ענת עמבר - אלימלך. טיפולי שיאצו ופרחי באך בירושלים



שדרות הרצל 108, שכונת בית הכרם, ירושלים

טלפון: 072-2285976
ענת עמבר - אלימלך -טיפול רגשי, שיאצו, פרחי באך וייעוץ לפי רפואה סינית.
בוגרת לימודי רפואה סינית מאז 1996.
מטפלת בשיאצו ופרחי באך, וכן נותנת ייעוץ תזונתי וייעוץ לצמחי מרפא לפי עקרונות הרפואה

הסינית.בוגרת לימודי - ארומה טאץ' - ארומתרפיה.
בוגרת רייקי 1 וקורס אירדיולוגיה.
מזה 11 שנה גם מפיצה בסאנריידר - תוספי מזון. בעלת תואר ראשון בלימודי פסיכולוגיה ולימודי מזרח

אסיה (סין) באוניברסיטה העברית בירושלים.חדש - לכבוד הקיץ שכבר כאן מזמן מזמינה את אוהבי

הטבע שביניכם לבוא ולהתנסות בטיפול שיאצו ביער.
למעוניינים, טיפולי השיאצו אפשריים גם במסגרת של מפגשים חווייתיים מורחבים ומומלצים במיוחד

לחברים/חברות, לזוגות ולימי הולדת. אני מאמינה ששיאצו, תזונה ואורח חיים בריא ואיכותי יותר

מומלצים מאוד לתחזוק שוטף ונכון של הגוף, וכדאי לאמץ אותם לשגרת חיינו כדי למזער נזקים של חיי

היומיום וכדי לעזור לעצמנו להתבגר בצורה נעימה ובריאה ככל האפשר.

הסבר על טיפול בתמציות פרחי באך:
שיטת הטיפול בפרחי באך היא שיטת טיפול ברפואה משלימה המבוסס על 38 תמציות צמחים,

שמטרתו לאזן מצבים רגשיים ונפשיים.
השיטה פותחה לפני כמאה שנים על ידי ד"ר אדוארד באך, רופא אנגלי שהאמין כי המקור למחלות

פיזיות נעוץ בחוסר איזון רגשי (כמו פחד, כעס או דאגה). הטיפול אינו מתמקד בסימפטום הפיזי, אלא

בריפוי הרגש כדי לאפשר לגוף לרפא את עצמו.
נקודות מרכזיות:
* אבחון והתאמה: המטפל מזהה את המצב הרגשי של המטופל ורוקח עבורו פורמולה אישית

המשלבת מספר תמציות.
* אופן השימוש: המטופל נוטל מספר טיפות מהבקבוקון מדי יום. הפורמולה המוכרת ביותר היא רסקיו

רמדי, המיועדת להקלה מיידית במצבי לחץ וחרדה פתאומיים.
* בטיחות: התמציות טבעיות לחלוטין, אינן ממכרות, ללא תופעות לוואי ובטוחות לכל הגילים ולבעלי

חיים.
* היבט מדעי: מחקרים מראים כי השפעת התמציות נובעת בעיקר מאפקט הפלצבו (תרופת

שכן הן מדוללות מאוד ואינן מכילות חומר כימי פעיל.הסבר על תמצית הרסקיו:
תמצית הרסקיו (Remedy Rescue) היא פורמולת עזרה ראשונה מוכנה המיועדת להקלה מיידית

במצבי לחץ, חרדה, סערת רגשות או טראומה פתאומית.
בשונה משאר תמציות פרחי באך הדורשות אבחון והתאמה אישית, הרסקיו הוא שילוב קבוע של חמש

תמציות שונות שנבחרו על ידי ד"ר באך כדי לתת מענה למצבי חירום רגשיים:
* Rock Rose: קיצוני בפחד לטיפול, בהלה או פאניקה.
* Impatiens: חוסר להרגעת, סבלנות ומתח עצבנות, נפשי.
* Clematis: ניתוק תחושת למניעת, סחרחורת או אובדן הכרה (עילפון).
* Star of Bethlehem: בהלם לטיפול, שוק או טראומה פיזית ונפשית.
* Cherry Plum: שליטה על לשמירה, עשתונות איבוד ומניעת עצמית שליטה ואיך מתי.משתמשים?"
* מצבים נפוצים: לפני מבחנים, ראיונות עבודה, טיסות, ביקורים אצל רופא שיניים, או מיד לאחר

קבלת בשורה רעה או מעורבות בתאונה.
* אופן השימוש: מטפטפים 4 טיפות ישירות על הלשון (או כוס מים) לפי הצורך, עד להשגת רגיעה.

הפורמולה נמכרת גם כספריי או כסוכריות.
* בטיחות: המוצר טבעי, בטוח לכל הגילים, אינו ממכר ולא מרדים.

הסבר על שיטת הטיפול ארומתרפיה:
שיטת הארומתרפיה היא ענף ברפואה המשלימה המשתמש בשמנים אתריים המופקים מצמחים,

במטרה לשפר את הבריאות הפיזית והנפשית.
המילה מורכבת מ"ארומה" (ניחוח) ו"תרפיה" (טיפול). השמנים האתריים הם תמציות ריחניות ומרוכזות

מאוד המופקות מחלקים שונים של צמחים – כמו פרחים, עלים, קליפות עצים, שורשים ופירות –

באמצעות זיקוק באדים או כבישה קרה.איך השיטה עובדת?
הארומתרפיה משפיעה על הגוף בשני ערוצים מרכזיים:
1. חוש הריח (השפעה נפשית): שאיפת הריח מפעילה את המערכת הלימבית במוח, האחראית על

רגשות, זיכרון ומתח. פעולה זו יכולה לעורר תגובות מיידיות כמו הרגעה, הפחתת חרדה או העלאת

רמת האנרגיה.
2. ספיגה דרך העור (השפעה פיזית): במריחה על העור, מולקולות השמן חודרות למחזור הדם

ויכולות לסייע בהקלת כאבי שרירים, שיפור זרימת הדם והפחתת דלקות.דרכי הטיפול הנפוצות:
* הדפה ושאיפה: שימוש במפיץ ריח (דיפיוזר), מבער או שאיפה ישירה של השמן מבקבוקון או מטלית.
* עיסוי: מריחת השמנים האתריים על העור. חובה למהול אותם קודם לכן בשמן נשא (כמו שמן שקדים

או חוחובה), שכן שמנים אתריים טהורים הם חזקים מדי ועלולים לגרום לכוויות.
* אמבטיה או קומפרסים: הוספת טיפות שמן למים חמים.שמנים פופולריים ושימושיהם:
* לבנדר: השמן הנפוץ ביותר. מיועד להרגעה, הפחתת מתחים, שיפור השינה וריפוי כוויות קלות.
* עץ התה: בעל תכונות אנטי-בקטריאליות ואנטי-פטרייתיות חזקות. משמש לטיפול בבעיות עור כמו

אקנה או פטריות.
* פפרמינט (נענע חריפה): מיועד להגברת הערנות, הקלת כאבי ראש והקלה על מערכת

הנשימה.בטיחות ומדע:
ארומתרפיה נחשבת לבטוחה כאשר משתמשים בה נכון, אך יש לנקוט זהירות: אסור לבלוע שמנים

אתריים ללא פיקוח רפואי, ויש שמנים האסורים לנשים בהריון, תינוקות או חולי אפילפסיה. מחקרים

מראים כי השיטה יעילה מאוד להפחתת מתח, חרדה וכאב קל, בעיקר כטיפול תומך לצד הרפואה

הקונבנציונלית.

צרו עימי קשר טלפוני לקבלת יעוץ אישי.
ניתן לפנות אלי בכל שעה באמצעות טופס יצירת הקשר.
~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~
מידע נוסף שיעניין אותך נמצא כאן
~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

[לפרטים מלאים ויצירת קשר]