

# OBSAH

Poděkování.....	7
Úvod.....	9
Co je to „reflexní stimulace technikou T. A. Bowena“?.....	11
Pár slov o Thomasu A. Bowenovi.....	12
Cesta Bowenovy techniky do České republiky.....	13
Principy působení metody reflexní stimulace technikou T. A. Bowena.....	14
Indikace a kontraindikace.....	16
Indikace pro aplikaci reflexní stimulace technikou T. A. Bowena.....	16
Kontraindikace reflexní stimulace technikou T. A. Bowena.....	17
Základní technika – Bowenův pohyb.....	18
Fyziologie působení jednotlivých fází BP.....	22
Přípravná fáze.....	22
Stimulační fáze.....	22
Výkonná fáze.....	23
Základní odlišnosti reflexní stimulace metodou T. A. Bowena od jiných technik a jejich kombinovatelnost.....	23
Léčení.....	25
Základní pravidla reflexní stimulace metodou T. A. Bowena.....	26
Obecné zásady.....	26
Zastavovače.....	29
Pozice klienta při ošetření.....	30
Další důležitá upozornění, rady a zásady pro terapeuta.....	30
Doporučení po ošetření.....	31
Základní sestavy.....	33
• Sestava „Spodní část zad“ – <i>DZ</i> .....	33
Možné modifikace sestavy <i>DZ</i> .....	37
• Sestava „Horní část zad a ramena“ – <i>HZ</i> .....	40
Možné modifikace sestavy <i>HZ</i> .....	44
• Sestava „Střední část zad“ – <i>SZ</i> .....	49
Varianta 1 – ( <i>SZ</i> <sub>1</sub> ).....	50
Varianta 2 – ( <i>SZ</i> <sub>2</sub> ).....	53
• Sestava „Ledviny“ – <i>Le</i> .....	55
• Sestava „Krk“ – <i>Kr</i> .....	60
Možné modifikace sestavy <i>Kr</i> .....	63
Sestavy zaměřené na horní končetiny.....	68
• Sestava „Rameno“ – <i>Ra</i> .....	68
Možné modifikace sestavy <i>Ra</i> .....	73
• Sestava „Paže, loket, zápěstí“ – <i>PLZ</i> .....	75
• Sestava „RSI“ – <i>RSI</i> .....	80
• Sestava „Karpální tunel“ – <i>KT</i> .....	82

Sestavy zaměřené na dolní končetiny .....	86
• Sestava „Podkolenní šlachy“ – <i>PS</i> .....	86
• Sestava „Stehno“ – <i>St</i> .....	92
• Sestava „Kolenó“ – <i>Kl</i> .....	95
• Sestava „Lýtko“ – <i>Lt</i> .....	99
Varianta 1 ( <i>Lt<sub>1</sub></i> ) .....	100
Varianta 2 ( <i>Lt<sub>2</sub></i> ) .....	102
• Sestava „Halluxy“ – <i>Hx</i> .....	105
• Sestava „Kotník“ – <i>Kn</i> .....	108
• Sestava „Pánev“ – <i>Pa</i> .....	113
• Sestava „Křížová oblast“ – <i>KZ</i> .....	117
• Sestava „Sedací nerv“ – <i>SN</i> .....	120
Sestavy s výraznějším působením na lymfatický systém .....	124
• Sestava „Astma“ – <i>At</i> .....	124
Možné modifikace sestavy <i>At</i> .....	127
• Sestava „Prsa“ – <i>Pr</i> .....	130
Varianta původní ( <i>Pr<sub>1</sub></i> ) .....	131
Varianta modifikovaná ( <i>Pr<sub>2</sub></i> ) .....	133
• Sestava „Senná rýma“ – <i>Se</i> .....	136
Možné modifikace sestavy <i>Se</i> .....	139
• Sestava „Trojklaný nerv“ – <i>TN</i> .....	142
Možná modifikace sestavy <i>TN</i> .....	146
Sestavy zahrnující působení na kostrč .....	149
• Sestava „Kostrč“ – <i>Ko</i> .....	149
• Sestava „Malá kostrč“ – <i>mKo</i> .....	154
• Sestava „Pomočování“ – <i>Po</i> .....	157
• Sestava „Neplodnost“ – <i>Ne</i> .....	161
• Sestava „Bolesti hýždí“ – <i>Hy</i> .....	164
Speciální sestavy .....	167
• „Bolesti hrudníku“ .....	167
• Sestava tlakových bodů „Bolest hlavy“ – <i>BH</i> .....	169
Skupiny sestav s podobnými charakteristikami .....	173
Algoritmy uvedených sestav – souhrnný přehled .....	175
Co dělat, když ... – doporučené pracovní postupy .....	181
Seznam zkratk použitých k označení sestav .....	185
Další zkratky použité při popisu pracovních postupů .....	185
Zkratky použité pro označení akupunktturních drah .....	186
Vysvětlivky .....	187
Anatomické termíny .....	190
Anatomické směry .....	190
Anatomické roviny .....	190
Svaly, kosti, šlachy, úpony .....	190
Použitá a doporučená literatura .....	193