



القاهرة - اميرة  
عبد الحافظ:  
هل يمكن ان  
يكون اللمس  
او الضغط على  
جزء معين في  
الجسم نوعاً من  
العلاج؟ الدكتورة  
ندا راشد  
تقول إنه ممكن  
جداً لأن

## العلاج بالضغط



د. ندى راشد

الريفلكسولوجي  
أحد فروع الطب  
البديل. فما هي  
حكاية العلاج  
باللمس؟ كيف  
يتم؟ وماذا عن  
نتائج؟ وهل  
يصلح لكل  
الامراض  
والاعمار؟ وما  
هو رأي الطب  
فيه؟

الدكتورة ندا راشد هي أول طبيبة متخصصة مصرية في هذا المجال. ورغم أنها حاصلة على بكالوريوس تجارة الا انها سافرت الى كندا لدراسة هذا العلم ومعرفة اصوله فأصبحت من المتفوقين وكذلك اوائل دفعتها واوائل العاملين في هذا المجال. ومعها دار هذا الحوار:

**في البداية تريد أن نتعرف منك على مبادئ هذا العلم وماذا يعني؟**  
الريفلكسولوجي فرع من فروع الطب البديل المكمل، وهو محاولة تحسين الطاقة الحيوية الموجودة داخل الانسان والتي قد تقل أو تضعف نتيجة للتلوث أو الضغط النفسية والاجتماعية، فيبدأ المريض الشعور بالألم أو المرض في بعض اجزاء جسمه أو قد يصاب بالاكئاب، فنقوم نحن بإعادة ضبط وتحفيز هذه الطاقة مرة أخرى عن

طريق الضغط ببعض الحركات الدائرية على القدم واليدين وكذلك الاذن.

**ولماذا القدم واليدين والأذن تحديداً؟**  
هذا العلم قائم على أن كل عضو في الجسم له مكان في القدمين والأذن واليدين، فمثلاً الاصبع الكبيرة في القدم ترمز الى الرأس، وكلما نزلنا الى اسفل القدم تشير الى اسفل اجزاء جسم الانسان وهكذا. وطبعاً أنا كمتخصصة اعرف هذه الاماكن واقوم بالضغط عليها بحركات دائرية تسبب بعض الآلام تحت يدي اثناء العلاج لكنها بعد عدد من الجلسات تخفف الألم عموماً ويشفى المريض نهائياً.

**هل تقومين بالتشخيص؟**  
أنا لا استطيع التشخيص وهو ليس من صميم عملي، كما لا اعطي أي أدوية للمريض. أنا فقط

استمع إليه واعرف مما يشكو، وأبدأ بممارسة عملي بالضغط كما ذكرت.

**وكيف يتم العلاج؟**  
يتم عن طريق عدد من الجلسات لا احدها أنا وإنما يحددها المريض بنفسه حسب الطاقة الحيوية الموجودة داخله، بمعنى أدق هناك حالات تشعر بالتحسن بعد ٨ جلسات وأخرى تشفى تماماً بعد ٤ جلسات. وأيضاً هناك حالات تشعر بالنتيجة منذ الجلسة الاولى، وهذا كله يتوقف على مدى نشاط الطاقة الحيوية داخل جسم الانسان.

**هل هناك اسباب قد تؤدي الى تأخير ظهور النتيجة؟**  
طبعاً كثرة الادوية أهم سبب لتقليل الطاقة الحيوية داخل الجسم،

**الريفلكسولوجي هي إعادة ضبط طاقة الجسم وتحفيزها**

وكذلك التلوث والضغط النفسية. كما أن هذه الاشياء قد تصيب الانسان مرة أخرى بعد العلاج.

**هل هذا العلاج يصلح لكل الاعمار؟**  
من طفل عمره ٧ أيام إلى شيخ كبير. لكن ما يختلف هو مدة الجلسة لأن الحركات التي اقوم بها قد تكون مؤلمة وقدرة تحمل الانسان لها تختلف من فرد الى آخر.

**هل من الممكن أن نعتبر الريفلكسولوجي نوعاً من أنواع العلاج بالتدليك أو اللمس؟**  
أنا ألاحظ انتشار هذا الكلام في ما يخص العلاج بالتدليك وخاصة في بعض الفنادق أو الأندية التي تشر أن لديها هذا العلاج، وهذا خطأ ودعاية كاذبة لأن الريفلكسولوجي تختلف عن التدليك، وهي فرع من فروع الطب المكمل.

**وما أهم الامراض التي يمكن ان تعالجها الريفلكسولوجي؟**  
في البداية احب أن اقول إن الريفلكسولوجي او العلاج بالطاقة الحيوية ليس مسكناً للألم لكنه علاج يزيل الألم، وأهم

هذه الامراض هي بعض امراض القلب وامراض المفاصل والمعدة والجهاز الهضمي والضغط والاكئاب والارق.

**هل من الممكن علاج بعض الامراض المستعصية مثل امراض الكبد والسرطان؟**  
هذا علاج بالطاقة الحيوية عن طريق اعادة تحفيزها وهذا يعني ضرورة وجودها أساساً، لكن هناك امراض تعتبر هذه الطاقة فيها شبه منعدمة مثل تليف الكبد او امراض السرطان وكذلك الحال بالنسبة الى الكسور. أنا لا استطيع أن اشفي كسراً قبل تجسيه، فلا بد أن يجبس مكان الكسر ثم يأتي دوري وهو تحفيز الطاقة في هذا الجزء مما يقلل الألم ويساعد على الشفاء بسرعة.

**وماذا عن المشكلات العاطفية؟**  
طبعاً هذه الطريقة تعمل على إعادة الطاقة الحيوية في الاجزاء الخاملة إذا كان هناك ضعف عاطفي، وكذلك تساعد في تقليل آلام الدورة الشهرية.