

טיפול רפלקסולוגי מרגיע לכאבים לאחר הלידה

השקט שאחרי הסערה: **בניית החולים ברמל** יקבלו היולדות עיסוי מרפלקסולוגים מוסמכים להקלת הכאבים שאחרי הלידה ■ יולדת טרייה: "זה מחזק אותי ונותן לי כוח להמשיך לטפל בתינוק החדש שלי"

איבר סומאטוטופי וכל נקודה או אזור בכף הרגל מהווה חלק מהגוף באופן יחסי לגודל ולצורה. הטיפול ב־רפלקסולוגיה מאוד עוזר בהפגת כאבים בכלל וכאבי גב בפרט, הקלה במתן שתן, הרגעה **כללית** של הגוף ועוד."

אירית רוז, רפלקסולוגית המתמחה בכרמל: "החוויה של טיפול בנשים לאחר לידה ברפלקסולוגיה נתפסת אצלי כשקט שאחרי הסערה. הטיפול בשלב הכל כך מהיר שלאחר הלידה מאפשר לי כמטפלת כניסה לרווח העדין של המעבר בין התקופות, ויכולת לתת למטופלת חצי שעה של מנוחה, של שקט, של הרפיה. הטיפול מוריד באופן כמעט מיידי את המכאובים של הגוף, ואפילו מאפשר לאם הטרייה טיפול נינוח יותר בילוד הטרי, לאחר הטיפול הן מוותרות הרבה פעמים אפילו על לקיחת כדורים נגד כאבים."

רוני ניר ■

למרינה, תושבת הצפון, זו הלידה השלישית, והיא כבר מכירה את הכאבים שלאחר הלידה, אלה שהפעם חיכתה לה הקלה יוצאת דופן במחלקת היולדות של **בית החולים ברמל**. ליד המיטה חיכתה לה רפלקסולוגית בכירה, שטיפלה בה באופן אישי ועיסתה לה את נקודות הלחיצה המיוחדות והרגישות בכף הרגל. מרינה הרגישה מיד הקלה בכאבים והטבה במצב הרוח. "הרפלקסולוגיה פשוט עובדת עלי מעולה", אומרת מרינה בחיוך, "כל הלחץ והסטרט שהיו לי בלידה נמסו לאט לאט, ואני ממש מרגישה הקלה בכאבים. זה מחזק אותי ונותן לי כוח להמשיך לטפל בתינוק החדש שלי כשאני רגועה יותר ונינוחה".

הטיפול הרפלקסולוגי בכרמל מוצע לכל יולדת, הן לאחר לידה רגילה והן לאחר לידת ניתוח קיסרי, בחינם ולאחר רק לאחר הסכמתה וחתמתה של היולדת. "אירוע הלידה הוא אירוע עוצמתי ליולדת ברמה הפיזיולוגית והמנטלית", מסביר ד"ר רון אוסלנדר, מנהל מחלקת נשים ויולדות בכרמל. "המטרה שלנו היא להקל עד כמה שאפשר על היולדת ולאפשר לה להגיע במהירות לרגיעה ונינוחות, כדי שתוכל להתר-כז בטיפול בתינוק בלי כאבי הלידה המוכרים".

את השילוב החדש להקלת הכאב ליולדות יזמו **בית החולים ברמל** ומכללת רידמן בחיפה, ואת הטיפול הרפלקסולוגי ביולדות מבצעים רפלקסולוגים בכירים ומנוסים מהמכללה, במסגרת התמחות רפלקסולוגית בטיפול במעגל הפריזון והלידה.

"הרפלקסולוגיה ידועה כאחת ממוקצעות המגע **ברפואה המשלימה**", מסביר ד"ר עמית דמתי, רופא בכיר במחלקת נשים ויולדות בכרמל וסגן מנהל ביה"ס לרפואה מערבית במכללת רידמן. "כפות הרגליים הם



חצי שעה של מנוחה, שקט, הרפיה, רפלקסולוגית בפעולה ■ צילום: אלי דדון