**BOWEN TERÁPIA**

A **Bowen technikát** a fizikoterápia homeopátiájaként is szokták emlegetni, mert az emberi testi működés teljességét figyelembe veszi, így fel tudja ébreszteni az öngyógyító képességét, amikor egy probléma miatt kezelésbe fog.

Az 1950 – es években kifejlesztett módszer főként a **kötőszöveti rendszerre fejti ki hatását**, melynek alapja, hogy testünket egy a mechanikai erők függvényében kialakult feszültségi háló fonja át és tartja össze. Ez a  kötőszöveti „faszciális  háló” sejt szintről kiindulva szolgáltat kapcsolatot a test minden magasabb struktúrájához**. A kezelés közben végzett finom, rövid idejű és precíz fogások** ezen keresztül érnek  el  változásokat, segítenek a saját aktuális egyensúlyt megtalálni, és így **megszűnhetnek a feszültségek**.

Elsősorban nem is a tüneteket kezeli, mert a probléma oka nem mindig ott van, ahol a fájdalom jelentkezik, vagy amit panaszolnak.

A babák és gyerekek szemszögéből nézve különösen hangsúlyos, hogy **szelíd, non-invazív technikáról** beszélünk. **A kezelés során - a gyermek mozgásigényét figyelembe véve – végezzük el a gyengéd fogásokat, majd ezután figyeljük a reakciót**. Ezt az érintést lehet ellenkezés nélkül fogadni, így a hasznosítása, beépítése is akadálytalanabb, és maximálisan megfelel a legősibb ápolási követelménynek a „ne árts” szabályának. Ebből adódik, hogy nincs mellékhatása, legfeljebb, ha nem a legcélzottabb Bowen fogássorozatot használjuk, nem történik kielégítő mértékű változás, kereshetünk tovább anélkül, hogy újabb tünet jelentkezne.

Hatékony alkalmazása a gyakorlati tapasztalatok alapján a testi-lelki és mentális problémák legszélesebb körében lehetséges

**Az oxigénhiány, a koraszülöttség** önmagában nem betegség, azonban több odafigyelést és esetleges utógondozást igényel minden olyan baba, aki korábban érkezett, hogy megfelelő segítséget kapjon esetleges**, éretlenségből adódó lemaradásában, minőségi eltérésében**. Ezen belül ajánlott a **mozgásfejlesztésre** külön odafigyelni.

**Az első hat hétben** a leggyakrabban előforduló gond, ha valamilyen **méhen belüli kényszertartással születik a baba**, és emiatt nem tudja pl. a fejét mindkét irányba fordítani. Ezt leginkább arról szokták a szülők észrevenni, hogy valamelyik oldali mellet előnyben részesíti szoptatás közben, esetleg el sem fogadja az egyiket.  Gyorsan és hatékonyan segíthet egy-egy Bowen fogás az ilyen és ehhez hasonló nehézségeken.

**A csecsemőkorban**, egy éves korig a **mozgásfejlődés** szakaszait szoktuk mérföldkőnek tekinteni és az **átlagtól eltérő esetekben**segítséget nyújtani. Sokszor elég csak „megmutatni”, helyzetbe hozni a babát és már csinálja is az adott mozgásformát.

Mindez nemcsak a mozgásfejlődéssel kapcsolatban, hanem a különböző betegségek**, fejlődési** **rendellenességek**, csecsemőkorban jellemző nehézségek**, hasfájás, vagy a fogzás körüli fájdalma**, a bukás, estleges **felső légúti panaszok**, stb. Vagy épp **szocializálódást**, nevelést is érintő kérdésekben, pl. **szobatisztaság**kérdésében.

**A kisgyermekkor** további szakaszaiban a különböző **mozgási és tartási problémákkal**, a **beszéd- fejlődés megkésésével, viselkedési zavarok** miatt érdemes Bowen alkalmazóhoz fordulni

<http://gyermekfejlesztes.hu/bowen-terapia/>