

Il cancro al seno in linea internazionale di riabilitazione Summit 2016

Presentatore: Jane Van De Velde

Benvenuti al primo vertice internazionale al seno in linea riabilitazione cancro. Il mio nome è Denise Stewart - lo sono il vostro ospite da Brisbane in Australia. Questa presentazione sarà in italiano e in inglese. Antonio aiuterà con la traduzione in modo da poter condividere questo messaggio a più persone.

Nel corso della settimana si ha l'opportunità unica di ascoltare esperti condividono le loro intuizioni ed esperienze con la riabilitazione cancro al seno. I relatori provengono da diverse parti del mondo e da molte professioni sanitarie diverse. Ma tutti hanno una cosa in comune - sono dedicati e appassionati di sviluppare e fornire servizi di riabilitazione e benessere alle persone dopo il cancro al seno.

Oggi abbiamo Jane Van De Velde on-line. Jane è un'infermiera registrata e ha un dottorato in Scienze Infermieristiche ed è un istruttore di Reiki e formatore e fondò la Reiki Share Progetto Jane come hai fatto a passare da infermieristico e campo medico al Reiki?

Jane: Come una giovane infermiera ho imparato a conoscere il valore del tocco terapeutico, che è un tocco di guarigione energetica. Tocco terapeutico possibile fuori della pratica infermieristica. Sono andato a una conferenza e ho pensato che fosse interessante - Sono rimasto affascinato da esso e sperato di studiare IT-, ma quando sono tornato dalla conferenza e lo ha presentato ai colleghi - erano davvero negativo su di esso. Hanno pensato che fosse strano e insolito. Al momento ho pensato - questo non è il momento per me di perseguire questo.

Ma il pensiero di che (esperienza) non mi ha mai lasciato. Nel 2002-3 stavo attraversando un momento difficile myself- ero stavo avendo difficoltà famiglia e sono rimasto davvero alla ricerca di una certa cura emotivo. Avevo un amico che stava praticando Reiki e ha suggerito che ho provato. In un primo momento credevo no. Ma più ci pensavo - ho pensato che questo potrebbe essere come il tocco terapeutico. Quindi questo è stato

come un cerchio - ho preso la mia prima classe e non ho mai guardato indietro. Self Care Reiki davvero mi ha aiutato a che fare con la situazione familiare. Mi sono impegnato a pratica di Reiki. Parte della mia missione è quella di portare le mie competenze e le conoscenze di cura per Reiki pratica- così poi essere in grado di portarlo in Impostazioni- sanitaria in modo da essere in grado di lavorare con le persone con gravi malattie che avevo affrontato nel mio carriera infermieristica.

Così ho iniziato a Reiki a causa della mia necessità di guarigione personale. Ed eccomi qui.

D: Il miglior metodo di apprendimento Jane.

J: Grazie per avermi invitato a parlare in occasione del vertice. Io vivo nella zona di Chicago e ha ricevuto la mia formazione infermieristica presso il Rush University e praticato Reiki dal 2002. Oggi vorrei condividere la mia esperienza come un maestro insegnante e praticante di Reiki a lavorare con le persone con una diagnosi di cancro. So che l'obiettivo del vertice è in Cancro al seno, ma ho esperienza con persone con diversi tipi di molti di essere il cancro al seno cancro diagnosis-. Quello che ho trovato nel corso degli ultimi 10yrs è che il Reiki è utile ed efficace per le persone durante il loro trattamento e il recupero da una diagnosi di cancro. Il mio background in infermieristica nella cura della salute, hospice, comunità di base - con gli anziani e le persone con problemi di salute cronici. Ho anche lavorato molto con caregivers- Credo che lavorare con persone con un cancro diagnosis- gli operatori sanitari sono molto importanti. Quindi sono molto familiarità con questo gruppo - da una prospettiva di cura e una prospettiva di Reiki.

Ho scoperto che tocchi il cancro tutti- penso che sia giusto dire che quasi tutti sanno di chi ha avuto una diagnosi di cancro.

Ho scoperto che la comunità cancro è molto aperta a modalità di guarigione integrative. Questo è davvero in cui la mia pratica di Reiki ha iniziato - perché la comunità cancro ha detto sì!

Così come un praticante di Reiki ho parte della mia pratica a Wellness House in Illinois. Casa Wellness è una organizzazione non profit che fornisce programmi per sostenere le persone con cancro e dei loro familiari. Tutti i programmi sono liberi di persone con cancro-si tratta di una organizzazione meravigliosa. Casa benessere ha un programma in cui i partecipanti possono pianificare in una lunga sessione di 1 ora con modalità di guarigione - come il massaggio, tocco healing, Reiki e tocco di energia. Ho il volontariato in questo programma dal 2006 e ho offerto oltre 1100 sessioni di Reiki a persone a contatto con il cancro. Quindi il mio lavoro a casa benessere mi ha dato davvero una buona visione a lavorare con questa comunità.

Nel 2009 ho fondato il progetto Reiki Share, che è una organizzazione senza scopo di lucro qui, nello stato dell'Illinois - e la mia missione personale è quello di insegnare il Reiki. Ora alcuni della mia ispirazione per questo progetto è venuto da Wellness House. C'è il dicendo- Dare un uomo un pesce e lo sarà da mangiare per un giorno. Ma se gli dai una canna da pesca - lo nutrirai per tutta la vita. Quindi questa è la mia convinzione con Reiki voglio insegnare alla gente come usare il Reiki per la cura di sé. Voglio entrare o Reiki nelle mani della gente. Così la nostra missione al progetto quota Reiki è quello di fornire corsi di Reiki per gli individui e gli operatori sanitari di gestire al meglio la loro vita in cui vi è un grave trauma malattia / vita.

Così abbiamo iniziato con la comunità cancro perché sono aperti a questo tipo di trattamento. La prima classe - abbiamo avuto a Wellness House nel 2010. E da allora abbiamo insegnato 74 corsi di Reiki con 600 studenti completando il livello 1 Reiki. 35 di queste classi è stato insegnato a centri di cancro nella zona di Chicago per le persone con il cancro - così come i loro caregivers. Folks che si occupano di cancro - hanno bisogno di sostegno da loro caregivers. Infine nel 2012 ho iniziato un programma di volontariato di Reiki a Elmhurst Memorial Hospital centro oncologico ambulatoriale. Questo si trova nei sobborghi di Chicago ed è un Planetree ospedalizzazione seguono la filosofia Planetree di cura del paziente centrato. Platano è anche una organizzazione senza scopo di lucro e uno dei loro componenti è quello di offrire modalità integrative o di guarigione per i pazienti e familiari. Così il Reiki si inserisce perfettamente all'interno di quel paradigma. Così ho iniziato questo programma di volontariato con un volontario di uno. Questo è come iniziano le cose - a destra! Così negli ultimi 4 + anni il programma è cresciuto e ora abbiamo nove volontari. Siamo nel centro-cura del cancro e questa foto è di 2 dei nostri volontari.

Qui abbiamo offerto più di 800 sessioni di Reiki ai pazienti, famiglia e il personale. Più di recente si è passati nel reparto di degenza. Stiamo offrendo Reiki ai pazienti sottoposti a chemioterapia o ad altri tipi di infusi -Il lavoro è così gratificante. Si tratta di brevi sessioni 10-15 minuti di lunghezza. Entro la fine dell'anno avremo 9 volontari che forniscono servizi di Reiki per le persone con una diagnosi di cancro in questa impostazione.

Quindi, queste sono alcune delle attività nel corso degli ultimi 10 anni che mi hanno dato spaccato l'esperienza del cancro e come il Reiki può essere inserito in questo.

Prendiamo un po 'di tempo per parlare di Reiki in modo più approfondito. Vorrei gli spettatori di sapere di più su come il Reiki può beneficiare le persone con il cancro.

Allora, qual è il Reiki?

Negli ultimi anni sempre più persone stanno diventando familiarità con Reiki quando ho iniziato questo nel 2003 - nessuno aveva sentito parlare di Reiki. Molte persone avevano pensato che ero andato fuori dal bordo profondo. Ma la pratica non è molto più riconosciuta.

Reiki è una complementare, pratica di guarigione olistica che promuove l'equilibrio e il benessere personale nel corpo e nella mente e nello spirito. Reiki si basa sull'idea che ci sia una energia vitale universale che supporta la nostra capacità di guarigione innata. Così l'essenza del Reiki è che si tratta di una energia di guarigione. Reiki in realtà significa guarigione dell'universo e ci viene dal Giappone nei primi anni del 1900 e trovato la sua strada verso ovest prima WW2. E 'davvero nel 1990 che il Reiki si è diffuso ed è ormai un fenomeno mondiale. Viene insegnato in tutto il mondo da molte culture e molte fedi. L'avvertenza è che il Reiki non è una religione - e la gente chiederà qualche tempo a questa domanda - ma è non confessionale e non affiliato a nessuna organizzazione religiosa. Così può adattarsi molto bene in qualsiasi tipo di organizzazione sanitaria.

Reiki per sé e gli altri. Reiki è offerto con il tocco non invasivo luce- - in modo che le mani possono essere posizionati leggermente sul corpo o appena sopra. Usando le mani possiamo aiutare a fornire energetico è così semplice. È il potere di intenzione che prevede che energetico è una pratica molto semplice da imparare da chiunque. Siamo in grado di offrire Reiki a noi stessi e per gli altri. Ho offerto Reiki a me stesso e ho da anni. Ho offrire Reiki per la

mia famiglia e gli amici e poi ho la mia pratica professionale. Così ho connessioni a molti livelli diversi - ma la fondazione è la cura di sé. Quando offriamo Reiki ad un'altra persona il partecipante è completamente vestito e può essere in posizione seduta o sdraiata.

A volte la gente pensa di Reiki come una forma di massaggio-, ma non lo è.

Quali sono alcune delle caratteristiche di Reiki?

In primo luogo Reiki è di natura olistica. Supporta molto delicatamente la guarigione in ogni level. It non è possibile separare il corpo, mente e spirito, quando si parla di salute, well; Inness e la guarigione. E questo è vero quando si parla di chiunque con una malattia grave e stiamo parlando di cancro qui.

Così Reiki è sicuro, dolce e non-invasive. It è semplicemente una imposizione delle mani o le mani sopra il corpo. Non vi è alcuna manipolazione fisica del corpo-come chiropratica o terapia fisica. Nulla viene ingerito - non farmaci, erbe o integratori. Nulla si inserisce - come aghi per agopuntura. Non vi è nessuna applicazione di creme o lozioni. Non ci sono controindicazioni mediche o gravi effetti indesiderati rilevati con il Reiki. Reiki è sicuro di combinare con qualsiasi tipo di intervento medico o di procedura di trattamento. Le persone stanno offrendo Reiki a se stesso in corso di trattamento chemioterapico, prova o scansioni. Quindi è molto flessibile.

Reiki è complementare - si può migliorare o sostenere qualsiasi cura olistica o convenzionale che una persona sta ricevendo. Stando detto- Reiki non può essere sostituito per le cure mediche.

Mezzi Così complementari - oltre. Reiki può essere aggiunto a qualsiasi cosa stiate facendo - a prendersi cura di se stessi. Reiki non è -alternativa come nella mia mente che significa invece di.

Credo che quando si parla tanto di guarigione alternative modalitates- Credo che gli operatori sanitari ottenere un po 'nervoso. Credo che il Reiki è una parte della cura olistica.

Quando lavoravo come infermiera in assistenza domiciliare e ospizio e ha lavorato come parte di un team multi disciplinare. Questo è quello che volevo Reiki per essere- parte di quella squadra - integrativo e complementare. Reiki non si basa sulla diagnosi -Noi non prescrivere un trattamento nella pratica del Reiki. Le nostre mani sono in primo luogo ancora- ci muoviamo solo le nostre mani per spostare la posizione da una parte del corpo ad un altro. L'altra cosa su Reiki - è che non possiamo prevedere risultati dell'apprendimento non posso dire a qualcuno che il mal di testa andrà via. Ma Reiki sta per aiutare a rilassarsi. Devo dire che il Reiki può essere utile e vediamo come si goes- è così che mi avvicino con la gente. Come quello che stiamo facendo come professionisti Reiki è la creazione di una opportunità per le persone di connettersi al Reiki ai fini della loro guarigione personale. Siamo lì semplicemente per aiutarli a fare quel collegamento - dando loro l'occasione. Una volta che la sessione inizia essi sono responsabili del proprio processo e di guarigione. Sono molto chiari su questo con la gente e trovo che il concetto sia veramente abilita e aiuta a shioft il loro pensiero a - lo sono in carica. I vantaggi di Reiki questi sono per lo più aneddotta in natura. Il beneficio numero 1 riportato da persone è il rilassamento.

Reiki rilascia la risposta di rilassamento. Questo lavoro è riportato da Herbert Benson - la risposta di rilassamento è molto potente come ci si sposta dallo stress al relax. C'è un sacco di cambiamenti fisiologici nel corpo che la risposta allo stress impacts- metabolismo, la frequenza cardiaca, la respirazione e la pressione sanguigna tensione muscolare increases- è che la fuga

/ lotta response- una stimolazione simpatica. Quando le persone sono il metabolismo relaxed-, la frequenza cardiaca, la pressione sanguigna e la tensione muscolare va giù / riduce. Vedo che questo accada con il Reiki. Non sto misurando il tasso metabolico delle persone durante o della pressione arteriosa durante una sessione di Reiki, ma guardo il loro respiro e questo diventa lento e approfondisce durante la sessione. Quando le mie mani sono sul loro corpo - in particolare la loro shoulders- mi sento a rilassarsi. Si shifts- volte il muscolo contrazione un po' come i rilasci la tensione muscolare. Hanno letteralmente affondano nella tabella. Così quei 2 cose che posso osservare nel corso di una sessione di Reiki e poi la gente mi dice più volte - mi sento più rilassato .. Non ho mai sentito così rilassato ... non ho sentito questo rilassato in un lungo time.- così dopo una sessione di Reiki.

Così la risposta di rilassamento è così potente - ho davvero venire a credere in base a questa osservazione che si tratta di una delle porte alla guarigione. Credo davvero che se siamo in grado di convincere la gente a rilassarsi, è il punto di partenza - ci sono un sacco di cose buone che possono a cascata da quella.

Così ottenere loro di rilassarsi e persone relazione:

1. Diminuzione ansia, tensione e stress
2. ridotto o ammorbidire il dolore
3. sonno modelli migliorati
4. alleviare la fatica

di studio in cui la relazione di dolore prima e dopo un Reiki session non può fare il mal di testa va via, ma forse del mal di testa è valutato a 7-8 - poi dopo Reiki si può scendere a un 2-3.

Così spesso stress e la tensione possono contribuire al dolore e così Reiki può aiutare in questo.

Che cosa facciamo la sera prima di addormentarsi - ci rilassiamo. Molto spesso durante una sessione di Reiki persone potrebbero cadere asleep- questo è perfetto e esattamente quello che serve.

Altri vantaggi:

1. maggiore chiarezza mentale
2. Heal problemi emotivi
3. di rilascio pensiero e di atteggiamenti negativi
4. aumentano i sentimenti di pace e di calma

a Wellness House quando la gente venire a me, che potrebbero avere un sacco di cose su di esso la propria vita ad esempio a partire chemio avere una doppia mastectomia così il loro cervello ha "scimmia chiacchiere" - una volta siamo in grado di stabilirsi giù e scivolare in quel rilassamento response- molto spesso le loro menti saranno tranquillo. C'è una componente meditativa di Reiki - anche se non è la meditazione - Reiki aiuta a calmare la mente e uscire dal "chiacchiericcio scimmia". A volte questo permette di risolvere i problemi e di prendere decisioni che non potevano vedere la loro strada attraverso.

C'è un lato calmante molto nutrimento al Reiki. A volte le persone possono scoppiare in lacrime come spesso può tenere il dolore e la tristezza e la preoccupazione dentro - così stretto e in

qualche modo Reiki sembra di rilasciare questo. Non c'è niente di meglio di un bel pianto. Se questo popolo happens- dicono spesso che poi si sentono meglio.

Quindi, questi sono alcuni dei principali vantaggi che ho visto con i miei malati di cancro e ai loro accompagnatori.

Diamo un'occhiata a dei benefici scientifici come ho capito la necessità di un supporto scientifico di ciò che facciamo. Quindi diamo un'occhiata a come il Reiki può funzionare - A questo punto nel tempo il meccanismo di Reiki non è noto. Come si illicites la risposta di rilassamento e che tipo di effetto è avere sul sistema nervoso simpatico / parasimpatico.

Qualcosa sta accadendo - ma non sappiamo come questo accade.

Da una posizione di ricerca è davvero impegnativo per la progettazione di studi in grado di quantificare o misurare

l'energia di guarigione olistica. Anche in questo momento non sono a conoscenza di qualsiasi grande finanziamento della ricerca che sostiene studi clinici randomizzati che esaminano questo tipo di trattamento energia - che limita la nostra capacità di eseguire studi di alta qualità - in quanto richiedono un sacco di finanziamento.

C'è pubblicato la ricerca Reiki che sono studi esplorativi e pilota con campioni di piccole dimensioni. Alot i tempi di questi stanno guardando i risultati di Reiki - ad esempio quali sono i risultati riportati dal ricevitore dopo una sessione di Reiki. I ricercatori spesso guardano il dolore, sentimenti di ansia come misure di outcome.

Una risorsa meravigliosa è Center for Reiki Research (www.centerforreikiresearch.org).

- Un elenco completo di studi di ricerca Reiki pubblicati in riviste.
- Attualmente 60 pari articoli di ricerca pubblicati esaminato (1989-2016) e riassunte in questo sito
- ogni studio viene analizzato utilizzando un metodo di revisione tra pari rigoroso e imparziale.
- Ogni studio è rivisto per quanto riguarda la metodologia, protocolli di trattamento e di parametri di risultato.

Io voglio parlare di un paio di studi:

Studio (Fleisher et al 2014) **Integrativo Reiki ai malati di cancro: unodi valutazione del programma**

studiocondotto presso l'Università della Pennsylvania

N = 162 trattamenti Reiki offerti = 305 (10-15 minuti ogni sessione)

principalmente per il cancro i pazienti più famiglia e il personale.

50% di diminuzione in ansia e il dolore, la depressione e la fatica

di studio era dettagliata e facilmente riproducibile ed ha incluso raccomandazioni per ulteriori ricerche.

80% ha riferito di essere felice con la seduta e lo consiglierei ad altri.

Studio 2 **L'effetto della terapia Reiki e compagnia sulla qualità della vita e sintomo di soccorso sulla chemioterapia.** Orsak et al 2015

Studio pilota - Università di Pittsburgh

Obiettivo: stabilire se il Reiki e la compagnia realizzati gli effetti collaterali di chemio più sopportabile.

N = 36 (maggior parte dei pazienti con cancro mammario) 3 gruppi; reiki e chem, compagnia e chemio o semplicemente chemio.

Sia Reiki e gruppi compagno migliorati in tutte le misure di "studio significativo nel dimostrare che le modalità complementari come il Reiki può aiutare a tolleranza di trattamenti convenzionali"

Anche se questi sono di piccole dimensioni del campione Gruppi- noi abbiamo la ricerca di iniziare a sostegno Reiki per le persone con diagnosi di cancro.

Spettacoli Reiki come una promessa di guarigione modalità in:

1. Stress
2. Ansia
3. dolore cronico
4. selfcare

maggior parte delle persone mi occupo che hanno lo stress e l'elevato livello di ansia - hanno problemi di dolore.

L'esperienza del cancro - un continuum (sulla base di mie osservazioni). La gente eneter il continuum con la diagnosi. Questo è un momento molto stressante per le persone dove si collegano con molti operatori sanitari di prendere decisioni circa la loro cura. Questa fase può durare 9 mesi- 1 anno. Una volta che completano questo vanno per la fase successiva "in via di guarigione", che è il recupero dopo al trattamento con crescere i capelli e ottenere la loro forza indietro. A volte si potrebbe sentire il panico o di abbandono, come il supporto che hanno ricevuto in fase di trattamento. Così non stanno vedendo i fornitori e possono chiedersi "che sta cercando per me".

Nella fase di sopravvivenza che stanno cercando di tornare alla vita normale o trovare un nuovo normale. Molte persone stanno rimanendo in questa fase.

La fase di recidiva - ricominciare con il trattamento con la possibilità di metastasi. La fase di cura / ospizio palliative si verifica per alcuni.

Nella mia esperienza Reiki può essere uno strumento prezioso in ogni fase di questo continuum. Ho insegnato il Reiki in tutte queste fasi / fasi.

Esperienza client della diagnosi di cancro:

Colpisce persone ad ogni LEVEL- fisica, spirituale, mentale e emotional. So il nostro approccio alla cura del cancro deve essere di ciascuno di questi livelli.

Sintomi fisici

- Dolore
- Fatica
- Nausea
- di peso perdita dei
- PerditaLacapelli

- Neuropatia periferica

Reiki può essere utile per alleviare o ammorbidire tutti questi sintomi.

Mentale ed emozionale / spirituale

- Paura
- Rabbia
- Denial
- preoccupazione
- Ansia
- Perdita di fede
- incertezza
- chemio cerebrale

Anche in questo caso il Reiki può essere utile nella gestione di questi sintomi.

Offrendo sessioni di Reiki di persone con il cancro

volte può avere bisogno di offrire sessioni più lunghe 45- 50 minuti o che può essere breve 10-15 minuti. Trovo che non importa quale periodo di tempo le sessioni sono- maggior parte delle persone possono essere aiutate con il Reiki. Io uso una stanza con un lettino da massaggio, musica soft, chiedo il permesso di toccare le persone sono completamente vestito e io uso una serie di posizioni delle mani e dei documenti tutte le sessioni.

Come la maggior parte delle persone condividono la loro diagnosi con me - mi aiuta a collocare le mie mani. I clienti trovano conforto nelle mani poggiate sulla posizione del loro cancro.

Abbiamo fatto un sondaggio presso Wellness House 2012:

Stress: livello medio di stress prima 6.2 e dopo 2

Dolore: 5.4 e 1.6 dopo

Ansia: 6.1 e dopo 2

Ciò è coerente con gli studi di ricerca Reiki.

seduta: Reiki in ambienti sanitari

Based- 10-15 sessioni di minuti e non appuntamento offerto in posizione (Elmshurst).

I risultati di 5 anni:

Pain: punteggio di 5 è sceso a 2,8

preoccupazione: Valutazione sceso 5-2,3

Questo non è dati statistici - è riportato i dati dai ricevitori di Reiki.

Feedback verbale:

"Potevo sentire il calore in tutto il corpo"

"Ho potuto sentire il mio stress di sollevamento"

"Mi sento come posso respirare di nuovo"

"Io non sono preoccupato per nulla adesso"

"Il mio dolore è andato"

"Questo Reiki è come un amore speciale si tocca

"Se qualcuno può dire a me dopo una sessione di Reiki" mi sento meglio ", quindi nella mia mente - come un medico di medicina e volontario - quindi missione compiuta.

Così offrendo sessioni di Reiki di individui è meraviglioso- ma voglio insegnare alla gente come offrire Reiki a se stessi. E 'semplice da imparare e potente per entrambe le persone con il cancro e gli operatori sanitari. Le persone possono prendere questa classe in qualsiasi momento lungo quel continuum - anche in hospice attenta- anche quando solo pochi giorni di distanza dalla morte. Anche nelle ultime fasi della vita che non cura il cancro-ma può portare conforto se stessi.

Un livello 1 classe Reiki è un corso di 8 ore sia in 1-2 sedute. Amici, marito e moglie e le sorelle possono prendere la classe insieme. Ci concentriamo su semplice trattamento di sé nelle classi e come tessere nella loro vita quotidiana. La pratica più breve e semplice è più facile da fare e incorporare nella loro day.We dire alla gente di mettere le mani dove si testa hurts-, ginocchia viso ecc anche per mettere le mani dove ci si sente a sentirsi bene- comfor ad esempio, mano sul cuore o stomaco.

Reiki è potente e discreet- può essere utilizzato ovunque anytime- durante qualsiasi esame o procedura. Imparano anche in classe per essere in grado di offrire semplice Reiki per la famiglia e gli amici- spesso nella seduta.

Posizione.

Reiki è

1. non invasiva
2. efficace
3. economica
4. appropriata per tutte le età (grande per i bambini i cui genitori ha una diagnosi di cancro)
5. appropriate per tutti gli stadi
6. Facile da imparare

Reiki principi / canto

Solo per oggi ...

Il rilasciare tutti i rabbia

che rilasciare tutti ti preoccupare

io sono grato per tutta la vita di benedizioni

mi dedico al mio lavoro

io sono gentile con me stesso e di tutte le creature viventi.