

לומדים לחיות בריא!

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

שבת פרשת "משפטים" התשע"ט

תורה ורפואה משלימה

טיפ מהפרשה

בנ'אדם עשה משהו
רע. "תתנו לו בראש"
ברורררר!
ואם הוא התבזה תוך
כדי המעשה? תתנו לו
פחות?
ברוררררר.... שלא!

אז כאן הטעות שלכם,
חסרי רגש שכמותכם!
היות והוא התבזה
בשעת המעשה,
נפחית לו קצת
מהעונש, מהקנס,
אותם התחיל לשלם...
כשהתבזה!

זוהי דרכה של תורה,
עליה נקרא מחר
בפסוק: "כִּי יִגְנֹב אִישׁ
שׁוֹר אוֹ שָׂה, וּטְבָחוֹ אוֹ
מִקְרוֹ, חֲמִשָּׁה בָקָר,
יִשְׁלַם תַּחַת הַשּׁוֹר,
וְאַרְבַּע צֹאן, תַּחַת
הַשָּׂה".

כותב רש"י- "אמר רב
יוחנן בן זכאי: חס
המקום על כבודן של
בריות, שור שהולך
ברגליו ולא נתבזה בו
הגנב לנשאו על כתפו,
משלם חמישה, שה
שנשאו על כתפו,
משלם ארבעה הואיל
ונתבזה בו".

"ורפא ירפא" (שמות כא, יט)

הגמרא בברכות דרשה על הפסוק בכותרת: "מכאן שניתנה רשות לרופא לרפא". לרופא יש תפקיד משמעותי ואחריות גדולה מאד בריפוי החולה. בשורות אלו, ברצוני להציג את שני אופני הריפוי העיקריים העומדים בפנינו כיום: הרפואה המערבית-הקונבנציונלית והרפואה המזרחית-המשלימה-ההוליסטית.

הרופא הקונבנציונלי מטפל במחלה. הרופא ההוליסטי מטפל באדם. ברפואה המערבית, הזיהוי מתבצע לפי תשאול, בדיקה גופנית, בדיקות דם, צילומים, סטטיסטיקה, ומקרי ההיסטוריה. ברגע שמוצאים משהו שאפשר להכניס אותו לתוך קבוצה מוגדרת של סימפטומים בעלת שם ידוע הרי שמצאנו את המחלה, ואם נציץ שורה למטה בספר, הרי שנוכל לקרוא גם על אופן הטיפול, ולסיים בברכת "רפואה שלמה" לחולה. לעומת זאת, ברפואה מזרחית, הזיהוי מתבצע לפי הסתכלות, מגע, ריח, מישוש דופק, אבחנת בטן, לשון, גב. ברפואה המערבית מחפשים בספר את שם התרופה ליד שם המחלה, אלא ששוכחים לחפש גם את השורש למחלה- מה גרם לה להופיע? לעומת זאת, ברפואה המזרחית מזהים בראשונה את השורש למחלה. למחלה אחת יכולים להיות שורשים שונים, ולכן גם תרופות שונות. לדוגמא: 5 מטופלים שונים נכנסים לרופא משפחה שמאבחן אסתמה אצל כל אחד מהם. הוא מסתכל במחשב ורואה מהי התרופה לאסתמה. כל מה שנותר לו הוא לתת לכל אחד מהם את אותו מרשם לאסתמה. ברפואה המזרחית המצב קצת שונה. לאחר שהרופא אבחן אסתמה אצל כל אחד מהחמישה, הוא יזהה מה השורש- מה גורם לאסתמה אצל כל אחד מהם? אצל אחד הוא אבחן חולשה של הריאות. אצל השני הוא אבחן התפרצות של הכבד. אצל השלישי הוא אבחן דיסרמוניה בין הכליות לריאות, וכן הלאה. מובן שכל אחד מהחמישה יקבל תרופה-טיפול אחר. אצל הראשון הוא יחזק את הריאות. אצל השני הוא ידכא את הכבד. אצל השלישי הוא יהרמן מחדש את הכליות והריאות וכן הלאה. אם להגדיר במשפט אחד את ההבדל בין הרפואה המערבית לרפואה המזרחית, הרי שנאמר כך- **הרפואה המערבית מחפשת תרופה לסימפטומים מהם סובל המטופל, בעוד שהרפואה המזרחית מחפשת שורש-תבנית של חוסר איזון, הגורם לסימפטומים מהם סובל המטופל.**

מה ההשלכות של משפט זה? ובכן, נניח שמטופל עם שלושה סימפטומים שונים, לדוגמא- לחץ דם גבוה, צרבות, ואולקוס, ייצא מהרופא המערבי עם שלושה כדורים שונים (למספר ימים בודדים עד "כל החיים"), בעוד שמהרופא המזרחי, הוא ייצא עם עיקרון טיפולי אחד, לדוגמא- דיכוי אש הכבד שעולה למעלה, המתייחס לשורש שממנו יוצאים 3 הענפים- סימפטומים הנ"ל. זוהי למעשה תמצית הרפואה הסינית- **לזהות את השורש-חוסר האיזון שנוצר בגוף, ולאזן אותו בחזרה. הסימפטומים הם רק ענפים. יכול להיות ענף אחד ויכולים להיות עשרה. ברגע שנטפל בשורש, כל הסימפטומים נעלמים! אם טיפלנו רק בסימפטומים (בין אם זה ברפואה המערבית או ברפואה המזרחית), הרי שיותר מאוחר יופיעו סימפטומים- ענפים אחרים, שצמחו מאותו שורש, שבו לא טיפלנו.**

**דלקת בשתן**

האם אתם סובלים לפעמים מ:

כאב, עקצוץ או צריבה בעת מתן שתן? מתן שתן מרובה או מועט?
שתן עכור, דמי או בעל ריח רע?
שלפוחית שלא מתרוקנת עד הסוף?
כנראה שמדובר בדלקת בשתן הנגרמת על ידי חיידק אי קולי.
היא שכיחה בעיקר אצל נשים בגלל המבנה האנטומי הקצר של
השופכה, המאפשר חדירה של חיידקים בקלות רבה.

אז מה עושים?

לפני הכל, שומרים על הגיינה ראויה למקום חשוב זה. זה בהחלט
יכול למנוע כניסה של חיידקים למקום. שנית, אם המצב חמור,
כדאי לקבל טיפול אנטיביוטי על מנת שהדלקת לא תחריף ותגיע
גם לכליות. שלישית, נסו לקחת חמוציות! הן יעילות במיוחד נגד
חיידק אי קולי. הן בעלות יכולת חיטוי ושיתון. הן בטוחות לנשים
בהריון. עדיף לצרוך אותן בצורה של טבליות או מיצוי נוזלי
(טינקטורה) מרוכז המכילים אחוז גבוה של חומר פעיל ולא בגרסה
ה"מסוכרת" אותה אתם מכירים מט"ו בשבט...

זכרו כלל זה...

"כי בתחבולות תעשה לך מלחמה" (משלי כ"ד)

כלומר, אם אתם רוצים להילחם בעצלנות המשוועת שלכם, ברדיפה
אחרי המתוק, בייאוש המחלחל, במסכים המרצדים וכד', אתם חייבים
ליצור תחבולות שתבלבלנה את גופכם.
למשל:

1+1 - על כל מתוק שבא לכם לאכול, אכלו לפניו משהו בריא!

שכר פסיעות - חבל שתפסידו אותו! החל ממחר הולכים ברגל לבית
הכנסת גם ביום חול.

הפסקת חשמל יזומה - מי אמר שצריך לחכות לחברת החשמל? עשו
זאת לעצמכם פעם בשבוע. פשוט תורידו את השאלטר בתשע בערב
ותשאירו שני נרות דולקים במזדרון. באחריות, תוך עשר דק' אתם כבר
ישנים!

לצחוק כמו... - אין ברירה אחרת. פשוט שימו סטנד-אפ קורע ביוטיוב
ותראו איך בשנייה אחת שכחתם מכל הצרות שלכם...

בקיצור, הבנתם את הראש שלי...

בדיקת חמצן בדם

אצל אדם בריא אחוז החמצן בדם
הינו כ 96%.

איך בודקים?

בעזרת מד סטורציה (מד חמצן) הנותן מידע מיידי
ואמין על מידת חמצון המוח והגוף, ועל הדופק.
המד עשוי כאטב כביסה המתלבש ונאחז על
האצבעות ביד או ברגל. הפעלתו מתבצעת
בלחיצת כפתור והוא נכבה מאליו לאחר הסרתו מן
האצבע. מד חמצן מיועד לחולים במחלות לב, חולי
אסטמה, ברוניטי, דלקת ריאות ולמשתמשים
במכשירי חמצן.

מד סטורציה הוא גם מד דופק. ערכי הדופק
התקינים הם:

ילדים מגיל 8 ומבוגרים במצב מנוחה: 60-100
פעימות לדקה.

ילדים בגיל 1-8: 80-120 פעימות בדקה.

תינוקות גיל 0-1: 100-120 פעימות.

תזונה ותוספי מזון**שורש מאקה**

הוא צמח מרפא מעולה לעוררות התשוקה
המינית שלכם, לאיזון הורמונלי, להמרצה
והוספת האנרגיה, לחיזוק הזיכרון ולשיפור
הפוריות של נשים וגברים הנוטלים אותו.
זהו שורש המאקה הגדל בתנאי מחיה
קשים ביותר, במרומי הרי האנדים, בגובה
של אלפי מטרים!

דווקא עמידה זו בתנאי מזג אוויר קיצוניים
ביותר, של רוחות חזקות והפרשי
טמפרטורה קיצוניים בין היום והלילה
תרמה להתייחסות אליו כאל "מזון על"
(Super Food), המחזק את תמצית
החיים של האדם ומצוין בעיקר לשיפור
האון הגברי והנשי כאחד!
אז בא לכם להתחיל, כנראה שרק תרוויחו
ממנו...

טייגר וורמר

טייגר וליון וורמר הם מכשירים המיועדים לחימום נקודות דיקור ספציפיות ומעבר על גבי מרידאנים שונים.
הם מומלצים לשימוש בסינוסיטיס כרוני, פציאליס, טיפול בצלקות, כאבי מפרקים כתוצאה מחדירה של קור ועוד.
המכשיר הקטן (טייגר) שימושי יותר לנקודות על הפנים, לילדים ולנקודות רגישות אחרות.
המכשיר הגדול (ליון) ניתן לשימוש על פני כל הגוף ולאנשים כבדי משקל. בניגוד לשימוש בתפזורת מוקסה או במקל מוקסה,
הטייגר וורמר בהחלט מצוין לשטחים נקודתיים ורגישים כמו אזור הפנים למשל.

"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, אבנים חמות, אוקסה,
תוספי מזון, מזרחי אלורה, דיקור אלון, סו-ג'וק...

אפסי טיפוס, מאמרים וידע מקצועי באתר fe-

Natiregev.com

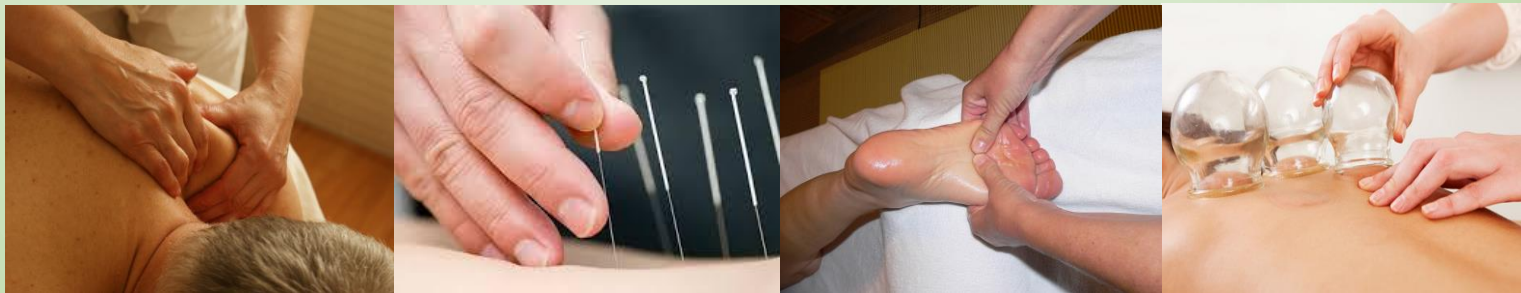
יעוץ אישי
חינם!

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

מקבל ב:

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

"מכבי טבעי" רוטשילד 15, ראשל"צ.



המזרח השקועי fe קליניקת "שמחה ובריאות"

זרעי צ'יה

הידעתם ש-25 גרם (2 כפות) של זרעי צ'יה ביום מספקים לכם:

פי 8 יותר אומגה 3 מדג סלמון

פי 3 יותר ברזל מתרד

פי 15 יותר מגנזיום מברוקלי

פי 6 יותר סידן מחלב

פי 3 יותר אנטיאוקסידנטים מאוכמניות כחולות.

יותר סיבים תזונתיים מזרעי פשתן

יותר חלבונים מסויה.



רק 35 ש"ח

אז מדוע שלא תתחילו לקחת אותם???

להזמנות-
050-3711378

"שמחה ובריאות"

בית טבע וקליניקה לרפואה משלימה!

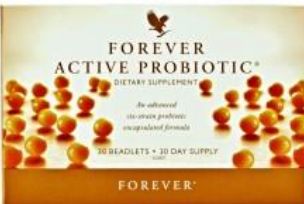
בניהולו של נתי רגב- L.AC. HERBS

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- 84 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- 65 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- 60 ש"ח	 חמקרת מיגרנית- 49 ש"ח כרית גדולה- 65 ש"ח	 שמן קוקוס מבצע- 39 ש"ח

רוצים ללמוד לחיות בריא?

מחפשים עוד מוצרים?

חפשו אותי ב- 

כנסו לאתר שלי- natiregev.com