

Léčba psychiky pomocí ušní akupunktury

Ušní akupunktura je pro praktika výborný nástroj, neboť ji můžeme použít jak diagnostiky, tak léčebně.

Nejčastěji používám stimulaci ušních bodů na závěr sezení s pacientem, jako doplněk k proběhlé formě terapie.

Pacient si odnáší domů nejen spoustu nových informací a uvědomění z terapeutického rozhovoru, (v ideálním případě pochopení souvislostí mezi jeho způsobem života, logikou uvažování, minulými událostmi a současným zdravotním stavem), ale i něco hmotného – jehličky či semínka na uchu. Spolu s doporučenou bylinnou léčbou ho přítomnost „čehosi“ na uchu neustále informuje o tom, že se snaží svůj stav změnit, a díky doporučené stimulaci bodů na uchu několikrát denně ho aktivně zapojuje do procesu léčení. Bylinky a jehličky tak vykonávají svou práci, a pacient podporuje změnu žádoucím směrem i aktivní účastí na procesu léčení (doporučenou stimulací bodů na uchu několikrát denně). Kombinace hmotných i nehmotných forem léčení výrazně posiluje účinek terapie a zkracuje čas léčení.

V posledním období jsem u několika pacientů s vděčností využila i další výhody ušní akupunktury, kterou je jednoduchost aplikace a ošetření pouze na malém prostoru těla.

Množí se mi případy, hlavně u mladých lidí, kdy pacient přijde s pojmenovaným zdravotním problémem (závažné onemocnění střev, neurologické problémy aj.), ale velmi rychle se rozhovor stočí na téma zeslabené psychiky. Ať už je labilní psychika příčinou nebo důsledkem zdravotních komplikací, často pacient vnímá zranění i na úrovni fyzické – ať už ze svého života (tvrdé tresty jako dítě, pohlavní zneužívání, šikana, zakomplexovanost a výsměch kvůli fyzickému tělu...), či jako pozůstatek různých nepříjemných vyšetření či zákroků.

V té chvíli mi přichází na pomoc ušní akupunktura. Je to sice zásah na fyzické úrovni, ale pacient ho vnímá daleko méně invazivněji než celotělovou akupunkturu. Nemusí se svlékat, nemusí si lehat, a v případě použití magnetků nebo semínek nepociťuje ani žádnou bolest. To vnímám jako velkou výhodu u pacientů, kteří potřebují nejdříve obnovit důvěru v to, že jim někdo dokáže pomoci a nebude za cenu jejich diskomfortu.

Trauma na fyzické úrovni je většinou nutné řešit zase přes tělo, ale v citlivých situacích je lepší doporučit masáž či jinou příjemnou fyzickou metodu, kde pacient znovu začne své tělo vnímat i jinak, než jen jako zdroj bolesti a zranění.

A navíc v léčbě psychiky je aurikuloterapie velmi účinná. Na uchu existuje velké množství bodů, které psychiku klidní a harmonizují (např. body lalůčku, antitragu, Ershenmen a jiné). Když pacientovi napícheme sestavu, která částečně řeší psychiku a částečně jeho zdravotní obtíže, do příštího sezení pocítí posun k lepšímu. A čím víc se jeho psychika stabilizuje, tím víc do hloubky můžeme začít řešit jeho zdravotní komplikace.

Takže ať už jako doplňkovou, či jako samostatnou metodu, používejte s důvěrou a radostí ušní akupunkturu, vaši pacienti to určitě ocení 😊