

การบำบัดและปรับสมดุลประสาทสัมผัสทั้ง 5 ในรูปแบบสปา

สัมผัสทั้ง 5 อันได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส เป็นจุดเริ่มต้นในการรับรู้สิ่งต่างๆ รอบตัวผ่านอวัยวะรับความรู้สึก ตา ลิ้น จมูก หู และผิวหนัง ซึ่งในศาสตร์อายุรเวทพบว่าประสาทรับรู้ทั้ง 5 นี้ส่งผลอย่างมากต่อคุณภาพทางความคิดและอารมณ์ การรู้จักดูแลให้ประสาทสัมผัสทั้งหมดมีความสมดุลอยู่เสมอจะทำให้ร่างกายมีสุขภาพที่แข็งแรงทั้งกาย และใจ



รูป = ความงดงามรอบตัว จัดแต่งห้องให้ดูสวยงาม เพิ่มเติมดอกไม้ธรรมชาติ เชื่อมโยงเป็นหนึ่งในห้วงระหว่างชีวิตกับธรรมชาติ

รส = สัมผัสรสชาติจากใบชา พร้อมกลิ่นหอมอ่อนๆ ความร้อนของน้ำชายังช่วยปรับอุณหภูมิร่างกายก่อนและหลังรับบริการได้เป็นอย่างดี

กลิ่น = สุนัขบำบัด (Aromatherapy) ศาสตร์และศิลปะแห่งการใช้กลิ่นหอม ของน้ำมันหอมระเหยจากพืชธรรมชาติ ในการช่วยบำบัดรักษาโรค

เสียง = เสียงเพลงสปาที่แทรกด้วยเสียงธรรมชาติ เสียงลม เสียงน้ำอย่างกลมกลืนทำให้รู้สึกสงบ ผ่อนคลายใกล้ชิดกับธรรมชาติ ร่างกายและจิตใจพักผ่อนได้อย่างเต็มที่

สัมผัส = การนวดผ่อนคลาย ทางคลินิกได้ประยุกต์ระหว่างกานนวดไทยเน้นแนวเส้นราชสำนัก ซึ่งเป็นพื้นฐานในการนวดรักษา และการนวดแก้อาการของไทยที่ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นมรดกโลก ผสมกับการนวดสวีดิช ซึ่งเป็นพื้นฐานการนวดและการสัมผัสแบบตะวันตก ทั้งการนวดตัว และนวดหน้าอีกด้วย



คลินิกการแพทย์บูรณาการเพื่อสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

สามารถนำรูปแบบการบำบัดด้วยสัมผัสทั้ง 5 ไปปรับสมดุลภายในบ้าน ให้กับคนที่คุณรักได้นะ อย่าลืมหมั่นดูแลสุขภาพกันด้วยนะคะ

