Domov

O akupunkturi

Terapija

O nas

Informacije

Tečaji

**O akupunkturi**

Akupunktura pomeni stimuliranje specifičnih akupunkturnih točk v telesu, bodisi z zabadanjem akupunkturnih igel ali z aplikacijo toplote, pritiska ali laserja. Je ena izmed glavnih vej tako imenovane Tradicionalne kitajske medicine (TKM), torej del komplementarne ali alternativne medicine. Glavni cilj akupunkture je uravnoteženje pretoka energije ali Oi-ja skozi kanale, ki jim rečemo meridiani.

**ZGODOVINA AKUPUNKTURE**



Za akupunkturo velja, da se je razvila na Kitajskem. V grobnici Ma-Wang-Dui-a, katerega grobnica je bila zaprta 200 let p.n.š., so našli prve zapise o meridianih. Za prvi zapis o akupunkturnem zdravljenju velja dokument Klasika interne medicine Rumenega cesarja iz leta okoli 100 p.n.š. Določeni hieroglifi, orodje in znaki poškodb na ohranjenih okostjih kažejo na obstoj tovrstnega obravnavanju ljudi že približno 1000 let pred prvimi zapisi. Izvor akupunkture temelji na opazovanju kitajskih zdravilcev, ki so v bojih opažali, da so nekateri vojaki ob strelnih poškodbah določenih delov telesa s puščicami, bili ozdravljenih nekih kroničnih bolezni, ki jih prej niso mogli pozdraviti. Terapija temelji na taoistični filozofiji. Že v tistem času je veljal koncept pretakanja vitalne energije Qi-ja skozi kanale oz. meridiane, čeprav so bile njihove anatomske lokacije določene kasneje. Kar je pomembno vedeti je, da je bila na Kitajskem sekcija teles prepovedana, tako da teorija temelji zgolj na opazovanju živih subjektov ne pa na osnovi dejanskega raziskovanja anatomije.

V naslednjih stoletjih se je akupunktura razvijala in se zasidrala kot ena poglavitnih metod zdravljenja v okviru TKM, ob zeliščih, masaži, dieti in segrevanju moxe. V času Mingove dinastije (1368 – 1644) je bila izdana knjiga: Veliki kompendium akupunkture in segrevanja moxe, ki je osnova moderne akupunkture.

V tej knjigi je prvič opisan komplet vseh 365 točk.

V 17. stoletju je zanimanje za akupunkturo na Kitajskem začelo pojenjat. Z razvojem zahodne medicine, se je akupunktura na Kitajskem vse manj uporabljala in bila 1929 celo zakonsko prepovedana. S prihodom komunistične stranke na čelo Kitajske leta 1949 se je akupunktura ponovno lahko uporabljala (najverjetneje zaradi nudenja vsaj neke oblike pomoči vsem ljudem in zaradi nacionalne zavesti). Takrat je voditelj Mao zbral vse oblike alternativne medicine in jih združil pod imenom Tradicionalna kitajska medicina.

Prof. Han iz Pekinga je v 50-ih letih prejšnjega stoletja prvi začel raziskave na področju patofiziološkega delovanja akupunkture in jo je povezal s sproščanjem nevrotransmiterijev, predvsem opioidnih peptidov.

V Evropi so prvi začeli uporabljati akupunkturo kot obliko zdravljenja Francozi, že v 15. stoletju. Oče Berlioz (oče znanega skladatelja) je delal prve študije na področju delovanja akupunkture (prvo objavljeno delo 1816). V prvi polovici devetnajstega stoletja se je zanimanje za akupunkturo preneslo tudi na Veliko Britanijo in ZDA, takrat tudi prve objave v Lancetu.

Pravi zagon zanimanja za akupunkturo v zahodni medicini se je zgodil v 70 letih prejšnjega stoletja. Veliko znanstvenikov zahodne medicine se je v naslednjih letih trudilo dokazati obstoj meridianov in akupunkturnih točk, vendar je patofiziologija in natančna anatomija dogodkov do danes ostala nepojasnjena. Prav tako je nabor diagnoz za katere je priznano akupunkturno zdravljenje zelo kratek. Zagotovo učinek so dokazali le pri zdravljenju slabosti, zobobola, bolečin v križu in glavobola.



**NAČELA AKUPUNKTURE**

Akupunktura temelji na filozofiji, da po telesu teče vitalna energija, ki ji rečemo Qi (Či) in sicer iz notranjosti telesa, kjer se nahajajo votli organi, na površino (v površinsko ležeče organe – kožo, mišice, tetive, kosti in sklepe). Ta pretok energije poteka po tako imenovanih meridianih ali kanalih. Poznamo 12 klasičnih kanalov in 8 izrednih kanalov. Kanali so glede na splošno doživljanje sveta in narave razdeljeni v Yin kanale in Yang kanale. Yin in Yang sta dva enakovredna pola energije, ki se dopolnjujeta in tvorita celoto – vedno uravnotežena (hladno/toplo, dobro/slabo, tema/svetloba, sonce/luna itd.). Nikjer ne najdemo samo Yina ali samo Yanga in vedno sta prisotna oba (v vsakem Yinu je nekaj Yanga in obratno). Tako so votli organi v telesu vezani na Yang, solidni organi pa na Yin. Simbolično so Yin in Yang povezovali tudi z rekami Jangce, Wei in rumeno reko.

Meridiani povezujejo posamezne akupunkturne točke v niz, hkrati pa so te točke povezane z določenim notranjim organom. Tudi meridiani so med seboj povezani z akupunkturnimi točkami. Akupunkturne točke tako predstavljajo vstopne točke do meridianov, ki so opredeljeni kot črte v telesu, ki so v telesu bolj električno prevodne kot ostale. Po nekih študijah naj bi celo dokazali večjo električno odzivnost telesa na stimuliranje pravih akupunkturnih točk, v primerjavi s stimuliranjem lažnih točk; so točke na koži, kjer je gostota živčnih končičev večja.

**AKUPUNKTURNA TEHNIKA**



Na telesu lahko stimuliramo več kot 600 točk, vendar se v sklopu stimuliranja po klasičnih meridianih omenja 365 točk. Točke lahko ali stimuliramo ali zavremo njihovo draženje. Tako tudi nadzorujemo učinke zdravljenja. To dosegamo s stimulacijo specifičnih tonificirajočih točk ali s posebno tehniko vrtenja akupunkturnih igel v telesu v smeri urinega kazalca ali v obratni smeri. Akupunkturne točke se običajno nahajajo na točno določenih lokacijah na poteku meridianov, nekatere pa se nahajajo zunaj klasičnih meridianov in jim rečemo Extra točke – te so običajno namenjene zdravljenju točno določenih bolezni. Tretja vrsta točk se imenujejo

A-shi točke, ki sicer nimajo točno določene lokacije, vendar se nahajajo na točkah največje občutljivosti pri bolečinskih sindromih.

**AKUPUNKTURNI KANALI – MERIDIANI**

Akupunkturni kanali so navidezne črte v telesu, ki sledijo toku energije Qi. Povezujejo notranje in zunanje organe oz. votle in solidne organe. Organi, ki so medsebojno povezani, imajo tudi svoj pripadajoči zaznavni organ. Teorija delitve organov in pripadajočih čutil in tkiv temelji na teoriji petih elementov (ogenj, zemlja, metal, voda, les).

12 kanalov, ki se povezujejo so:

1. srce – tanko črevo (jezik)

2. perikard – sanjiao (jezik)

3. pljuča – debelo črevo (nos)

4. vranica – želodec (usta)

5. jetra – žolčnik (oči)

6. ledvice – mehur (ušesa)



**TERAPIJA**

Akupunkturne igle zabadamo na točno določena mesta, imenovana akupunkturne točke, na telesni površini in uhljih.  S tem lajšamo bolečino ter vplivamo na različna funkcionalna in psihična stanja in obolenja.



Akupunkturno zdravljenje ima malo zapletov. Na mestih plitvih vbodov se zelo redko pojavijo neželeni učinki, kot so podplutbe ali lokalno vnetje. Pri globljem zabadanju se prav tako izjemno redko pojavljajo poškodbe živcev ali žil.

Pri vsakem obisku vam zdravnik v akupunkturne točke zabode od 10 do 15 tankih akupunkturnih igel. Vbod malo zaskeli, potem pa iglice ostanejo v akupunkturni točki približno 20 minut in jih ne čutimo. Zdravnik se lahko odloči za stimulacijo določenih točk, ki jo doseže s premikanjem ene od iglic. Po 20 minutah iglice odstranimo.  Potrebnih je 10 do 15 obiskov (akupunkturnih seans).

Akupunktura zlasti ob prvem obisku prijetno sprosti in lahko povzroči zaspanost in slabšo koncentracijo. V tem primeru ne smete voziti avta ali upravljati s stroji.

Akupunktura vzpodbudi energijske tokove v telesu, ki jih kovinski predmeti lahko zmotijo, zato vas prosimo, da si pred vsako akupunkturo snamete ves nakit. Shranite ga tako, da ga ne bi izgubili ali pozabili.  Med samo akupunkturo je pomembno, da zavestno dihate: bodite pozorni na vsak vdih in izdih, saj takšno dihanje poveča zdravilne učinke akupunkture.

**O NAS**



**VODSTVO ZDRUŽENJA:**

**Predsednica:**
prim. mag. Marija Cesar Komar, dr. med.

**Podpredsednik:**prof. dr. Zmago TURK, dr. med. višji svetnik

**Tajnica:**

prim. Jadwiga Hajewska KOSI, dr. med.

**Člani upravnega odbora:**

doc. dr. Neli VINTAR, dr. med.

prof. dr. Marjan Zaletel, dr. med.

mag. Neva LUKANOVIČ, dr. med.

Slavka TOPOLIĆ, dr. med.
Tanja PUNGARTNIK, dr. med.

Ivica PODRZAVNIK, dr. med.

Sonja MARN SKOK, dr. med.

mag. Petar PAPUGA, dr. med.

mag. Jani OSOJNIK, dipl. psih.

**KONTAKT:**

Predsednica Slovenskega združenja za akupunkturo pri SZD:

prim. mag. Marija Cesar KOMAR, dr. med.

E – mail: bolecinasg@gmail.com

Te.l: 00 386 41760 851

Tajnica Slovenskega združenja za akupunkturo pri SZD

prim. Jadwiga Hajewska KOSI, dr. med.

E – mail: jadwiga.hkosi@gmail.com

Tel.: 00 386 31 606 183

**OBVESTILO**

Spoštovani vsi, ki bi se še želeli prijaviti na Slovensko akupunkturno šolo, zelo nas veseli, da vas akupunktura zanima. Število udeležencev Šole je omejeno.

Zapolnili smo že vsa razpoložljiva mesta za prvi termin dvoletne Slovenske akupunkturne šole 2021/2022.

Če želite, vas že zdaj uvrstimo na seznam pred prijavljenih za naslednji termin, ki bo čez eno leto v šolskem letu 2022/2023.

Najlepša hvala za zaupanje,

z lepimi pozdravi

Organizacijski odbor Slovenske akupunkturne šole.

[**Akupunkturna šola snovne akupunkture za zdravnike in zobozdravnike**](http://sloakupunktura.blogspot.com/2016/08/akupunkturna-sola-osnove-akupunkture-za.html)

Od **maja 2021 do** **maja 2022** bodo v sklopu akupunkturne šole potekala predavanja *Osnove akupunkture za zdravnike in zobozdravnike.*

V desetih vikendih se bodo v **160 urah** interaktivnih predavanj predstavile teoretične osnove akupunkture s poudarkom na klinični uporabi in **40 ur** je predvidenih za zaključna seminarja, 3 pisna kolokvija, delavnice in še dodatno 100 ur vaj z izbranim mentorjem.
Akupunkturna šola obsega **300 ur.**

**NASLOVE PREDAVANJ**

|  |  |
| --- | --- |
| * Posebni organi
* Odnosi med Zang-Fu organi
* QI, Kri in telesne tekočine
* Nauk o kanalih in kolateralah (JING – LUO)
 |  |
| * Notr. in zun. potek Kroženje Qi-ja Klasifikacija Taiyang
* Lastnosti kanalov in kolateral
 |  |
| * Diagnostične metode:
* opazovanje, spraševanje (anamneza),  poslušanje in vonjanje, otipavanje (palpacija)
* Osnove diagnostike v TKM (jezik, pulz)
 |  |
| * Etiologija zunanjih patogenih faktorjev in notranjih emocionalnih faktorjev
* Stagnacija, Sluz
* Bolezenski mehanizmi: diferenciacija
* presežek / prebitek
 |  |
| * Novosti v nevrofiziologiji bolečine
* Akupunktura in zdravljenje bolečin
* Nevropatska bolečina
 |  |
| * Glavoboli
* Nevralgija trovejnega živca
* Pareza obraznega živca
* Akupunktura v dentalni medicini
 |  |
| * Bolečina v križu
* Bolečina v vratu in rami
* Bolečina v kolenu in komolcu
 |  |
| * Akupunktura v nevropsihiatriji
* Akupunktura in alergijske bolezni
* Akupunktura in bolnik z rakom
* Akupunktura in endokrine bolezni
* Akupunktura v porodništvu
 |  |
| * Tehnika akupunkture:
* Prikaz osnovnih pripomočkov in tehnik
* Kontraindikacije akupunkture
 |  |
| * Akupunktura in moksibustija
* Laserska akupunktura
* Elektrostimulacija v akupunkturi
 |  |
| * Mikroakupunkturni sistemi
* Akupunktura aurikule
 |  |
| * Akupunktura aurikule
* Akupunktura športa
* Nevarnosti pri iglanju
* Pravni predpisi

**Cena teoretičnega dela znaša 2.100 Euro.** **Plačilo bo možno pred začetkom šole v celoti ali v dveh obrokih ali tudi v 10 obrokih na račun Slovenskega zdravniškega društva:****SLOVENSKO ZDRAVNIŠKO DRUŠTVO****SLOVENSKO ZDRUŽENJE ZA AKUPUNKTURO****Dunajska 162****1000 LJUBLJANA****ID za DDV: SI21976562****TRR: SI56 0222 2001 9518588****(s pripisom za Slovensko šolo akupunkture 2020 do 2021)** |  |

**PRISTOPNA IZJAVA**

Pritisnite povezavo, da se vam odpre pristopna izjava za nove člane Združenja za akupunkturo:
[**ODPRI PRISTOPNO IZJAVO**](https://docs.google.com/document/d/1eSLzU3gLKhresmI77re0C1pZLbwsON7qqHu0aQbz4kA/edit#heading=h.gjdgxs)



**PRIJAVNICA ZA II. SLOVENSKO ŠOLO**

**AKUPUNKTURE**

**1. OSEBNI PODATKI**

**IME: ……………………………………………………………………………………………………..**

**PRIIMEK:……………………………………………………………………………………………….**

**DATUM ROJSTVA: …………………………………………………………………………………...**

**2. IZOBRAZBA (status, specializacija, mag., nazivi, itd.):………………………………………….**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**3. ZDRAVNIŠKA LICENCA (zadnji datum):……………………………………………………….**

**4. PREDHODNA IZOBRAZBA IZ AKUPUNKTURE ( šole, seminarji, tečaji, praktični del…**

**itd., ustanova, ki je organizirala tečaj in število ur izobraževanja ):**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**5. ČLANSTVO V ZDRAVNIŠKI ZBORNICI: ………………………………………………………**

**6. ČLANSTVO V SLOVENSKEM ZDRAVNIŠKEM DRUŠTVU:…………………………………**

**7. ZAPOSLEN/A: ………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**8. NASLOV STALNEGA BIVALIŠA:**

**ULICA OZ. KRAJ IN HIŠNA ŠTEVILKA:**………………………………………………..

**POŠTNA ŠTEVILKA IN KRAJ:** …………………………………………………………..

**OBČINA:**………………………………………………………………………………………

**9. KONTAKT:**

**TELEFON:**…………………………………………………………………………………….

**GMS:** ……………………………………………………………………………………….

 **E-MAIL:** ……………………………………………………………………………………

**10. PLAČNIK ŠOLE:………………………………………………………………………………….**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**……………………………………………………………………………………………………………**

**DATUM: PODPIS:**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**



Spoštovani kolegice in kolegi akupunkturologi!

V začetku marca 2020 se nam je zgodila epidemija Corona virusa z omejitvami gibanja, druženja, zaprtjem javnega življenja, zato kljub naši volji nismo mogli realizirati vseh točk našega letnega plana, zlasti pri organizaciji strokovnih seminarjev in II. Slovenske šole akupunkture.

Planiran je bil tudi izlet v Graz na ogled njihovega Centra za akupunkturo in še številne druge aktivnosti povezane z razvojem akupunkturnega delovanja.

Našim članom združenja smo v oktobru posredovali priporočilo o uporabi akupunkture v teh problematičnih pogojih Covid 19 epidemije.

Tako je žal neprijazno leto 2020 poteklo v duhu omejitev in čakanju na sprostitev ukrepov.

Vsa ta situacija nam je preprečila, da se nismo mogli tradicionalno v decembru 2020 srečati na rednem strokovnem sestanku, poročati o našem delu v združenju, o naših uspehih, o udeležbah na strokovnih sestankih in kongresih ter o naših nadaljnjih načrtih in prizadevanjih.

V pričakovanju izboljšanja epidemiološke slike in prilagoditve pogojev našega delovanja vas tudi vljudno vabimo, da pomagate s svojimi prispevki in predlogi pri oblikovanju našega programa ter s svojim sodelovanjem podprete ureditev dokončnega statusa akupunkturologa v Sloveniji.

**Ker planiramo v letu 2021 dokončati bazo članov Slovenskega združenja za akupunkturo pri SZD in dokončati Register akupunkturologov Slovenije, ki bo osnova za podelitev posebnega in dodatnega znanja k naši zdravniški licenci, vas vljudno pozivamo, da se dokončno odločite o članstvu v združenju in izpolnite pristopno izjavo nove/ga člana/ice v Slovenskem združenju za akupunkturo pri SZD, ki jo prilagamo.**

V skladu z v zadnjih letih spremenjeno zakonodajo (GDPR)~~)~~ potrebujemo ponovno vašo prijavnico, če seveda želite ostati naš član.

Novo prijavnico vrnite nam na email: **jadwiga.hkosi@gmail.com**

ali naslov: prim. Jadwiga Hajewska KOSI, dr. med., Cesta v Bevče 15, 3320 Velenje.

**Do dne 15.marca 2021**

V pričakovanju odgovora vas lepo pozdravljamo.

Ostanimo zdravi!

prim. mag. Marija Cesar Komar dr. med.

predsednica Slovenskega združenja za akupunkturo pri SZD

PRIJAVNICA ZA SZAK

**SLOVENSKO ZDRUŽENJE ZA AKUPUNKTURO PRI SZD**

**PRISTOPNA IZJAVA NOVE/GA ČLANA/ICE v SZAK pri SZD**

Ime in priimek: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Naslov:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Strokovni naziv:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Specializacija:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Zaposlitev:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Želim postati član/ica Slovenskega združenja za akupunkturo (SZAK):

DA\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

NE\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Obvestila želim prejemati na navedeni naslov:

E-mail:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Poštni naslov:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

S podpisom te izjave se obvezujem, da bom izpolnjeval/a pravila SZAK in soglašam in dovoljujem zbiranje, shranjevanje in obdelavo mojih osebnih podatkov za potrebe SZAK.

SZAK lahko posreduje moje osebne podatke pogodbenemu partnerju za obdelavo v skladu z zakonom.

Izjavljam, da sem seznanjen z vsemi svojimi pravicami glede obdelave in pogojev posredovanja mojih osebnih podatkov, ki so navedene v Zakonu o varovanju osebnih podatkov (Uradni list RS 86/2004), Soglasje je časovno omejeno in velja do preklica.

V \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Podpis \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_