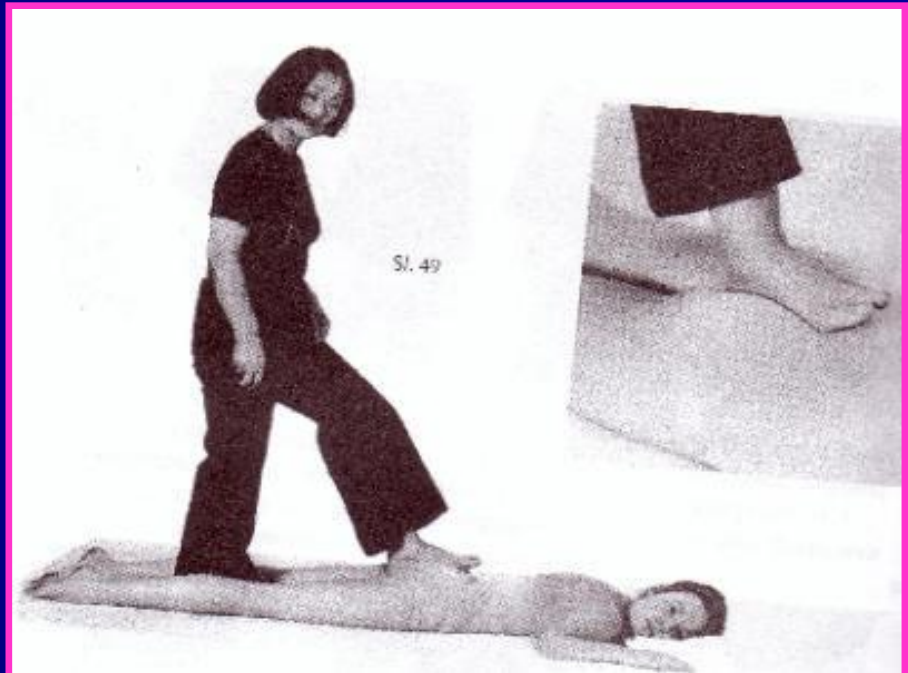


Šiatsu



Šiacu

- (jap. Shi=prsti, atsu=pritisak) je *japanska interpretacija kineske akupresure*, koja je u Japan prodrla u VI vijeku.

Danas je popularna širom svijeta kao **manuelno-akupresurna** i **pasivno-kineziološka** tehnika liječenja.



Šiacu

zasniva se na filozofiji
tradicionalne kineske
medicine: vzrok bolesi je
neravnoteža izmedu **JIN**-a i
JANG-a.

Šiacu

Životna energija koja slobodno cirkuliše kroz meridijane stagnira u ***aku-tačkama***.

Djelovanjem na ***aku-tačke*** uspostavlja se protok energije i liječe se bolesti.

Šiacu - *program*

- **Shiatsu je prirodno liječenje, koje u svoj program uključuje osnovne elemente vitalnosti i dobrog zdravlja:**
 - *kretanje,*
 - *pravilno disanje,*
 - *prirodnu i integralnu ishranu,*
 - *normalno seksualno ponašanje i*
 - *spavanje kao funkciju odmora tijela i uma.*

ŠIACU

- Kompletni tretman je efikasniji, jer se njima postiže ekvilibrijum svih dijelova tijela.



ŠIACU

- Ovom masažom **višak energije se razbija ili deblokira** i time se poboljšava cirkulacija i vraća ravnoteža.
- Dodirima i pritiscima prstiju **FT odaje** i dio svoje **bionergije**, a tretman šiacu masaže podrazumjeva **i udaranje, štipanje, lupkanje, istezanje i druge fizicke manipulacije** pojedinih dijelova tijela.

ŠIACU

- Šiacu tretman treba da se kombinuje sa:

- **Moksibustijom i**

- **Đumbir oblogama.**

Moksibustija

Lišće biljke *komonika* (*artemisia vulgaris*) osušeno na Suncu se isitni u prah i od njega se napravi cigareta = “moksa”.

Moksa se drži na 1cm od akutačaka i zrači toplotu.

Moksibustija

Tretman na svakom dijelu tijela traje **5-10min.**

Treba voditi računa **da se bolesnik ne opeče** i prah od cigarete ne padne na njega!

Đumbir obloge

- **Vruće obloge od đumbira se stavljaju na određene dijelove tijela *15-20 minuta* i za to vrijeme se mijenjaju čim se ohlade.**

Vatsu

- = skraćenica od WATER (voda) i shiATSU i označava tehniku primjene zen šiacu u vodi ⇒
- → primjenjuje **pasivni strečing** i **mobilizaciju**, kao i **presuru**, **kružnu masažu** i dr.zahvate
- **Masunaga** smatra da je strečing stariji oblik balansiranja meridijana od akupunkture

Šiacu

- Šiacu masažom se može **postaviti dijagnoza**, otkloniti uzroci i simptomi bolesti, **smanjiti bol i ograničenja**, **psihofički relaksirati pacjenta** i uravnotežiti tijelo, um i duh.
- Broj tretmana se razlikuje u zavisnosti od bolesti koja se liječi.

ŠIACU

Indikacije su svrstane prema meridijanima i obuhvataju:

- **Muskuloskeletne,**
- **Neurološke,**
- **KV,**
- **Respiratorne,**
- **GIT,**
- **GUT bolesti.**

Šiacu

- Za akutne probleme može biti dovoljno nekoliko tretmana, za kompleksna i dugotrajna oboljenja predlaže se više tretmana
- Nakon znakova poboljšanja, broj tretmana se smanjuje, ali bi idealno bilo da se šiacu masaža koristi kao preventivna medicina.

Šiacu

- U zavisnosti od načina života svakog pojedinca, redovni nedeljni ili mjesečni tretmani mogu održati ravnotežu tela i uma jer šiacu ima analgetsko, relaksirajuće, ublažavajuće, balansirajuće i obnavljajuće dejstvo.

Šiacu

se pokazao efikasnim u sledećim slučajevima

- **Glavobolja**
- **Astma**
- **Artritis i artroze**
- **Bol u ledima**
- **Bol u vratu**
- **Digestivni problemi**
- **Nesanica**



Šiacu

- **Kontraindikacije** obuhvataju:
 - Karcinome,
 - Trudnoću,
 - izraženu HTA,
 - osteoporozu,
 - frakture,
 - inflamirane zglobove,
 - proširene vene,
 - rane na koži .

Šiacu



- Ravnoteža životne energije unutar tijela smatra se osnovom zdravlja, ne samo tjelesnog nego i psiho – emocionalnog!

Šiacu



TKM prepoznaje 5 osnovnih emocija koje povezuje sa 5 elemenata i to su:

- Bijes
- Radost
- Briga
- Tuga
- Strah

Šiacu Dg i Zapadna Dg

- *Različite zapadne tehnike gledaju čovjeka po segmentima, a ne kao cjelinu u kojoj kad jedan točkić iskoči iz tog sistema savršene mašinesistem pada.*

Šiacu Dg i Zapadna Dg

- ZAPADNA DIJAGNOSTIKA

Intelekt-mentalno
zaključivanje-logika

Tretiraju se simptomi

Gleda čoveka kao
skup više sistema i
analizira svaki sistem
kao izolovanu celinu

Koristi se savremena
tehnologija i hemijski
preparati

Cilj je da se uklone
simptomi i vrati
normalna funkcija

Odgovoran je lekar

Odnos lekar-pacijent
je sve manje ličan

+ DIJAGNOSTIČKE
TEHNIKE

Šiacu Dg i Zapadna Dg

Tretira se uzrok

Gleda čoveka kao celovito bice

Koristi se Dah-disanje,
misao, hrana,
pokret-kretanje i dodir

Cilj je da se telo
dovede u ravnotežu
da bi se samo izborilo
sa problemom

Odgovoran je
primatelj , a davatelj
je samo vodič

Čoveku se prilazi
na poseban način

DIJAGNOSTIČKE +
TEHNIKE

JAPANSKA - SHIATSU

Šiacu Dg tehnike :

VIZUELNA Dg - BO-SHIN +

PROCENA I OPAŽANJE
DODIROM - SETSU SHIN +

RAZGOVOR - MON SHIN +

NAČIN GOVORA I BOJA
GLASA - BUN SHIN +

ENERGETSKA PROCENA +

DIJAGNOSTIČKE
TEHNIKE -

Postura

Govor

Hod

Ponašanje

Stanje kože

Boja kože

Rukovanje, Emocije

Dijagnoza Lica

Dijagnoza Irida

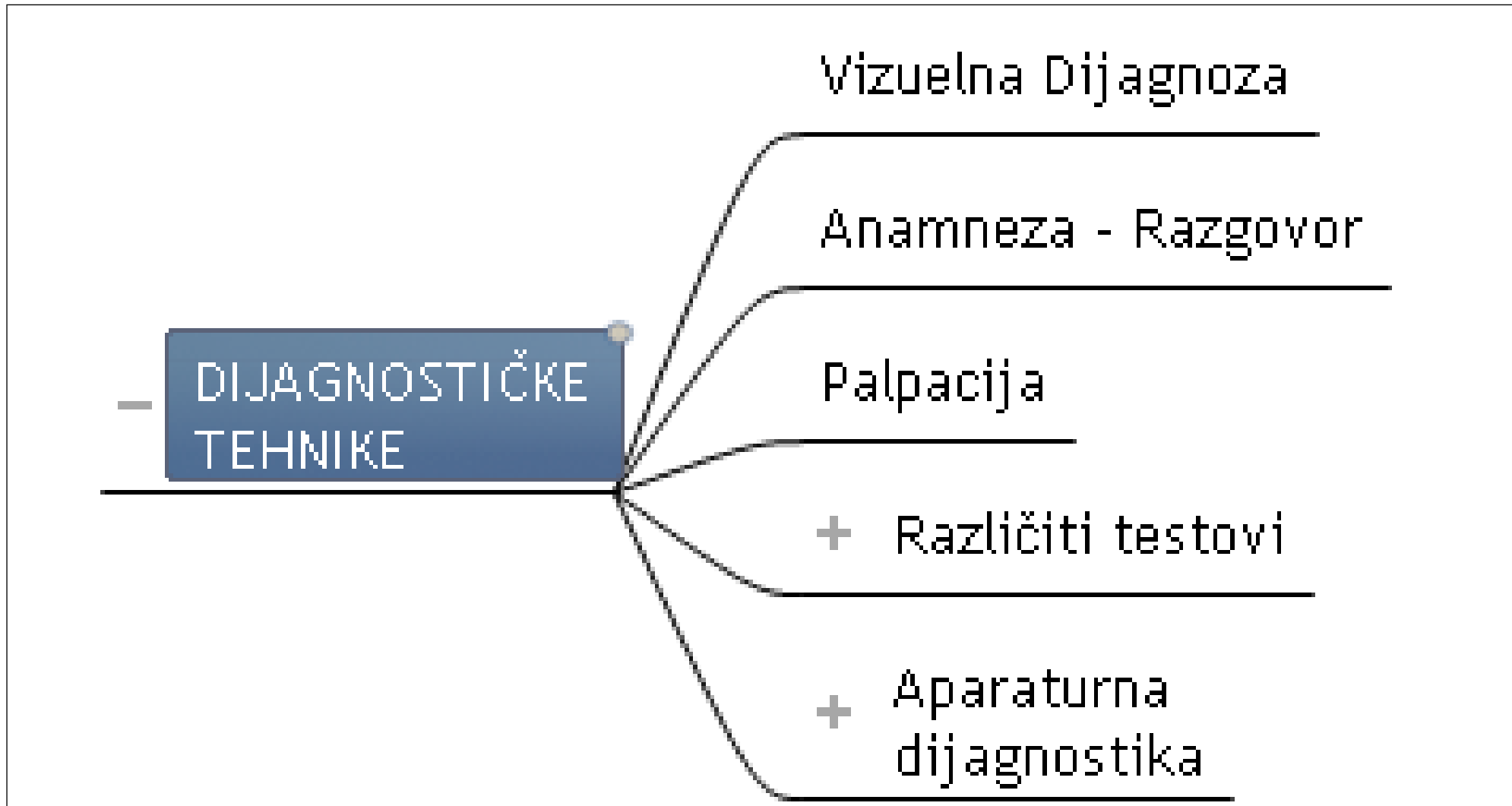
Dijagnoza Jezika

VIZUELNA Dg - BO-SHIN

```
graph LR; Postura --- Center; Govor --- Center; Hod --- Center; Ponašanje --- Center; Stanje_kože[Stanje kože] --- Center; Boja_kože[Boja kože] --- Center; Rukovanje[rukovanje, Emocije] --- Center; Dijagnoza_Lica[Dijagnoza Lica] --- Center; Dijagnoza_Irida[Dijagnoza Irida] --- Center; Dijagnoza_Jezika[Dijagnoza Jezika] --- Center; Center --- VIZUELNA_Dg[VIZUELNA Dg - BO-SHIN];
```

A mind map diagram with a central blue box containing the text "VIZUELNA Dg - BO-SHIN". Ten lines radiate from the left side of this central box to ten text labels arranged vertically on the left. The labels, from top to bottom, are: "Postura", "Govor", "Hod", "Ponašanje", "Stanje kože", "Boja kože", "Rukovanje, Emocije", "Dijagnoza Lica", "Dijagnoza Irida", and "Dijagnoza Jezika". Each label is underlined with a horizontal line.

Dg tehnike „savremene, tj. zapadne medicine“



- Aparaturna
dijagnostika

Laboratorijske analize (krv,
urin, hormoni, markeri)

Ultrazvuk, Rtg, Skener...

— Različiti testovi

```
graph LR; A[Različiti testovi] --- B[Refleksi]; A --- C[Amplituda pokreta]; A --- D[Mišićna snaga]; A --- E[Orijentisanost u prostoru i vremenu];
```

Refleksi

Amplituda pokreta

Mišićna snaga

Orijentisanost u
prostoru i vremenu