

לצאת מהיכל  
טיפול ואבחנה בלידה  
Lic. Ac לב ארי

הלידה מהווה עבור האישה תהליך עמוק המביא לידי ביטוי בצורה הישירה ביותר את מצבה האנרגטי בכל רמותיו. הזדמנות לשינוי יסודי של תפיסות ואמונות, תפנית בחיים וקפיצה רוחנית. ברגע הלידה נפתחים שערי השמים וההזנה השמימית היא בשיאה. מתנת השמיים עטופה בכאב גדול, חוסר ודאות, הצפה רגשית צפייה וכמיהה. ולמול העוצמה האין סופית של בריאת חיים ניצבת האישה היולדת ביכולתה להיות נוכחת ולהכיל את הרגע. אין זו משימה פשוטה. כדאי, רצוי ואפשר להתכונן, לעזור ולתמוך.

לפני הלידה:

כחודש לפני מועד הלידה המשוער (שבוע 36) מומלץ להתחיל בהכנה ללידה. השלב הראשון הוא אבחנתי: חשוב לקבל אינפורמציה על הריונות ולידות קודמים, כניסה להריון, מהלך ההריון, בעיות מיוחדות, תרופות וטיפולים, תקינות בדיקות, תזונה, אורח חיים, תנועה והתעמלות, הכנת רצפת האגן, קורס הכנה ללידה, תוכנית לידה וציפיות מהלידה. דרך השיחה עם היולדת, אבחנת דופק והתבוננות ניתן להגיע לאבחנה הבסיסית.

הפתולוגיות הנפוצות בשלב זה הן:

\* חולשה של הכליות

\* חולשה של דם (כבד ולעיתים גם לב)

\* חולשה של מחמם עליון

\* חולשה של צ'י ומחמם אמצעי

\* סטגנציה של צ'י ודם

\* חסימה של ה – Chong Mai או ה – Dai Mai

עקרונות הטיפול:

שלב א' – חיזוק החולשה. חשוב לאתר את נקודת החולשה וכמעט תמיד יש כזאת. 1-2 טיפולים לחזק את החולשה.

שלב ב' – לפתוח מה שחסום ולאפשר תנועה. במידה והצ'י במרידיאן מסוים חסום הוא יפריע לזרימה תקינה של הלידה באחד מהשלבים ולתופעות כמו צירים לא אפקטיביים, תינוק שנשאר גבוה באגן, כניסה של ראש לא טובה לאגן, הקאות במהלך הלידה ועוד. שלב ג' - ליצור תנועה לכיוון האגן הרחם והכליות.

טיפולים:

מגע – שיאצו, רפלקסולוגיה, טווינה, עיסויים- כל טיפולי המגע מצוינים בשלב זה של ההריון. דיקור – בחירת נקודות ע"פ האבחנה ועקרון הטיפול.

תזונה – אוכל מזין ומבושל, קיטניות לחיזוק הכליות ובשר לחיזוק הדם (בשני מיקרים שהגיעו אלי נשים לזרוז בסוף שבוע 42 ואיבחנתי חוסר דם בכבד, שלחתי אותן לאכול סטייק טוב ואחרי שעות ספורות התחילה לידה)

צמחים – בעיקר בשימוש לזרוז לידה במידת הצורך.

פירחי באך – מצויין לתת במצבים של פחד גדול מהלידה, טראומה מלידה קודמת, חוסר חיבור לסיטואציה ועוד.

תנועה ונשימה – הנחיה ליולדת להתחיל תרגול יומי של תנועה ונשימה להזרים צ'י לאגן, להוריד את התינוק למטה, לפתוח ולחזק. בעיקר סיבובי אגן ונשימת בטן.

דימיון ומחשבה – לדמיין את הלידה, לדמיין את התינוק יורד בתעלת הלידה. לתכנן את הלידה ובעיקר לעזור לאשה להאמין ביכולתה הטיבעית ללדת.  
הכנת רצפת האגן – עיסויים, תרגילים של כיווץ והרפיה ושימוש ב – Epino (מאמן לידה) למניעת חתך.

אבחנה וטיפול בלידה:

תנאים ללידה:  
על הצ'י והדם ליהיות שופעים וחזקים, על המרידיאנים להיות פתוחים וזורמים. האנרגיה זורמת בחופשיות מהשמים דרך תעלת הלידה ולא נתקעת באף שלב: ציר היצירה ושלושת המחממים. הרגשות נעים, מתחלפים ואינם נתקעים. ה – SHEN במקומו מאיר ורגוע – חיבור האשה לעצמה, למודעות ולרגע.

פתולוגיות ברמות השונות:

יין יאנג:

**פנים וחוף** – האשה בחוף מידי והאנרגיה שלה הולכת לאיבוד (מדברת הרבה, מדברת בטלפון, לא מקשיבה, תנועה רבה ומפוזרת) או בפנים (מופנמת, מסוגרת, לא מתקשרת, לא נעה).

**למעלה ולמטה**: הצ'י שאמור לזרום בחופשיות למטה והחוצה, תקוע למעלה בראש ובחזה: הרבה מחשבות ורגשות, בחילות צרבות הקאות, תינוק לא יורד.

**נוקשה ורך** – חוסר איזון בין נוקשה לרך, האשה יכולה להיות נוקשה מידי ואז התהליך תקוע או רכה מידי ולא אסרטיבית ואז התהליך לא קורה.

**חוסר ועודף**: חוסר יבוא לידי ביטוי כחולשה של האברים והחומרים צ'י ודם, עודף יבוא לידי ביטוי כסטגנציה.

שלוש:

שלוש מייצג את השמים הארץ והאדם.  
פתולוגיה לפי שלושת המימדים: רוחני, רגשי, פיזי.  
לרוב שלושת הממדים קשורים זה בזה ואין לעשות הפרדה ביניהם, אם זאת נראה בד"כ דומיננטיות של הבעיה באחד מהם ואבחנה זו יכולה לתת לנו כיוון טיפולי חשוב.

רוחני:

חוסר איזון רוחני:

- \* האשה לא מחוברת אל עצמה ואל הרגע.
- \* יש הפרעה ברמה המחשבתית – מחשבות קשות שלה או של הסובבים אותה (הנוכחים ושאינם נוכחים בחדר) חוסר אמונה בעצמה, גופה ובתהליך כולו.
- \* חוסר מודעות כללי וספציפי
- \* חוסר הזנה שמימית
- \* בעיה "קארמתית"

**טיפול מומלץ**: נשימה תעזור לאשה להתחבר לעצמה ולרגע, לארגן מחדש את האנרגיה סביבה ולנטרל השפעות במידת הצורך. שימוש בנקודות "אשנב לרקיע", פרחי באך, דימיון ומחשבה.

ריגשי:

טיבעי ונכון שהרבה רגשות עולים וצפים במהלך הלידה, לכל רגש המקום והתפקיד שלו. רגשות מהווים וגורמים לפתולוגיות כשהם מקובעים ותקועים, מופיעים לאורך זמן ולא משתנים וכמובן לא מתאימים לסיטואציה.

**פחד** – מידה של פחד היא זהירות והקשבה. פחד דומיננטי מקרקע, משתק ותוקע – שייך לכליות ולא למנט המיים.

**כעס** – מידה של כעס היא אסרטיביות והליכה קדימה. כעס דומיננטי מוחצן מוציא יאנג החוצה ומכלה את הצ'י והיאנג. מופנם: תוקע את זרימת הצ'י במרידיאנים ותוקע את הלידה. שייך לכבד ולא למנט העץ.

**שמחה** – שמחה היא האור והניצוץ השמימי בחיינו. שמחת יתר, התרגשות והתלהבות יכולות לרוקן את הלב לפזר את הצ'י. נראה חוסר חיבור לקרקע ולמציאות, דמיונות ו"רוחניות יתר" – השמחה קשורה ללב ולא למנט האש.

**דאגה** – במידה מרכזת וממרכזת. יותר מדי דאגות יגרמו להליכה סחור סחור ולעמידה במקום. האנרגיה של האישה תתמקד בדאגה בד"כ לאחרים ופחות לעצמה. הדאגה שייכת לטחול/לב לב ולא למנט האדמה.

**עצב** – עצב הוא פרידה וויתור, חיוני להמשך נקי של הדברים ולהתחלה חדשה. עצב בעודף מרוקן את הלב והמחמם העליון ואין הזנה של המערכת. חוסר בעצב יכול להתבטא כחוסר יכולת להפרד מההריון ומוכנות למצב החדש.

**טיפול מומלץ:** לאחר הבנה של מצבה הריגשי של היולדת (שיכול להשתנות במהירות בכל רגע) ניתן להתאים פרחי באך, ליצור דו שיח אינטימי שיעזור לפתיחת הלב והזרמת הצ'י של הרגשות, לאפשר ליולדת להביע את רגשותיה בחופשיות ולעודד אותה לעשות כן. לגעת, לדבר ולהיות שם בשבילה. עבודה עם דימיון מודרך ומחשבה.

פיזי –

הפתולוגיות הפיזיות הן תוצר של המימדים האחרים בהרבה מהמקרים, אך צריכות להילקח בחשבון:

\* גודל העובר

\* מבנה האגן

\* השיליה

\* המנח

\* עייפות לאחר שעות רבות של צירים

ועוד.

פתולוגיה בחמשת האלמנטים:

5 האלמנטים מייצגים איכויות שונות בחיינו ושלבים שונים במעגל התנועה של החיים.

**עץ** – תחילת התנועה בנגלה, פריצה החוצה וקדימה, התנועה והכוח מאחורי התנועה. מציאת הכוח הפנימי להתקדמות, התקדמות תקינה של פתיחה, התמודדות עם התסכול של היתקעות או האטה בהתקדמות. הנעה של הלידה כל הזמן קדימה. עודף – סטגנציה, תקיעות וכאב. אין זרימה, הלידה נתקעת. חוסר – אין כוח להביא את התנועה, חוסר אסרטיביות.

**טיפול מומלץ:** להביא תנועה דרך מרידיאנים של עץ Liv, Gb, להזין את העץ דרך המים Kid, BI.

**אש** – שיא התנועה. המקום בו הדברים מגיעים לשיא מימוש הפוטנציאל. האור, הניצוץ המודעות ונפשו של אדם. תחושות של אהבה ושמחה, תחושת חום בזמן הצירים, התמודדות נפשית טובה, הסתכלות בהומור על רגעים קטנים.  
דכאון, חרדות, יאוש- הפרעות של SHEN. חוסר חיבור למציאות ולעצמה.  
**טיפול מומלץ:** להזין דם, להזין אש בהומור וחיזוק Liv Kid.

**אדמה** – המרכז, הציר עליו מתרחשים שינויים. התמרה ומיצוי. שגרה, יום יום ומשפחתיות. יכולת של האשה להתחבר לרכות ולצורך במגע, יכולת להיות חזקה מול השינויים שקורים, ולהישאר מחוברת - למרכז  
עודף – האדמה הופכת בוצית, קושי בשינוי ותנועה.  
חוסר – חולשה עיפות חוסר אנרגיה, לא מספיק אנרגיה מופקת, צירים לא סדירים  
**טיפול מומלץ:** מגע, חיזוק Sp St, תזונה מחזקת ומעוררת (פירות יבשים וזרעים). לחיזוק אדמה ניתן ליצור אש או לאזן את האדמה דרך מעגל הבקרה (עץ – תנועה).

**מתכת** – סגירת מעגל, שקיעה, ויתור, פרידה וניקיון. גבולות ומסגרת לתהליכים. היכולת להתחבר לכאן ועכשיו, תוך התמודדות עם הקושי, נשימה כחיבור לרגע וכדרך התמודדות עם הכאב.

חוסר יכולת להפרד ולסיים את ההיריון.  
חוסר גבולות ומסגרת לתהליך.  
נוקשות יתר.

**טיפול מומלץ:** להמיס את המתכת ולאזנה באש, לרכך עם אדמה- מגע וחיבוק. בחוסר מתכת יש ליצור מסגרת ברורה לתהליך.

**מים:** התנועה הנסתר, הניצוץ הראשוני של התנועה בנסתר, הבסיס, התמצית. מצולות. הבסיס לכל היין והיאנג. אין בסיס ושורש, עולים הרבה פחדים, קור וכיווץ.  
אין התחלה של לידה, אין בסיס לתנועה, חוסר איזון בין יין ליאנג.  
**טיפול מומלץ:** להביא את הצ'י למים, למטה. שימוש בנשימה וקולות, עבודה על הסאקרום במגע, חיזוק Kid.

כל אישה תחווה בלידה את כל חמשת האלמנטים. בלידה תקינה, האדמה משמשת בסיס לתנועה ומעבר (טרנספורמציה) בין האלמנטים, ככל שהאישה מאזנת יותר כך המעבר בין האלמנטים חלק יותר.

אדמה	אש	עץ	מים	מתכת
צורך במגע	תזזיות	כעס	פחד	עצב
רכות	חום, פנים אדומות	תסכול	שקט	בכי
מרכז	צורך בחברה	צעקה	כאב עצור	צורך להתבודד
חולשה	אהבה	חוסר שקט	חיוורון	הכל עצור
לחות	חום	רוח	קור	יובש
צהוב	אדום	ירוק	שחור	לבן

פתולוגיות של חומרים:

**חוסר צ'י ודם:** חולשה ועייפות, צירים לא אפקטיביים, אנמיה וחיוורון, לידה ארוכה, צירים חלשים או מרוחקים, פתיחה קטנה למרות אורך הלידה. אישה עייפה מאוד, לפעמים יופיע קוצר נשימה.

**טיפול מומלץ:** חיזוק צ'י ודם, לאכול משהו קטן, נשימות ומנוחה במידת האפשר.

**נקודות:** Shen Men, רחם, אוזן: Sp6, St36, Bl10, Bl32

**סטגנציה של צ'י ודם:** תקיעות, כאב. לידה ארוכה, כאבים קשים בגב או בבטן, לחץ באפיגסטריום, בחילות, הקאות ועצבנות. בבדיקת צוואר, צוואר קשה או מתוח ואינו נפתח בציר. אישה שלפני הלידה היתה מלאה בפחדים.

**טיפול מומלץ:** ליצור תנועה ולהניע צ'י ודם. מגע, סיבובי אגן עם היולדת, דימיון וקולות

**נקודות:** Sp6+Co4, Liv 3+Co4, Gb1, Gb21, Bl67, Liv13, פתיחה של Chong Mai, אוזן: רחם ו-Shen Men.

פתולוגיה של איברים:

**Kid** – חולשה למטה, לידה לא מתפתחת, אין צירים, צירים לא אפקטיביים. חולשה או תקיעות במרידיאנים מיוחדים, חולשה של גב תחתון, חולשה של ברכיים, סימנים שחורים בפנים, פחד וחרדה, בצקות ברגליים, כניסה קשה להריון, לידות מרובות צפופות, גיל מבוגר, קור. טיפול מומלץ: לחזק Kid להוריד צ'י לאגן לחמם. נקודות: St36, Sp6, Kid1, Kid9, kid10, Co6, על הסאקרום.

**Liv** – חולשה של דם, אנמיה, חולשה וחיוורון, חוסר כיוון ואסרטיביות. סטגנציה וכאב. הכל תקוע לא זז. לידה לא מתחילה, ירידת מים ללא צירים. עצבנות, כעס, תסכול והאשמות. טיפול מומלץ: להזין או להניע Liv לפי אבחנה. נקודות: Liv3, Liv8, Gb1, Gb21

**St/Sp** – חולשה, הקאות ובחילות. חולשה כללית של המרכז, אין מרכז והאשה מוסטת בקלות ומבולבלת. משקל עודף ותזונה לקויה במהלך ההריון ובכלל. חוסר בתנועה ועצלנות. לחות. טיפול מומלץ: לאזן את המרכז נקודות: Pc6, Sp4, Sp6, St36, Liv3, Liv13

**Ht** – חולשה של הלב והמחמם העליון, אין זרימה טובה משמים, אין השראה שמימית. (הכי קשה לטפל) גורמים בד"כ לא ידועים או קשורים למבנה האנרגטי של האשה מהבסיס. טיפול מומלץ: להזין את הלב והמחמם העליון. נקודות: St9, Bl10, Si7, Pc7

**Co** – תקיעות, חוסר יכולת לשחרר. אין התרוקנות מעיים לפני הלידה. אין גמישות מחשבתית והאשה יכולה להיות תקועה עם רעיון מההריון שאינו רלוונטי כבר. חוסר יכולת להפרד מההריון. טיפול מומלץ: להניע מעיים, לעודד פרידה ובכי. נקודות: Co4, Co6, Si7, Sp6

**פתולוגיה של מרידיאנים מיוחדים:** Dai, Chong, Abchona לפי הסימנים הקלינים ולפי דופק:  
Chong – ברמה העמוקה של ה – Dai, Liv ברמה העמוקה של ה – Sp.  
טיפול מומלץ: פתיחה של המרידיאן, דיקור בנקודת ה – Master של המרידיאן, שימוש בנקודות  
על גבי המרידיאן.  
\* שימוש בנקודות בהתאם לאבחנה ובדיקת דופק.

#### **רויטל לב ארי**

מלמדת ומטפלת בבית חולים ליס לילדות (איכילוב)  
(כתיבת מאמר זה נעשתה מתוך העבודה עם היולדות והמילדות של בית החולים ולהן התודה)  
מומחית לטיפול בתינוקות וילדים ומטפלת במדיטף.  
מורה בבית הספר לרפואה סינית עתיקה בפקולטה לחקלאות ברחובות.