

Deregări hormonale, anxietate,

atacuri de panică

Am ajuns pentru prima dată la terapia bowen cu gândul "de pierdut sigur nu am ce pierde", într-un moment foarte delicat al vieții mele. Cu anxietate de gradul 10+, atacuri de panică, insomnii, și eichu nemai având de 3 ani. În timpul acesta am născut o fetiță și am alăptat 2 ani, însă nici suințe nu am avut un ciclu foarte regulat.

După prima sesiune... m-am mirat eu de mine. Am fost extrem de bine dispusă. Chiar și zilele ce au urmat. După a 10-a sesiune dintr-o dată am observat că nu mai sunt atât de anxioasă. A dispărut ameteala constantă ce o aveam până atunci. Prindeam din ce în ce mai mult curaj să fac lucruri. Deveneam bucur de mine. După 5 luni, ca și un miracol după 3 ani mi-a venit și ciclul, fără absolut nici un stimul hormonal.

Eu am foarte multe de mulțumit Oanei Hărăguș. Aici nu știu cum aș putea mulțumi pentru tot. Voi continua terapia bowen de menținere, și cu siguranță dacă voi mai întâmpina probleme în viață bowen va fi prima, nu ultima soluție la care voi apela.

16.01.2018 Kupa.