

BOWTECH- ΜΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΟΥ ΜΙΛΑΕΙ ΣΤΟ ΣΩΜΑ

Η θεραπευτική μέθοδος Bowtech

Είναι μια μέθοδος, που ήρθε στην χώρα μας μόλις πριν λίγα χρόνια, από την Αυστραλία. Εξαιτίας της ιδιαιτερότητάς της, να επικοινωνεί με το σώμα, έχει καταπλήξει ασθενείς και θεραπευτές στην Ελλάδα, αλλά και σε όλο τον κόσμο. Το Bowtech είναι μια μέθοδος, που αποτελείται από μια σειρά ήπιων κινήσεων που εφαρμόζονται από τον θεραπευτή, πάνω στο σώμα του ασθενή. Οι κινήσεις Bowtech, όπως λέγονται εφαρμόζονται πάνω σε μύες, τένοντες, συνδετικό ιστό και μεταξύ τους παρεμβάλλονται διαλείμματα 2-5 λεπτών. Ένα σύνολο τέτοιων κινήσεων με τα απαραίτητα διαλείμματα, διαρκεί 40-45 λεπτά και αποτελεί μια συνεδρία Bowtech. Κάθε συνεδρία, πρέπει να επαναλαμβάνεται μόνο μια φορά την εβδομάδα. Με την μέθοδο Bowtech, συνήθως χρειάζονται μόλις λίγες συνεδρίες, για να αντιμετωπιστεί ένα πρόσφατο ή χρόνιο πρόβλημα, όποιο σύστημα και αν αφορά, μυοσκελετικό, αναπνευστικό, κυκλοφορικό, πεπτικό, νευρικό, ορμονικό, ουροποιητικό κ.α.



Η μέθοδος Bowtech, όπως προλέχθηκε, αποτελείται από μια σειρά ήπιων κινήσεων. Κάθε κίνηση που εκτελείται πάνω στο σώμα, είναι ένα ερέθισμα. Στα σημεία που εκτελείται η κίνηση υπάρχουν ιδιοϋποδοχείς, οι οποίοι -είναι αισθητήρες ερεθισμάτων- ενεργοποιούνται και ξεκινάνε την μεταφορά του. Το ερέθισμα, από τους ιδιοϋποδοχείς, μεταδίδεται στους νευροδιαβιβαστές- ουσίες που χρησιμοποιεί το νευρικό σύστημα, για μεταφορά ερεθισμάτων μέσα στο σώμα- και από αυτούς το ερέθισμα παραδίδεται στο εγκέφαλο και δη στην παρεγκεφαλίδα, όπως δείχνουν οι έρευνες. Εκεί, γίνεται η επεξεργασία και η αποκωδικοποίηση του ερεθίσματος. Αφού γίνει αυτή η διεργασία με την ίδια διαδικασία: κίνηση-ερέθισμα-νευροδιαβιβαστές- εγκέφαλος, στέλνεται πίσω η απάντηση στην περιοχή απ' όπου ήρθε το ερέθισμα. Μ' αυτό τον τρόπο ανοίγεται ένας διάλογος με το σώμα που ακολουθεί την διαδρομή: κίνηση-νευροδιαβιβαστές-εγκέφαλος, αποκωδικοποίηση και απάντηση. Έτσι, κάθε κίνηση Bowtech σε διαφορετικό σημείο του σώματος, είναι μια διαφορετική διαδρομή ή ένας διαφορετικός διάλογος με το σώμα.

Η επόμενη σειρά κινήσεων, θα δώσει τις απαραίτητες πληροφορίες και το σώμα θα ενεργοποιήσει τον μηχανισμό αυτοϊασης της πάσχουσας περιοχής και θα αρχίσει την αποκατάσταση της βλάβης. Κάθε συνεδρία είναι ένας διάλογος με νέο θέμα όπου συμμετέχουν κάθε φορά και καινούργια κομμάτια-συστήματα του σώματος. Με την

ολοκλήρωση των συνεδριών ολοκληρώνεται η «συζήτηση» και παράλληλα αποκαθίσταται η υγεία του ασθενή.

Μια συνεδρία ανά 3 μήνες ανανεώνει αυτό τον διάλογο με το σώμα, αποτρέποντάς το να χάσει την αρμονία του και κατ' επέκταση να νοσήσει πάλι. Από έρευνα, προκύπτει πως όσοι ασθενείς θεραπεύτηκαν και διατήρησαν αυτό το πρόγραμμα πρόληψης παραμένουν υγιείς για τουλάχιστον 3 χρόνια μετά.

Ο μηχανισμός δράσης



Η μοναδικότητα του μηχανισμού δράσης συνίσταται στο ότι το σώμα κατά την διάρκεια των συνεδριών θα κάνει έλεγχο σ' όλα τα συστήματα-περιοχές και όχι μόνο στις πάσχουσες. Συνεπώς, αν διαπιστώσει κάποια δυσαρμονία και αλλού θα ενεργοποιήσει και τον μηχανισμό αυτοϊασης αυτής της περιοχής αποκαθιστώντας και την συγκεκριμένη δυσαρμονία. Υπάρχουν μαρτυρίες ασθενών, που πιστοποιούν ότι ενώ έκαναν θεραπεία με την μέθοδο Bowtech για κάποιο πρόβλημα π.χ. στην μέση, βελτιώθηκε και κάποιο άλλο πρόβλημα που είχαν π.χ. έλκος στομάχου.

Επίσης, το σώμα έχει μνήμη που ενεργοποιείται με την μέθοδο Bowtech. Δηλαδή, ό,τι έχει υποστεί κάποια περιοχή του σώματος ή άρθρωση είναι καταγεγραμμένο. Ασθενείς αναφέρουν ότι κατά την περίοδο που δέχονταν θεραπεία Bowtech, το σώμα τους παρουσίασε ανταποκρίσεις σε περιοχές ή αρθρώσεις που είχαν τραυματιστεί ή χειρουργηθεί, ακόμα και αν αυτό είχε συμβεί πολλά χρόνια πριν.

Πως η μέθοδος Bowtech μπορεί να βοηθήσει τους αθλητές

Η μέθοδος Bowtech μπορεί να εντυπωσιάσει ακόμα και αθλητές υψηλού επιπέδου με τα αποτελέσματά της. Πρώτον, όταν εφαρμοστεί σε πρόγραμμα αποθεραπείας μπορεί μέσω της μοναδικής λειτουργίας της να μειώσει σημαντικά τον χρόνο αποκατάστασης. Ενεργοποιώντας τους μηχανισμούς αυτοϊάσης το σήμα επιταχύνει τις διεργασίες αποκατάστασης. Δεύτερον, η άμεση εφαρμογή των τεχνικών της μεθόδου σε έναν τραυματισμό μπορεί να βοηθήσει το σώμα να περιορίσει ή και να αντιμετωπίσει άμεσα την βλάβη. Τρίτον, μια προληπτική θεραπεία 2-3 μέρες πριν από την αγωνιστική δραστηριότητα έχει αποδειχθεί ότι μπορεί να βοηθήσει στην καλύτερη απόδοση του αθλητή αλλά και στην γρήγορη ανάνηψή του μετά τον αγώνα. Και τέλος η εφαρμογή κινήσεων Bowtech στο ημίχρονο ενός αγώνα μπορεί να βοηθήσει στην ανάνηψη –απορρόφηση- της κούρασης. Επίσης, συντελεί στην ανάκτηση σημαντικού μέρος των δυνάμεων που «σπαταλήθηκαν» στην διάρκεια του αγώνα προσφέροντας μεγαλύτερη αντοχή και καλύτερη απόδοση στην συνέχεια. Εμπειρίες αθλητών αναφέρουν ότι τραυματισμοί τους που αντιμετωπίστηκαν με την μέθοδο Bowtech είχαν ταχύτερη αποκατάσταση από άλλες φορές. Ενώ όταν δέχονται κινήσεις Bowtech στην ανάπαυλα αγώνων τα πόδια τα νοιώθουν πιο ξεκούραστα και πιο ελαφριά «νοιώθουμε ότι μας παίρνει την κούραση» στην συνέχεια σε σχέση με όταν δεν εφαρμοστούν οι κινήσεις αυτές.

ΣΕ ΠΟΙΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙ

Αυχενικό σύνδρομο

Πονοκέφαλοι

Ημικρανίες

Ίλιγγοι

Αλλεργίες

Ασθμα

Αποφρακτικές παθήσεις

Δύσπνοιες

Πόνοι πλάτης-μέσης

Οσφυαλγία

Ισχιαλγία

Σκολίωση-Κύφωση

Πόνοι και ανισορροπία λεκάνης

Αλγος ιερού οστού

Δισκοκήλες

Επικονδυλίτιδες

Τενοντίτιδες

Σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα

Σύνδρομο de Quairven

Σύνδρομο υπέρχρησης

Δυσκαμψία ώμου

Παγωμένος ώμος

Πόνοι και τραυματισμοί ~~δ~~μυατώματα άγχους και έντασης

Συμπτώματα υπερκόπωσης

Περιορθρίτιδα-Οστεοπόρωση

Οστεοαρθρίτιδα

Ρευματοειδής αρθρίτιδα
Αγκυλοποιητική αρθρίτιδα
Παραμορφωτική αρθρίτιδα
Θλάσεις
Μυϊκοί σπασμοί
Λουμπάγκο
Διαστρέμματα
Κράμπες
Σύνδρομο υπερπροπόνησης
Σπαστροοισοφαγική παλινδρόμηση
Έλκος στομάχου δωδεκαδαχτύλου
Σπαστική κολίτιδα
Φουσκώματα
Νευρώσεις στομάχου
Περιφερική παράλυση προσωπικού νεύρου
Εγκεφαλικό
Σκλήρυνση κατά πλάκας
Πάρκινσον
Νευραλγίες
Μιασθένειες
 Δυσμηνόρροια
Πολυκυστικές ωοθήκες
Ινομύωματα
Πόνοι κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης
Πρόβλημα κατά την κατάποση φαγάλου
Φλεγμονή πελματιαίας περιτονίας
Πελματιαία άκανθα
 Πόνοι και τραυματισμοί γονάτων

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΩΝ

Στατιστικές θεραπειών αναφέρουν ότι αν εφαρμοστεί αξιόπιστα ένα θεραπευτικό πρόγραμμα αποκατάστασης με την μέθοδο Bowtech, τα ποσοστά επιτυχίας πλησιάζουν το 85%. Δηλαδή στους 100 ασθενείς που δέχονται θεραπεία με την μέθοδο Bowtech 85 βρίσκουν ίαση στο πρόβλημα τους. Επίσης, το 72% παρουσιάζει βελτίωση από την πρώτη κιόλας συνεδρία.



[Γεώργιος Ανδρέας Αποστολίδης](#) Bowtech - Ιπποθεραπευτής