

استفاده از ئی اف تی باعث کاهش قابل ملاحظه زمان بهبودی صدمه دیدگی شد

جان فورد مثالی از بکارگیری ئی اف تی بر روی مچ پای پیچ خورده یکی از بیمارانش ، که در این زمینه کم تجربه هم بود ، ذکر می کند . بهبودی حاصله به جای یکی دو هفته ای که معمولاً به طول می کشد تقریباً فوراً ایجاد شد . این مسئله ممکن است برای کاربران با تجربه ئی اف تی عادی جلوه نماید . ولی باید بر اهمیت استفاده از آن در تیم های ورزشی تاکید فراوان نمایم . اگر حتی تعداد کمی از صدمه دیدگی های متعددی که در ورزش پیش می آید چنین بهبودی قابل ملاحظه ای پیدا کند به هزینه اندک آن می ارزد .

نوشته جان فورد (ND, CH , EFT- ADV)

سلام گری

بیش از دو سال است که از ئی اف تی استفاده می کنم و موفقیت های خوبی هم نصیب خودم و بیمارانم شده است . فکر کردم بد نباشد تجربه ای را که اخیراً داشتم با تو در میان بگذارم . بیل یکی از دوستان من است . شنبه صبح زنگ زد و گفت که به علت پیچ خوردگی مچ پایش ناچاریم در برنامه ای که برای روز یکشنبه داشتیم تغییراتی بوجود آوریم . پایش بلافاصله پس از پیچ خوردگی شدیداً متورم شده بود .

در آن موقع هم که با هم حرف می زدیم هنوز پایش متورم بود و اظهار داشت که درد آن هم زق زق می کند . برای حرکت به چوب دستی نیاز داشت و فکر می کرد حداقل تا چند روز نتواند سر کار حاضر شود .

چند ماه قبل بیل را با ئی اف تی آشنا کرده بودم و لذا توصیه نمودم به خاطر تورم و درد مچ پایش " ضربه بزند " . از طریق تماس تلفنی با او کار نکردم و به جای آن او را راهنمایی نمودم تا خودش ئی اف تی را انجام دهد . پیشنهاد کردم بر نقاط ابتدای ابرو ، زیر بینی ، چانه و استخوان تر قوه ضربه بزند و در همان حین بر روی دردش تمرکز نماید . به من اطمینان داد که درباره مورد اخیر مشکلی نخواهد داشت .

او چندمین بار در بعد از ظهر و شبانگاه شنبه درباره تورم و دردش ضربه زد . یکشنبه صبح که از خواب برخاست و پایش را بر زمین گذاشت متوجه شد که مچ پایش دیگر زق زق نمی کند . به علاوه تورمی هم در کار نبود . همان روز به مشاهده بازی هاکی رفت و ناچار شد به اندازه سه بلوک

ساختمانی از جایی که اتومبیلش را پارک نموده بود تا استادیوم را پیاده برود و برگردد . باز هم تورم و دردی در مچ پایش احساس نکرد .

ساعت ۸ صبح روز دوشنبه به من زنگ زد . سر کارش رفته بود . در واقع باید بگویم که سوار موتور سیکلتش شده بود و به آنجا رفته بود . سپس توضیح داد که وقتی از خواب بلند شده بود چوب دستی هایش در کنار تخت بوده اند . فکر کرد که بهتر است برای برخاستن از آنها استفاده نماید . وقتی که کنار تخت شست مچ پایش را خم کرد و دریافت که با این کار دردی احساس نمی نماید فقط کمی احساس خشکی می کرد (که آن هم با راست کردن مچ پایش از بین رفت) قادر بود بلند شود و راه برود . بدون چوبدستی و کاملاً بدون درد . تورمی در کار نبود دردی نداشت کبودگی و سرخ شدگی هم وجود نداشت .

از او خواستم علت بهبودی سریعش را توضیح بدهد . وی گفت " باید به علت زدن آن ضربات باشد چون هیچ کار دیگری در این باره انجام نداده ام "

شاد باشی

جان فورد (ND , CHT , EFT , ADV)