

## על הספר: ריפוי הכאב הכרוני

מחברים: מחבר/ת: סרנו, ג'ון
סימן מדף: סרנ
מספר מיון: 616
משפט אחריות: ג'ון סארנו ; עריכה מדעית והקדמה למהדורה העברית - סימון וולפסון ; [תרגום - ליאת פלן-לברטובסקי]
מדיה: ספרים
סוג: ספר עיון
עמודים: 201 ע'
גובה: 23 ס"מ
מוציאים לאור: פוקוס - ספרים לבריאות מקום הוצאה: ר"ג [רמת גן]
שנת הוצאה: 2011
מס. המרכז לספריות וספרות: 11-2350
שפה: עברית
תאריך קטלוג: 20/02/2026
מילות מפתח: גוף ונפש, התמודדות (פסיכולוגיה), רפואה הוליסטית, כאב, ריפוי עצמי, מחלות פסיכוסומטיות
הערות: ביבליוגרפיה: ע' [191]-197. כולל מפתח.

### תקציר:

האם אתם נוטים לסבול מכאבים כרוניים שונים, כמו כאבי גב, צוואר, כתפיים, שרירים ומפרקים, כאבי ראש ומיגרנות, עייפות כרונית ופיברומיאלגיה? האם אתם סובלים מבעיות גופניות, כמו תסמינים במערכת העיכול, מחלת לב, יתר לחץ דם, אלרגיות, בעיות בדרכי הנשימה, בעיות אורולוגיות או גינקולוגיות? האם ידעתם כי גורמים רגשיים עלולים להיות אחראים לכל הבעיות הבריאותיות הללו? ספר מיוחד זה, אשר נכתב בידי ד"ר ג'ון סארנו, רופא אמריקאי ידוע, עוסק בקשר בין רגשות, מחלות ואיכות חיים, כמו גם בדרכים העומדות לרשותנו לשפר את בריאותנו ולהתמודד עם בעיות גופניות שונות. הגישה הטיפולית של ד"ר סארנו מבוססת על מתן ידע והבנה למקור האמיתי של הכאב. זהו ידע פורץ דרך שהרפואה המערבית מתחילה רק לאחרונה לאמץ לחיקה. הידע החשוב הזה נכתב והופץ על-ידי ד"ר סארנו בכמה רבי-מכר שנמכרו בלמעלה ממיליון עותקים. הספרים הללו סייעו לקוראיו להחלים מכאביהם, בעקבות קריאה והבנה של הקשר בין הכאב הכרוני שהם סובלים ממנו לבין הרגשות החבויים שהם נושאים בתוכם.