

TÌM HIỂU VỀ Y KHOA TỰ NHIÊN HAY LÀ Y KHOA THIÊN NHIÊN HỖ TRỢ (NATUROPATHIC MEDICINE)

Bác Sĩ Lê Tri

Tại Hoa Kỳ, ngành Y Khoa phát triển không ngừng trong mọi lĩnh vực chuyên môn, đồng thời tìm cách thâm nhập nhiều phương thức Y Học hay nhất ở khắp nơi trên thế giới từ cổ xưa đến hiện đại để tìm hiểu, nghiên cứu tường tận và hệ thống hóa rồi kết nạp thành những môn học đem áp dụng giảng dạy tại các Đại Học Y Khoa ngày nay.

Sự tiến bộ và dẫn đầu của Y Khoa Hoa Kỳ mà con người đang thừa hưởng là nhờ tinh thần luôn luôn biết cải tiến và phát huy, không bị gò bó trong tư tưởng bảo thủ, cục bộ, không phân biệt hay kỳ thị Đông hay Tây Y một khi đã nhận thức đúng và hiệu quả trong lãnh vực Y Học là được chấp nhận với tinh thần khoa học phục vụ cho đại chúng. Vì vậy, giới Bác Sĩ nhận lãnh vai trò bảo vệ sức khỏe nói chung được chia ra như sau: MD, ND, DO, DC, OMD v.v...

Trong phạm vi giới hạn đề tài chỉ đề cập đến lãnh vực liên quan ngành Y Khoa Tự Nhiên (Naturopathic Medicine) và ND tức là Naturopathic Doctor – Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND.

Y KHOA TỰ NHIÊN LÀ GÌ?

Nghệ thuật và khoa học điều trị thiên nhiên

Y Khoa Tự Nhiên là một cái nhìn độc đáo và bao hàm các loại vấn đề bảo vệ sức khỏe cùng là điều trị bệnh tật. Đặt nặng mục đích phòng ngừa và dùng các chất cùng với phương pháp tự nhiên để mà điều trị, các nhà Bác Sĩ Y

Khoa Tự Nhiên (Naturopathic Doctor – ND) hỗ trợ và kích thích giúp cơ thể để tự cứu chữa lành qua các cơ phận và hệ thống đề kháng và miễn nhiễm tự nhiên cùng nhiều hệ thống khác nữa đã có sẵn.

Mục tiêu chính yếu của phép điều trị tự nhiên nhằm vào nguyên cơ của bệnh thay vì điều trị hay là hóa giải triệu chứng không thôi. Người bệnh xem coi như là cá nhân toàn diện và người Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND cần biết vấn đề từ thể xác, dinh dưỡng, lối sống, tâm trí, tinh thần, tình cảm khi định bệnh và khi dự trù đồ án trị liệu.

Các phép điều trị mà các Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND thường dùng chính yếu là môn dinh dưỡng lâm sàng, môn dược thảo học, y học đồng tính (homeopathic medicine), châm cứu và Đông Y, các phép vật lý trị liệu và phép tư vấn.

Trong vài địa phương, Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND được phép ra toa mua một số thuốc và làm tiểu giải phẫu.

Những gì mong muốn khi đến với Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND?

Mục tiêu của Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND sẽ là tìm hiểu bệnh nhân và các nguyên tố ảnh hưởng vấn đề sức khỏe. Do đó ông sẽ hỏi han cận kề để có được một tiểu sử bệnh lý rõ ràng. Sau đó khám nghiệm và các kết quả thử nghiệm sẽ giúp cho Bác Sĩ định giá tình hình, đoán biết cơn bệnh hiện đang hoành hành.

Sau đó thì Bác Sĩ đề nghị dự

án điều chữa nhằm việc hỗ trợ quá trình bình phục.

Thường có thể chữa những bệnh gì?

Hầu hết các chứng kinh niên tức là mãn tính và nhiều bệnh chứng cấp tính là bệnh vừa bộc phát trong một giai đoạn có thể đem đến Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND để xin điều chữa. Bệnh nhân có thể thuộc mọi lứa tuổi, nam hay nữ. Những bệnh thường nhất đi đến Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND gồm có:

* Bệnh mãn tính:

- Suy nhược kinh niên.
- Mẫn cảm và các bệnh chứng môi sinh.
- Phong thấp.
- Cao huyết áp, huyết mạch chai và các bệnh tim.
- Bệnh tiêu hóa, táo bón.
- Bệnh lở da, vẩy cá (psoriasis), bệnh mụn.
- Bệnh viêm bong đá, niệu hộ tuyến, bất lực.

* Bệnh cấp tính:

- Các bệnh cảm mạo.
- Viêm chứng ở tai và mũi.
- Nhức đầu.
- Sinh ruột.

* Bệnh phụ nữ:

- Tất kinh.
- Hội chứng tiền kinh kỳ (PMS), bệnh chứng khi có kinh.
- Bảo tồn sức khỏe khi đang có thai.
- Hiếm muộn.

- Bướu sơ tử cung.

* Bệnh khác linh tinh:

- Khổn lực tinh thần hay là tình cảm.

- Âu lo, trầm cảm.

- Mất ngủ.

- Quá động, thiếu cảm trí.

- Hội chứng suy thoái cơ thể nói chung.

- Suy giảm kích thích tố (hormon), sinh tố (vitamin) và khoáng chất (mineral) v.v...

THUẬT VÀ NGÀNH ĐIỀU TRỊ TỰ NHIÊN

Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND dùng những cách nào trị bệnh?

- **Dinh dưỡng lâm sàng:** Dinh dưỡng lâm sàng xét về các mối liên quan giữa việc ăn uống so với tình hình sức khỏe. Từ đó mà sẽ định quyết những loại tiết thực đặc tính và cách điều trị có thể bao gồm các loại trợ tố dinh dưỡng, thí dụ là các sinh tố, khoáng chất, enzym, dưỡng chất...

- **Dược thảo:** Con người đã dùng thảo mộc để trị bệnh chứng từ ngay lúc đầu khi có văn minh và kể từ đó chính là nguyên thủy của ngành dược học. Cây cỏ của khắp năm châu hiện được đem dùng trị bệnh cùng là bổ dưỡng châu thân.

- **Y khoa đồng tánh (homeopathic medicine):** Đặt nguyên tắc "dĩ độc trị độc", y khoa đồng tánh khai sáng bắt đầu từ năm 1700. Lý thuyết là dùng số lượng rất nhỏ các chất thiên nhiên để nhằm kích thích châu thân đi đến quật khởi và tự chữa lành.

- **Vật lý trị liệu:** Gồm có các

loại vật dụng, thủ pháp điều chỉnh cột sống, các loại khớp xương và các cơ, gân, bắp thịt trong một số phạm vi. Còn phải kể thêm thủy pháp (dùng nước) cùng phép điều trị dùng các sức lạnh và nóng, các phép dưỡng sinh và các siêu âm thanh trị pháp.

- **Châm cứu và Đông Y:** Nhằm việc đạt đến thăng bằng các khí Âm-Dương chứa trong huyết đạo. Đông Y dùng các phương tiện châm cứu và các dược thảo Đông Phương.



- **Hướng dẫn lối sống:** Các loại yếu tố vật thể, tinh thần, dinh dưỡng cùng là môi sinh đều có ảnh hưởng trên các vấn đề sức khỏe. Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND hướng dẫn các khách thân chủ lựa chọn lối sống có lợi hơn hết tùy theo tình trạng sức khỏe và tuổi tác từng người nam nữ một cách chính xác của khoa học ứng dụng.

Y Khoa Tự Nhiên an toàn?

Về mặt an toàn, Y Khoa Tự Nhiên có một quá trình rất tốt. Chuyện rất dễ hiểu là khoa tự nhiên đặt nặng vấn đề các loại

thuốc lấy từ thiên nhiên và ít độc tánh cùng với cách trị êm thấm và không xâm phạm cơ thể. Do đó rất ít phụ chứng, tức là phản ứng phụ (side effects) xảy ra và các Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND thường rất thông thuộc về các trường hợp xung khắc giữa thuốc tự nhiên và các loại khác.

Ngoài ra, Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND đã học nhận biết các thứ bệnh chứng bên ngoài tầm mức hành nghề riêng mình và khi nào cần sẽ gửi bệnh nhân đi đến các chuyên viên khác loại trong nghề y tế, tức là các Bác Sĩ MD gia đình hay Bác Sĩ chuyên môn khác.

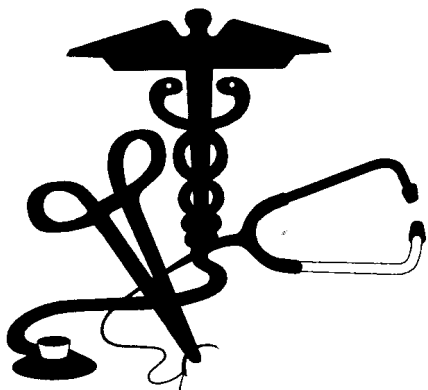
Y Khoa Tự Nhiên là khoa học

Đủ loại dược chất tự nhiên do các Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND đang dùng đã từng nhờ đến hàng ngàn nghiên cứu khoa học chứng minh như Echinacca cho hệ miễn nhiễm, cỏ St John's Wort cho chứng trầm cảm. Các trường Y Khoa Tự Nhiên khuyến khích và nâng đỡ các nhân viên và sinh viên khảo cứu, học thêm.

Điểm nên chú ý là vì các thuốc tự nhiên không có cấp giấy phép độc quyền như các loại thuốc hóa liệu hay hóa chất trị liệu cho nên các nhà sản xuất ít chịu mất tiền vào việc nghiên cứu khoa học. Thế nên phải nhờ các nguồn tài trợ độc lập để giúp vào việc kiểm những bằng chứng khoa học cho các kỹ thuật tự nhiên.

Học trình của các Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND

Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND phải mất tối thiểu ba năm pre-med



(tiền Bác Sĩ) khi vào đại học, rồi tiếp theo sau, phải học bốn năm ở một đại học Y Khoa Tự Nhiên. Học trình gồm có các môn y khoa căn bản, nguyên tắc tự nhiên và 1500 giờ kinh nghiệm lâm sàng có hướng dẫn.

Hiện có bốn trường Y Khoa Tự Nhiên cho vùng Bắc Mỹ rất nổi tiếng: Đại Học Y Khoa Tự Nhiên Giannà-đại (Toronto), Đại Học Bastyr (Seattle), Trường Quốc Gia Y Khoa Tự Nhiên (Portland) và Đại Học Tây Nam Y Khoa Tự Nhiên (Scottsdale). Sinh viên tốt nghiệp nhận được cấp bằng Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND. Ngoài ra còn một số trường Y Khoa Tự Nhiên khác tại Hoa Kỳ.

Trong các tiểu bang công nhận bằng cấp, các người tốt nghiệp phải qua những kỳ thi tiêu chuẩn và rất khó khăn rồi mới được phép hành nghề. Hiện nay tại một vài trường Y Khoa (Medical School MD) chấp nhận cho Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND theo học thêm để lấy văn bằng MD và được miễn trừ một số thời gian học tùy theo từng trường hợp. Ngược lại các Bác Sĩ Y Khoa MD lấy thêm văn bằng ND cũng được rút ngắn học trình rất nhiều.

Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND có làm chuyên môn hay không?

Rất nhiều Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND thường theo huấn luyện chuyên khoa sau khi ra trường và sẽ hành nghề theo các hướng riêng sau ấy. Thường nhất là về dinh dưỡng, y khoa đồng tính, chăm cứu, dược thảo. Tại vài địa phương thì các Bác Sĩ Y Khoa Tự

Nhiên ND có thể được thi chuyên môn về các liệu pháp chích gân kể cả ozone và chelation. Bệnh nhân nếu muốn có thể hỏi chính Bác Sĩ của mình để biết sở trường của ông Bác Sĩ đó.

Tổn phí Y Khoa Tự Nhiên là bao nhiêu?

Giá cả thay đổi tùy theo địa phương, sở trường của ông Bác Sĩ và lần khám bệnh lâu mau.

Có nơi chính phủ trả một phần tiền tổn phí khi đi khám Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND. Nơi khác thì không bồi hoàn. Một số chương trình bảo hiểm tư nhân nhận trả một phần phí tổn ND. Nói chung thì các bệnh nhân nên đòi sao các hợp đồng của mình chấp nhận bồi hoàn phần ấy.

Sự liên lạc giữa Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND với Y giới

Y Khoa Tự Nhiên thường dùng làm phương pháp hỗ trợ y khoa thông thường. Do đó, người ta càng có nhiều dịp gặp các Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND hành nghề chung với các Y giới khác để cùng phục vụ bệnh nhân. Cũng một lẽ ấy, những khi nào cần, Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND sẽ giới thiệu bệnh nhân đến Bác Sĩ Y Khoa MD hay là Trung Tâm Y Tế tùy theo trường hợp. Ngược lại, trong lãnh vực chuyên môn của Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND khi cần đến, các Bác Sĩ khác ngành cũng thường giới thiệu bệnh nhân đến tham khảo thêm với Bác Sĩ Y Khoa Tự Nhiên ND.

Muốn biết thêm về ngành Y Khoa Tự Nhiên có thể liên lạc:

- Tại Hoa Kỳ: Hiệp Hội Y Khoa Tự Nhiên Hoa Kỳ (ANMA-American Naturopathic Medical Association) www.anma.com

- Tại Canada: Hiệp Hội Y Khoa Tự Nhiên Canada (Canadian Naturopathic Association). Toll Free: 1-877-NAT-PATH tức 1-877-628-7284