

Órákig is tarthat az erős félelem

A pánikbetegség a huszadik század második felében jelent meg, ma már az egyik leggyorsabban terjedő nyomorúság a nyugati világban. Száz emberből kettőnél állandósult, de minden harmadikunknak volt már legalább egyszer kisebb-nagyobb rohama.

Felsorolhatatlanul sok tünete van a fulladásos ájulástól, a hasmenésen keresztül, a szívdobogós rosszullétig, de mindig vannak benne hirtelen megjelenő szorongásos és/vagy félelem elemek. A roham néhány perctől órákig is eltarthat; mindig váratlanul érkezik, havonta vagy naponta akár többször is. Igazán hatásos biokémiai vagy táplálkozási-gyógynövényes kezelési lehetőség nincs rá. Ennek a betegségnek minden esetben van egy konkrét robbanásponja a múltban, vagyis egy kiváltó sokkoló pillanat, eseménysorozat. Ezért csak azoktól a lélekgyógyászati módszerektől várhatunk segítséget, melyekkel felfedhetők jelenlegi személyiségünk legrejtettebb zugai, illetve legmélyebben belénk vésődött örömeink és bánataink. Többek között az Upledger-féle cranio sacralis terápián keresztül is könnyén be-

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND

természetgyógyász
minden pénteken
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a termeszetyogyasz@borsonline.hu

e-mailre vagy levélben a

Bors, 1015 Bp., Hattyú u. 14. címre.

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

léphetünk emléktárunkba, és újraélhetjük az elfelejtett történetet a központi idegrendszer stimuláló egyszerű érintéses technikákkal. Csak negyedik szinten regisztrált terapeutát válasszunk, és ne lepődjünk meg, ha az anyaméhben töltött időből jön fel a pánikkiváltó eset emléke. Azt kell megértenünk, hogy csak a kiváltó pillanat újrafelelevenítésen keresztül tud véglegesen kiégni belőlünk a pánikkeltő, mély rettegés érzése.