

ANAMNESIS TERAPEUTA HOLÍSTICO SINCRÉTICO.

Estudio de la visita del cliente.

Estudio de síntomas y signos del cliente.

Observaciones previas a tener en cuenta: la sala de trabajo tiene que estar limpia y ordenada, con los elementos necesarios para realizar el trabajo. Nuestra vestimenta ha de ser cómoda y mejor de tejido natural y de color blanco o crudo, pero evitar uniformes sanitarios (evitamos sospechas de intrusismo profesional). No es bueno hacer esperar al cliente. Al saludarlo, emplear un tono amable y con una sonrisa, rompiendo un poco el formalismo, lo que facilita que el cliente se abra. Pero no demasiado. Por ejemplo, si tenemos costumbre de dar dos besos al conocer a alguien, en el primer contacto con el cliente, solo le damos la mano. Más adelante, al despedirse u otro día, si notamos que el nivel de confianza es bueno, entonces sí.

Lo primero y antes de nada, le tomamos nota de sus datos personales: nombre, apellidos, dirección completa con código postal (por si queremos enviarle algo más adelante, como la notificación de un cambio de dirección o publicidad), teléfono, e-mail, página web, profesión, estado civil, hijos, fecha nacimiento (si la vamos a tener en cuenta para alguna cosa: feng-shui). Después se le pregunta en que quiere que le ayudemos.

Tomamos nota.

Preguntamos que opina él, que de qué cree que viene ese problema

Después nos olvidamos y comenzamos la anamnesis.

Síntomas (POR SISTEMAS):

Sistema Digestivo (gastrointestinal)

Tener presente lo que entra, como entra, como se mueve y sus manifestaciones y como sale.

ATENCIÓN: PRINCIPIO NATUROPATÍA: “LA ENFERMEDAD COMIENZA EN EL INTESTINO”

Preguntas generales:

Qué dieta sigue (qué come y qué bebe):

- variada, 3 a 5 comidas: normal.
- variada con excesos de ciertos alimentos: atención a si se toleran bien los alimentos en exceso o marcan una deficiencia crónica de algún nutriente
- vegetariana, vegetaliana, crudívora: si no se controla, puede haber deficiencia de Vitamina B12, que puede generar entre otras anemia ferropénica
- monodieta: si son pocos días no pasa nada; en caso contrario problemas de deficiencia

- macrobiótica: ningún problema. Atención a por qué sigue macrobiótica (¿es por que tiene naturaleza débil?)
- También otras sustancias, como medicinas (conocer interacciones y efectos secundarios) alcohol (alcohólicos comen poco, huelen a alcohol, problema hígado y a la larga, todo), tabaco (acidez estómago, hígado o pulmones suele afectar; ver como le sienta (tose o que) o drogas (aunque sólo sea cannabis, suelen ser difíciles de curar, pues no tiene fuerza para introducir cambios).

Cómo le sienta:

- sienta bien
- intolerancia a ciertos alimentos. (Proteína, hígado; h de c, páncreas; grasas, vesícula biliar; crudos, desgaste digestivo.
- flatulencias o gases: si es por arriba, come con boca abierta o con prisas, o problema de caries. Si es por abajo, problema digestivo: si hace mal olor, problema proteínas, si no huele, problema H de C.
- pesadez: problema enzimas, cuesta digerir
- sueño: problema páncreas o come demasiado.
- Cansancio: generalmente hígado.
- inapetencia: problema emocional generalmente.
- dolor en partes del S.D.: varias posibilidades: si es zona estómago o hepática, posible úlcera, si es más abajo, posible estenosis. También pueden ser gases.
- Hambre: posible helmantiasis: preguntar si pica el ano por la noche, o los ojos. Si ha perdido peso. También posible problema emocional.
- sed continua: páncreas o nervios/ansiedad. Posible, pero raro, problema en s. nervioso central.
- Acidez: problema de exceso jugo gástrico o hernia de hiato.

Como sale:

- regular y bien (cada día, una o dos veces): normal.
- poco, estreñimiento (cuanto), falta fibra o exceso antibiótico o falta flora. También problema emocional crónico. A veces problema raquis lumbar.
- diarrea
- colon irritable: son divertículos o mala flora.
- Cualidad: espesa, marrón un poco oscuro (posible hemorragia superior o ingesta remolacha o regaliz), claro, blanco (acolia): problema biliar; verde: bilis, negro (hemorragias internas o regaliz), rojo (hemorroides), mucho olor (putrefacciones intestinales o intolerancias gástricas).

Sistema Respiratorio:

Desde la nariz hasta pulmones pasando por tráquea

- Tose, Cuanto y cómo (con esputo o tos seca). Si con esputo, es verde, blanco, amarillo, agua o rojo. Verde: infección bacteriana. Blanco, o agua, infección vírica. Amarillo, mezcla de vírica y bacteriana. Rojo, pequeñas hemorragias, normalmente por toser demasiado. Tos seca problema irritación cuello. Tos “perruna” igual.

- Cómo respira: disneas (falta de aire): estenosis bronquial: falta DHA (omega 3); apnea nocturna: Centro amoroso, cansancio, corazón; asma (no entra suficiente aire, problema con la exhalación). Crepitaciones: mucho moco, infección

- Problemas nasales: sinusitis: problema pelvis, cansancio, resfriados mal curados, otros; vegetaciones: solución quirúrgica; tabiques desviados: igual que anterior, aunque a veces cambia con craneosacral; anosmia (falta de olfato): problema pelvis/miedo=susto.

Sistema cardio-vascular:

Corazón y circulatorio.

- Tiene algo de corazón o circulatorio. Soplos, arritmias, saltos,

- Cansancio a subir cuevas o escaleras. Taquicardias: nervios, cansancio, problema cardíaco, bradicardias (corazón lento); “se nota el corazón”: estrés; dolores punzantes en zona cardíaca (es estrés, no corazón.) dolores en brazo izquierdo, rigidez de cuello y brazo izquierdo: pre-infarto,

- Como tiene la presión, alta: estenosis, carácter fuerte con poco movimiento en la vida, dieta; baja: sin problema, mirar páncreas; descompensado: se considera la baja y si es mas baja de mitad más uno, problema varices si es más alta mitad más uno, problema estenosis y posible trombo o arterioesclerosis; alta: problema estenosis, baja, problema circulatorio de falta tersura, descompensada, estudiar si máxima o mínima: enviar a cardiólogo según gravedad.

- Varices. Frío en manos o pies. Dormirse las piernas. Calambres nocturnos. Todos síntomas de circulación.

Sistema genito-urinario.

MUJER

- Ovarios: como es la menstruación: regular y bien (cada 28 días y duración de tres o cuatro días, sin muchas molestias). Si es más o menos, suele haber problema hormonal. Alternancias: un mes bien el otro salta o se avanza: problema en un ovario.

- A que edad empezó (menarquía). Si más joven se retira antes.

- Dolor. En donde: lumbar, caderas, barriga. Indica tensión estable en zona correspondiente, a menudo emocional.

- Falta de regla (amenorrea): o bien es menopausia (climaterio) o bien falta de nutrientes (anorexia) A veces problemas más graves. Y si no, embarazo seguro.

- Dismenorrea (difícil y dolorosa): normalmente faltan nutrientes, problemas emocionales, posibles ovarios poliquísticos.

Atención: muchas mujeres tienen ovarios poliquísticos –es muy normal- lo cual provoca alteraciones de la menstruación. No se suele considerar patológico. Recomendar siempre revisión ginecológica toda la vida (una vez al año).

- Problemas sexuales: por exceso, problema psicológico, suele haber habido violación; por defecto, cansancio o herida emocional.

- Cándidiasis: picores vulvares o internos: infección y desequilibrio de la zona. Atención al lo H de C simples y las prácticas sexuales.

HOMBRE

- Preguntamos Próstata: inflamación es normal a partir de los 50 años: se levanta por la noche a orinar, le cuesta? Recomendar siempre pipas de calabaza

- Problemas sexuales: eyaculación precoz (suele ver mucha pornografía), o falta erección: normalmente problema circulatorio (estudiar) o falta de interés (matrimonios con problemas).

Urinario

- Enuresis (micción nocturna): suele darse en niños, es problema emocional. A veces otros.
- Infección urinaria: duele al orinar (piedras o arenilla o inflamación), otros dolores: en espalda baja o media o abdominal inferior. Por un lado o los dos. Indica a que nivel esta la infección. Otros síntomas: poliuria (muchas veces) o anuria (nada): esta última, infección severa, médico urgente.
- Tiene sonidos en los oídos (acúfenos): problema riñón

Sistema Nervioso

En la anamnesis del S.N hemos de tener en cuenta la diferencia entre el aspecto físico de los síntomas del sistema nervioso y los aspectos psicológicos que los consideramos a parte.

Los problemas del SN los consideraremos en general por exceso o por defecto.

- Que toma: antidepresivos, estimulantes (café, te, guaraná, anfetaminas, drogas, otros, y cuanto)
- Cómo se encuentra: nervioso, apático, cansado, falta de memoria, hiper-excitado de los sentidos, duerme bien, le cuesta dormir o se despierta varias veces. Sueño. Torpeza mental. Problemas de movilidad o de coordinación. Problemas de sensibilidad o de reacción refleja. Parestesias
-

Sistema hormonal

Hipófisis: preguntamos si tiene algo

Timo: igual. Cómo esta del sistema inmunitario: infecciones, catarrros.

Suprarrenales: cansancio, nerviosismo, estrés

Ovarios: Ver S. genito-urinario

Testículos: igual que anterior

Tiroides: Por exceso: temblores, hipertensión, insomnio, hiperactividad, taquicardias, diarreas Por defecto: cansancio, bradicardias, varices, piel mucilagenosa, hipotensión, somnolencia, Sistema digestivo lento, estreñimiento

Paratiroides: problemas de contractilidad muscular: tendencias a contracturas, espasmos, calambres.

Sistema motor

- Preguntamos si tiene algún problema:
- En músculos: dolor con tensión: suele ser tensión psicológica, puede llegar a dolor con hormigueo: puede haber complicación estructural ósea; dolor y parestesias: igual que anterior. Debilidad. Contusiones a parte.
- Contusiones: duele mucho: es agudo, solo calmar y bajar inflamación; cuando se mueve: problema menos agudo, algo está mal situado, esguinzado o roto.
- Huesos y articulaciones: preguntamos si duele por la mañana al levantarse y después marcha: artrosis. Si es durante el día: artritis. Preguntamos cuanto hace que duele para valorar problema.
- Debilidad o temblores: indican deficiencia
-

Anamnesis familiar

Herencia familiar: enfermedades familiares o tendencias. Si murieron padres, a que edad y de que. Condiciones genéticas.

Anamnesis médica

- Que ha tenido, tanto enfermedades, como accidentes o tratamientos. Que toma y que ha tomado. Operaciones.
- Si ha tenido alguna enfermedad importante en su vida

Anamnesis de los hábitos de vida.

- Ritmo de vida: ciclos circadianos: horas de descanso, de trabajo, de vida privada
- Tipo de trabajo y cómo lo realiza
- Relaciones familiares y cercanas: positivas o no
- Tipo de vivienda. Orientación, vecinos, antigüedad, calidad del agua y climatización, limpieza del entorno (naves industriales, pozos ciegos, sonidos ambientales)
- Expectativas vitales, realización: nos indica sobre estados de ánimo.
- Horas de las comidas y de ir a dormir.

SIGNOS

Los signos los estudiamos a parte.