL alapvizsgák után

FITOTERAPEUTA szakvizsgát tettem jeles eredménnyel az OKFŐ-nél.

Mivel a szakma hiteles és eredményes gyakorlásához ismerni kell a növények fő hatóanyagait, illetve azok hatását a szervezetre, ezért fontosnak tartom, hogy folyamatosan képezem magam ezen a területen.

A fitoterapeuta képzésnek nem volt feltétele a terepi gyógynövénygyakorlat és a gyógynövénytúrák, de mivel mind a népi gyógynövényismeret, mind a gyógyszerkönyvi gyógynövények (vagyis azok a növények, amik a Magyar

Gyógyszerkönyvben szerelnék) minél szélesebb tanulmányozása fontos része a tudás bővítésének, ezért régóta tanulok gyógynövényszakértőktől, természetgyógyász rendezvényeken veszek részt és rendszeresen járok a természetbe gyógynövényekkel ismerkedni.

A gyógynövényekből készített különféle tinktúrák, macerátumok, olajok, krémek, kenőcsök is hozzátartoznak a fitoterápiához, így ezek készítésével is foglalkozok.

Kialakítottam egy saját gyógynövényes kertet is, ahol azt is meg tudom figyelni, hogy mely növények jelennek meg egymással spontán társulásban.

Célom, hogy megismertessem az emberekkel a gyógynövények helyes használatát. Mivel tanári alapidplomám van, így nem áll távol tőlem az oktatás. Cikkeket, írásokat készítek a témában, illetve műhelymunkákat tartok.

Kiemelt területem itt is a női betegségek gyógynövényekkel és gyógykészítményekkel történő kezelése.

10 évig tanítottam meghívott előadóként Táplálkozástörténelmet a Szegedi Tudományegyetemen, illetve egészségnapokon, rendezvényeken (pl. Vegetáriánus Fesztivál) vettem részt, mint előadó.

Éveken keresztül cikkeket írtam a Herbáció magazinba.

2008-ban indítottam egy akkor még újnak számító vegetáriánus gasztroblogot. Később pedig létrehoztam egy jelenleg is működő táplálkozás-gyógynövények-egészség témát felölelő weboldalt (www.lettudatos.com).