

## Étude clinique de la libération du stress par la thérapie Shirodhara avec de l'eau.

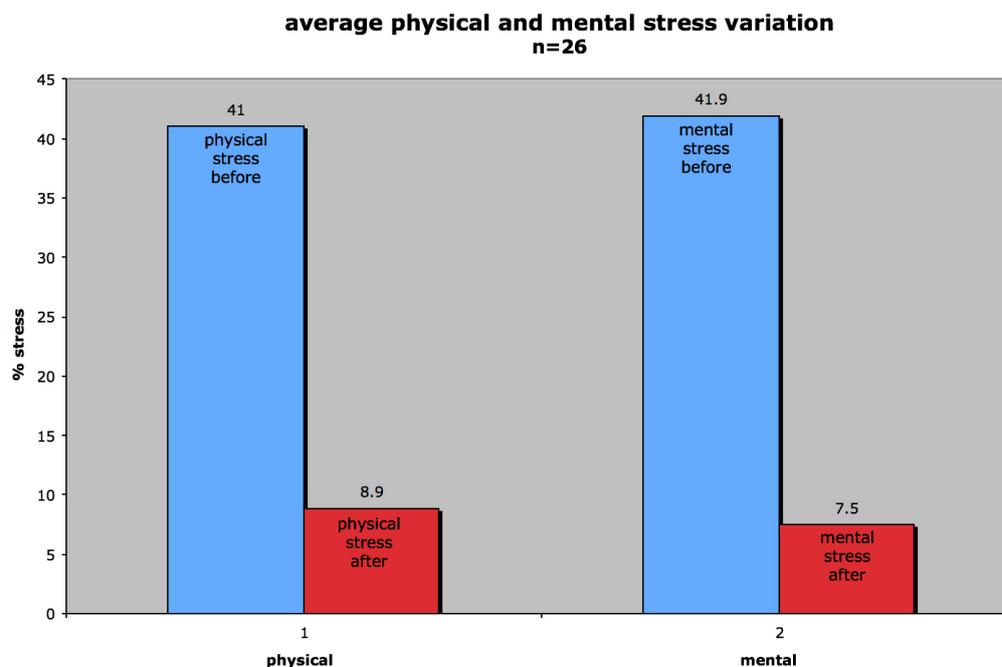
Dr. Bertrand Martin (1995) N=26

A mon cabinet, la technique Shirodhara a été testée sur un groupe de 26 personnes qui ne savaient pas ce qu'elles allaient tester. Chacun a reçu un traitement d'environ 1 heure.

Les questions suivantes ont été posées avant et après la session :

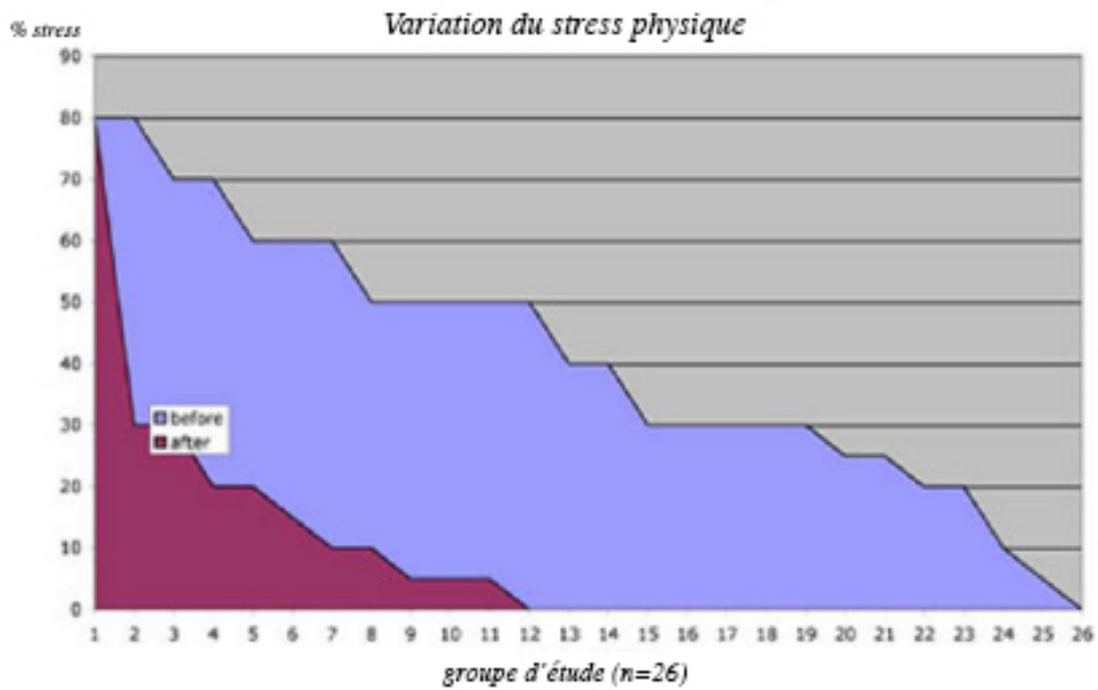
« Si 0 % est le minimum et 100 % le maximum de stress physique et mental que vous avez vécu dans votre vie, quel niveau de stress ressentez-vous en ce moment, pour le stress physique et le stress mental » ?

Ces valeurs avant/après la séance sont comparées.

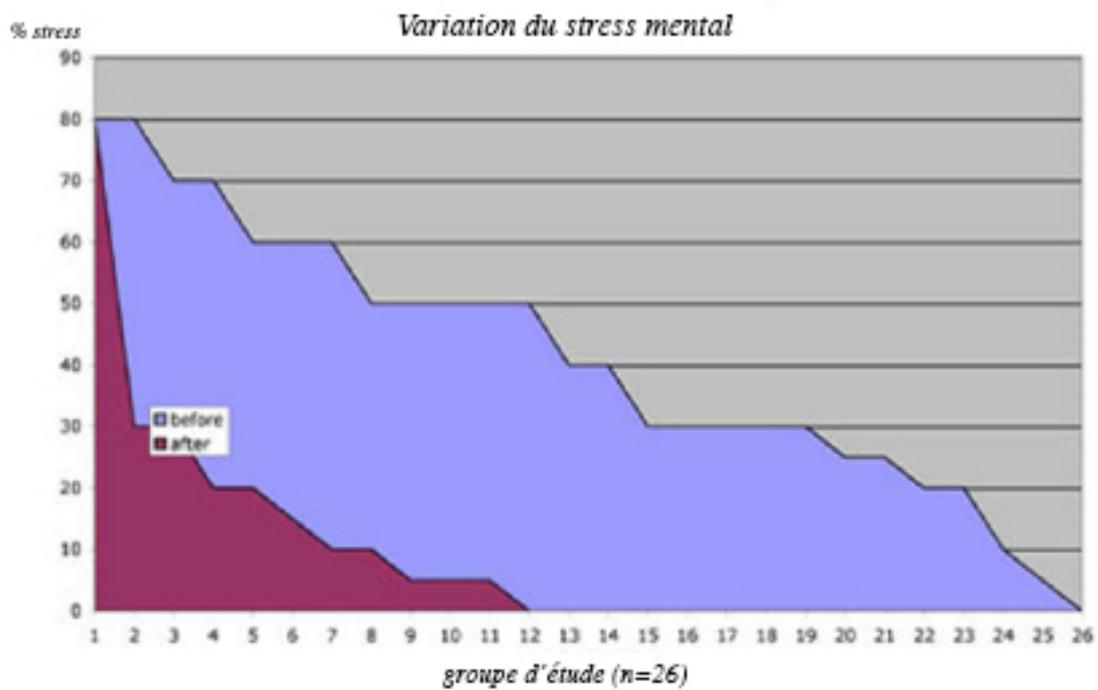


Le groupe a montré une diminution très significative du stress physique et mental. Le stress moyen du groupe a diminué de 32,1 % passant de 41 % à 8,9 % pour le stress physique et de 34,5 % passant de 42 % à 7,5 % pour le stress mental, comme le montre le graphique ci-dessous.

De plus, 54 % du groupe n'ont signalé aucun stress physique et 65 % aucun stress mental après la séance. Les deux graphiques ci-dessous montrent la diminution globale du stress physique et mental pour le groupe d'étude exprimée par la différence entre les surfaces, celle en bleu représentant cette diminution.



Diminution du stress physique pour le groupe représenté par la surface bleue.



Diminution du stress mental pour le groupe représenté par la surface bleue.

## Équipement utilisé



Statif en bambou avec un tube plastique et une pince pour régler le débit



Sous la table, un récipient avec un chauffe-aquarium et une pompe.



Le flux peut être positionné très précisément.

En raison des excellents résultats sur tant de patients avec cet équipement fait maison, j'ai décidé de développer un appareil qui serait plus facile à utiliser, complètement automatique et que les patients pourraient utiliser facilement à la maison.

Après 10 ans de R&D, l'appareil suivant qui peut être utilisé presque partout est né.

