

לומדים לחיות בריא!

עלון שבועי לענייני תורה ורפואה לע"נ ר' ברוך מנחם רגב ז"ל

שבת פרשת "כי תבא" התשע"ט

תורה ורפואה משלימה

טיפ מהפרשה

מין שלמות שכזו. איזון לא
נורמלי.
נוגע לא נוגע. נכנס ויוצא
כהרף העין.
עושה מלאכתי על הצד הטוב
ביותר ושוב נעלם למלאכות
אחרות שמחכות לעושה.
לא משאיר כלום מאחור.
לא תלוי במי לפניו.
קלף שיוצא מבסיס פירמידת
קלפים,
הדואג לתת יציבות וחוזק
שימשיכו להיות, גם לאחר
שיצא.
בורג מרכזי בתוך מכונה,
שדואג שתמשיך לעבוד, גם
כשהולך למכונות אחרות.
עבודה נקייה. ללא תוספות.
בא לעבוד. נטו.
לבוא ולצאת בלי להתלכלך.
דיבורים, בשקרים,
במחשבות, בלשון הרע,
ברכילות, בשנאה, בחטאי
העולם הזה...

וכך נקרא מחר בתורה:
"ברוך אתה בבאך וברוך אתה
בצאתך" -
כותב רש"י: "שתהא יציאתך
מן העולם בלא חטא כביאתך
לעולם"

"יִפְכָּה ד', בְּשִׁגְעוֹן וּבְעִוְרוֹן וּבְתִמְהוֹן לֵב" (כח, כח)

לעולם נקרא את פרשת כי תבא לפני ראש השנה, לקיים את מה שנאמר "תכלה שנה וקללותיה". קללות הן לא דבר סימפטי. גם מחלות לא. בפסוק הנ"ל מדובר על מחלות לא קלות. רש"י מפרש את המילים "בתמהון לבב" - "אוטם הלב. אשטורדישו"ן בלע"ז [תדהמה]". תדהמה היא תופעה נפשית, כמו גם שיגעון. עיוורון יכול להיות חושי ואל חושי. אוטם הלב במובן של תדהמה בהחלט מתכוון לאוטם על חושי. אוטם לב נפשי. האדם לא מיושב בנפשו. נפשו סוערת. נדהמת. לא רגועה. בשורות אלו רציתי לדבר יותר על המובן השני של אוטם הלב, המובן הפיזי-הממשי שלו, כפי שהוא מוכר כיום בעולם הרפואה- אוטם שריר הלב- התקף לב. אוטם שריר הלב, או התקף לב, הוא מצב שבו נגרם נזק לשריר הלב, בעקבות חסימת אחד העורקים המובילים דם מחומצן ללב. העורקים הללו נקראים עורקים כלילים. בעקבות החסימה, אזור מסוים בשריר הלב, המקבל אספקת דם מאותו עורק כלילי שנחסם, עובר נמק ובהמשך נוצרת באזור צלקת. האזור הצלקתי מאבד את היכולת להתכווץ ולקחת חלק בפעילות התקינה של שריר הלב כמשאבה המזרימה דם לאיברי הגוף.

מהן הסיבות לאוטם שריר הלב? הסיבה העיקרית לאוטם שריר הלב, אצל 95%-90% מהמטופלים, היא חסימה של עורק כלילי על ידי קריש דם. הקריש נוצר באזור שבו העורק חולה ומוצר, בעקבות תהליך של טרשת עורקים (רובד שומני המצטבר בדופן העורקים). במיעוט מהמטופלים האוטם נגרם מהתכווצות (עווית) פתאומית של העורקים הכליליים באזור שהעורק חולה ומוצר, אך לעתים גם בעורקים שאין בהם היצרות. לעתים נדירות יותר, האוטם נגרם על ידי תסחיפים של קרישי דם קטנים לעורקים הכלילים או דלקת של העורקים הכלילים.

מהם התסמינים של אוטם לב? כאב לוחץ בחזה, הנמשך בדרך כלל 20-30 דקות. לעתים הכאב מקרין מהחזה לכתפיים, לגב, לצוואר, לידיים, ללסתות או לבטן. לעתים הכאב מלווה בזיעה, בבחילה, בהקאה, בקוצר נשימה, בדפיקות לב, בסחרחורות ואף באיבוד הכרה. לעתים קרובות קורה אוטם במנוחה, אך גם עלול להתרחש לאחר מאמץ קשה או התרגשות חריגה.

כיצד נאבחן? סיפור מקרה, אק"ג, בדיקות דם (אנזימים שונים המשתחררים לזרם הדם מאזור שריר הלב שנפגע), מיפוי לב...

מה הטיפול?

בטווח המיידי- צינתור. חייבים לפתוח את האוטם! בטווח הארוך או יותר נכון המקדים, פשוט לשמור על אורח חיים בריא: הפסקת עישון, פעילות גופנית, תזונה נכונה, טיפול ב: סוכרת, יתר לחץ דם, עודף שומנים ועודף משקל. חיים נטולי מתח וכעסים...

ה' יעזור לנו לשמור על עצמנו, ויסיר מעלינו כל מחלה, השתא בעגלא ובזמן קרוב!

אפילפסיה

בשפה הרפואית היא נקראת "כפיון" ובשפת העם: "מחלת הנפילה". זוהי מחלת האפילפסיה- הפרעה נייורולוגית שבאה לידי ביטוי, בין היתר, בפרוסים ובעוויות. ההתקפים האפילפטיים נובעים מהתפרצויות של פעילות חשמלית לא תקינה בתאי העצב במוח.

להפרעה בפעילות החשמלית במוח יכולות להיות מספר סיבות ובהן: מומים שנגרמו במהלך התפתחות המוח (מומים מולדים), פגם גנטי, צלקות שנגרמו לקליפת המוח (קורטקס) בעקבות חבלות, זיהומים, גידולים או אירועים מוחיים. אז איך מטפלים?

ראשית, במקרה של התקף אפילפטי הכולל איבוד הכרה יש למנוע מהחולה לפגוע בעצמו. יש להשכיב אותו על הצד ולהפנות את ראשו הצידה כדי למנוע את האפשרות שהוא ישאף לריאות מזון שאכל.

שנית, חשוב לדעת שבין ההתקפים אין למחלה שום סימפטומים, והחולים בה מרגישים ומתפקדים באופן נורמלי לגמרי. קיימות לא מעט תרופות נגד אפילפסיה המצליחות לייצב את המצב. בעוד שילדים יכולים להחלים מאפילפסיה, הרי אצל מבוגרים מטרת הטיפול היא לאפשר שגרת חיים רגילה ללא פרוסים.

שיטות טיפול

היפנוזה

הפירוש המילולי של המילה היוונית: היפנוס הוא "שינה". אנחנו מכירים אותה כהיפנוזה, שהוא תהליך נפשי בו האדם נכנס למצב אחר של מודעות. בניגוד למצב של שינה - האדם המטופל בהיפנוזה מודע וחש את כל המתרחש באופן מחשבתי, רגשי וגופני בזמן הטיפול בהיפנוזה. הוא שומע, מקשיב ומגיב. הוא בהכרה מלאה, יודע, חש ומרגיש וערנותו הפנימית (הפניית הקשב כלפי פנים) אף רבה יותר מערנותו הפנימית בחיי היומיום.

היפנוזה היא כלי טיפולי רב-עצמה לטיפול במגוון בעיות רפואיות ונפשיות. הטיפול בהיפנוזה מכוון להנמכת או סילוק תסמיני הבעיה הרפואית או הנפשית, וכן להתבוננות פנימה של המטופל אל מקור הבעיה.

ההיפנוזה אינה מסוכנת ואין בה שום דבר מסוכן, אך חשוב לדעת שלא כל אחד יכול להפנט, אלא רק מטפל בהיפנוזה בעל רשיון לטיפול בהיפנוזה על-פי חוק ההיפנוזה שחוקקה הכנסת.

מספר עובדות שלא ידעתם על השקדים שלכם:

1. הם לא נמצאים רק במרק אלא גם בגרון שלכם ותפקידם המרכזי הוא למנוע ולהילחם בחדירתם של חיידקים, לגרון שלנו. מסקנה- אז כדאי להוציא אותם בניתוח או לא?

2. לכל אדם יש שתי בלוטות שקדים וורודות, שגודלן כל אחת מהן הוא 3 ס"מ והן בעלות מבנה אליפטי. דלקת שקדים הנגרמת בעקבות תת פעילות של הבלוטות, וזיהום בעקבות חדירת וירוס, גורמת להם לגדול ולקבל גוון אדמדם עם נקודות לבנות. מסקנה- אם זה הגודל והצבע לכו לעשות משטח גרון

3. סימנים נוספים לדלקת שקדים הם, חום גבוה, כאבי גרון וקושי חמור בבליעה ודיבור. לעתים הדלקת אף מאופיינת בפגיעה של מיתרי הקול, ריח בלתי נעים מהפה ונזלת.

4. אז להוציא אותם או לא? ובכן, הדעות חלוקות ויש גם סיכונים. אם השקדים המוגדלים חוסמים מעבר תקין של אוויר ואף גורמים להפסקות נשימה בשינה, או שהדלקות הן באמת רבות וקשות אז כנראה שלא יהיה מנוס מ...



סלרי

תזונה ותוספי מזון

לא צריך לחכות לפסח כדי לאכול אותו.

את הסלרי אפשר לאכול גם עכשיו. כל יום. למה? כי הוא יוריד לכם את לחץ הדם בעזרת המינרלים: אשלגן, סידן ומגנזיום ובעזרת הפתאלידים (רכיבים שמקורם בשמנים אתריים) המצויים בו בשפע ומפרים את השרירים הקטנים של כלי הדם ומפחיתים הפרשה של הורמוני סטרס.

כי הוא שומר על חוזק העצם ומוריד כולסטרול כי נוגדי החמצון שבו מעכבים מנגנונים הקשורים בהתפתחות סרטן.

כי יש לו מאפיינים משלשלים חזקים והוא יעזור לכם להקל על עצירות.

כי ההשפעות המשתנות שלו, עוזרות לפרק ולחסל אבנים בשלפוחית השתן ובכיס המרה.

"שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

ניסיון עם
אלפי
מטופלים!!

בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS
מטפל בדיקור סיני וצמחי מרפא. רפלקסולוג בכיר ומעסה רפואי

כבר למעלה
מ-15 שנה!

**דיקור סיני, רפלקסולוגיה, ציסוי רפואי, כוסות רוח, אפנים חמות, מוקסה,
תוספי מזון, מוצרי אלוארה, דיקור אולן, סו-ד'אק...**

אלפי טיפים, מאמרים וידע מקצועי באתר fe-

Natiregev.com

יעוץ אישי
חינם!

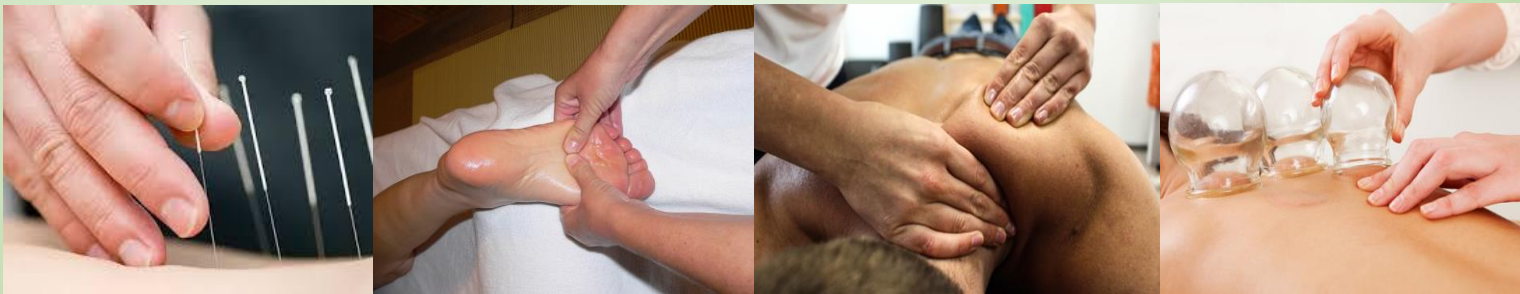
מקבל ב:

לקבלת טיפ יומי בריא
בוואצאפ שלחו לי הודעה
למספר- 050-3711378

קליניקה פרטית- רחוב אבוחצירא 13 יבנה

המרכז ההוליסטי "בידיים טובות", האשל 21, יד בנימין.

"מכבי טבעי" רוטשילד 15, ראשל"צ .



המוצר השבועי בקליניקת "שמחה ובריאות"

ליבי פאוור

פורמולת האון הגברי Libi Power הינה תוסף תזונה טבעי, המיוצר על בסיס מידע רפואי המופיע בכתבים הרפואיים של הרמב"ם. הפורמולה מגבירה את המיניות והאון הגברי ומורכבת מכ-40 צמחי מרפא ושורשים הידועים כמעוררי חשק ומגבירי תאוה מינית, כמו: מליסה, אנאמורנה, אניס, אסטרגלוס, אספרגוס, אקורוס קלמוס, אקליפטוס, ארטישוק, בוספליה, ג'ינסנג אמריקאי, דבש טבעי, דיאסקוריה אפוזיטה, ויטמין B-6, זיזיפוס ז'וז'ובה, טרמינליה בלריקה, טרמינליה חבולה, כורכום, ליליה, ליקוריץ, מגנזיום, מור, מרווה אדומה, סחלב, סקוטלאריה, פלונדנדרון, פלפל ארוך, פלפל לבן, פלפל שחור, פסיפלורה, פרולה אספואטידה, קוסקוטה, קופטיס, קוקוס, קינמון, קרדמון, רהמניה, שום, שיזנדרה, תמרים .

תוסף ליבי פאוור נותן מענה לשלל בעיות בתפקוד המיני – מבעיות זיקפה ועד לשפיכה מוקדמת ובעיות של חשק מיני נמוך, וגם משפר באופן טבעי את זמן התגובה ויכולת הביצוע אצל גברים.

תוסף ליבי פאוור נלקח ללא תלות במועד המפגש המיני.



רק 110 ש"ח

**להזמנות-
050-3711378**

"שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

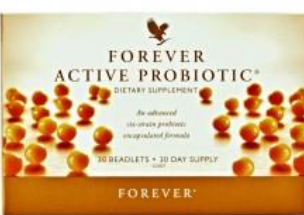
בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

מטפל בדיקור סיני וצמחי מרפא. רפלקסולוג בכיר ומעסה רפואי

להזמנות- 050-3711378



FOREVER

 מלח הימלאיה מבצע- 30 ש"ח	 פרוביוטיקה מבצע- 161 ש"ח	 בי פולן מבצע- 85 ש"ח	 משקה אלו ורה וחמוציות מבצע- 139 ש"ח
 ויטמין B12 מבצע- 85 ש"ח	 חומץ תפוחים אורגני מבצע- 30 ש"ח	 סידן מבצע- 130 ש"ח	 ויטמין C מבצע- 97 ש"ח
 משחת טייגר- נגד כאבים מבצע- 35 ש"ח	 סבון אבוקדו מבצע- 33 ש"ח	 חיזוקית לילדים מבצע- 77 ש"ח	 אומגה 3 מבצע- 167 ש"ח

רוצים ללמוד לחיות בריא?

מחפשים עוד מוצרים?

חפשו אותי ב-f

natiregev.com

כנסו לאתר שלי

"שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

מטפל בדיקור סיני וצמחי מרפא. רפלקסולוג בכיר ומעסה רפואי

להזמנות- 050-3711378



FOREVER



מורינגה
מבצע- 85 ש"ח



אצת בר כחולה ירוקה
מבצע- 130 ש"ח



זרעי צ'יה
מבצע- 35 ש"ח



ג'ל אלוורה לשתייה
מבצע- 139 ש"ח



ג'ל אלוורה למריחה
מבצע- 81 ש"ח



כורכום עם ג'ינג'ר
מבצע- 130 ש"ח



שמן ציפורניים
מבצע- 69 ש"ח



משחת שיניים אלוורה
מבצע- 41 ש"ח



שפתון אלוורה
מבצע- 19 ש"ח



כמוסות מאקה
מבצע- 85 ש"ח



חמקרת
מיגרנית- 49 ש"ח
כרית גדולה- 65 ש"ח



שמן קוקוס
מבצע- 39 ש"ח

רוצים ללמוד לחיות בריא?

חפשו אותי ב-

מחפשים עוד מוצרים?

כנסו לאתר שלי- natiregev.com