

Modalitas Terapi: CAM

dr Rachmah Laksmi Ambardini
FIK Universitas Negeri Yogyakarta
Email: rachmah_la@uny.ac.id

Domain Complementary & Alternative Medicine (CAM)

- Energy Medicine
- Manipulative & Body-based practiced
- Mind-body connection
- Biologically based practised

Manipulative & Body-based practiced

- Chiropractic Medicine
- Massage Therapy
- Body work: Shiatsu

Sejarah Chiropractic

- Chiropractic berarti "dikerjakan dg tangan" → merujuk pada manipulasi tulang belakang (spinal).
- Bahasa Yunani, cheir (tangan), praxis (kerja).
- Chiropractic mrp bentuk manipulasi spinal & mrp salah satu bentuk pengobatan tertua

Konsep Dasar Chiropractic

- Tubuh mpy kemampuan menyembuhkan dirinya sendiri.
- Struktur tubuh sangat terkait dg fungsinya dan hubungan ini dpt mempengaruhi kesehatan.
- Terapi Chiropractic diberikan dg tujuan menormalisasi hubungan antara struktur dan fungsi tubuh.

Kondisi yg umum diterapi

- Nyeri punggung, termasuk low-back pain
- Nyeri leher
- Nyeri kepala, termasuk migrain
- Cedera olahraga
- Strain yg berulang

Terapi Energi

- Biofields
- Qigong
- Reiki
- Therapeutic touch
- **Acupuncture**
 - Jarum ditusukkan pd titik kritis (meridian).
 - Butuh kualifikasi tertentu
- **Acupressure**
 - Menggunakan tekanan sbg pengganti jarum

Dasar Terapi Energi

- Terapi Energi didasarkan atas kepercayaan bahwa perubahan dalam “life force” tubuh, termasuk medan listrik, magnetik dan electromagnetic , mempengaruhi kesehatan manusia dan dapat mendorong penyembuhan.

Apa yg dimaksud dg terapi energi?

- Terapi Energi termasuk domain pengobatan komplementer & alternatif yg berdasar pd interaksi medan energi manusia dg medan energi lain (manusia atau non-manusia).
- Berbagai medan energi dikaitkan dg tubuh manusia, termasuk listrik, magnetik, cahaya, dll.
- Perubahan medan energi ini dapat mempengaruhi kesehatan manusia dan mendorong kesembuhan.

Penamaan “inner energy”

- Qi-Traditional Chinese Medicine
- Ki-Japanese Kampo system
- Doshas-Ayurvedic medicine
- Etheric energy
- Fohat
- Orgone
- Odic Force
- Mana
- Homeopathic Resonance
- Prana

Mind-body medicine

- **Psychoneuroimmunology (PNI)**
 - Stres berlebihan dapat menurunkan kekebalan tubuh.
 - Aktivitas yg dpt menenangkan pikiran.

Mind-body medicine

- Mind-body medicine fokus pd interaksi antara otak, pikiran, tubuh, serta perilaku dan faktor emosional, mental, spiritual, serta perilaku dpt secara langsung mempengaruhi kesehatan.

Teknik mind-body medicine

- ▶ Cognitive-behavioral therapies
- ▶ Relaxation
- ▶ Hypnosis
- ▶ Imagery
- ▶ Meditation
- ▶ Yoga
- ▶ Biofeedback
- ▶ Tai Chi
- ▶ Qigong
- ▶ Group Support
- ▶ Autogenic Training
- ▶ Spirituality

Mind-body medicine

- Ada bukti bhw intervensi mind-body berefek positif thd fungsi psikologis & kualitas hidup.
- Risiko fisik & emosional minimal.
- Mind-body interventions can be taught easily
- Mind-body medicine harus digunakan bersamaan dg pengobatan modern sbg pendekatan terpadu utk meningkatkan kesehatan.

Meditasi

- ▶ Latihan kewapadaan & konsentrasi
- ▶ Deep relaxation
- ▶ Gelombang otak berubah-ubah sepanjang waktu
- ▶ Memperpanjang usia, meningkatkan kualitas hidup, mengatasi nyeri, kecemasan dll

Biologically based practised

- **Most controversial**
- **Many claims do not have evidence**
- **Herbal remedies**
 - Tinctures
 - Ginkgo biloba
 - St. John's wort
 - Echinacea
 - Ginseng
 - Green tea
 - Ephedra (Ma Huang)

Biologically based practised

- **Special supplements**
 - Muscle enhancers
 - Glucosamine
 - Antioxidants
- **Foods as healing agents**
 - Functional foods
 - Nutraceuticals

Biologically based practised

- ▶ **Common healing foods**
 - Plant sterol
 - Oat fiber
 - Sunflower
 - Soy protein
 - Garlic
 - Ginger
 - Yogurt