

Università Popolare Olistica UNIPOPOLI

Centro Formazione REIKI

Progetto Reiki nella Sanità



Università Popolare appartenente al CNUPI
Confederazione Nazionale Università Popolari italiane
Autorizzata dal MIUR
Associazione di promozione sociale

Scuola di formazione accreditata ASI settore olistico arti olistiche e orientali
discipline bio naturali e olistiche numero laz-Roma3202
registro scuole A-088-

VIA EROI DI CEFALONIA 215

00128 ROMA

Tel.: 3392063087~3388156982



Posta elettronica: CENTROFORMAZIONEREIKI@GMAIL.COM

WEB: WWW.CENTROFORMAZIONEREIKI.IT



Il Presidente di UNIPOPOLI Antonio Brancato

Vivo e lavoro a Roma, Presidente e docente dell'UNIVERSITÀ POPOLARE OLISTICA UNIPOPOLI "Centro Formazione REIKI" riconosciuta dalla **CNUPI**, con sede nella capitale, mi occupo da vari decenni di molteplici tecniche dedicate al **benessere** effettuando corsi, seminari, conferenze, trattamenti olistici, shiatsu e Medicina Tradizionale Cinese, ideatore dell'innovativo e funzionale metodo di trattamento vibrazionale del viso **BI SHIN**.

Ampliando la mia esperienza attraverso una intensa ricerca ininterrotta, in molteplici campi, frequentando, fra l'altro con passione e profitto, corsi di Medicina Tradizionale Cinese, inizialmente diplomato come **operatore Shiatsu metodo Kalapa presso la scuola Shiatsu Xin di Franco Bottalo** a Milano, poi in seguito mi sono impegnato, con passione e serietà per raggiungere vari titoli, fra i quali :

Docente certificato ASI e Master REIKI sistema tradizionale Usui Shiki Ryoho.

Istruttore SHIATSU certificato da ASI settore olistico DBN-DOS

Docente certificato ASI NAZIONALE DBN DOS in Japanese Reiki .

Docente certificato ASI NAZIONALE in Komyo Reiki Do .

Docente certificato ASI NAZIONALE in Usui Teatè

REIKOLOGO presso il PRAI Professionisti Reiki Associati Italiani.

Operatore tecnico del Benessere certificato ASI Nazionale DBN DOS

Docente unico in ITALIA del metodo BI SHIN trattamento vibrazionale del viso

Lavoro a tutt'oggi, Implementando il Reiki stesso con antiche tecniche terapeutiche della Medicina Tradizionale Cinese, nonché con molteplici tecniche olistiche apprese e sperimentate personalmente nel tempo, alla continua ricerca del benessere psicofisico personale ed altrui.

Da sempre sono disponibile alla massima divulgazione del REIKI, partecipando a trasmissioni televisive e grandi eventi di settore in ambito regionale, impegnandomi ad aderire e partecipare con tutto il mio staff in qualunque circostanza si possa presentare e far conoscere i benefici del REIKI, anche gratuitamente, al solo scopo di far conoscere l'utilità, la funzionalità e la semplicità del REIKI al grande pubblico.

la nostra Università Popolare Olistica supporta il Progetto, anche sperimentale del " Reiki nella sanità" per dar modo alla figura professionale di praticare reiki negli ospedali ,come complemento alla medicina tradizionale occidentale, operando in stretta collaborazione con i dirigenti delle strutture sanitarie, o personale medico, questo ,sempre attraverso una seria raccolta di dati e verifiche da parte del personale medico per riuscire a far finalmente comprendere alla medicina ufficiale , e quindi riconoscere, la grande professionalità dei nostri operatori , tutti rigorosamente certificati da ASI settore olistico, e la grande e straordinaria forza rigeneratrice del REIKI.



IL REIKI

Una tecnica Giapponese molto praticata nel mondo per la sua semplicità di utilizzo, somministrato mediante la posa delle mani e il trasferimento di energia dal praticante Reiki al ricevente. è facile da imparare, la possono utilizzare tutti, non ha effetti collaterali né tantomeno controindicazioni, si può praticare ovunque, non bisogna spogliarsi e soprattutto viene evidenziata da chi lo riceve, immediatamente dai primi trattamenti la sua funzionalità ed i netti miglioramenti, sia a livello fisico che psichico.

Nel mondo il Reiki viene usato regolarmente nelle strutture ospedaliere sia private che pubbliche come complemento alle cure e terapie tradizionali

Alcuni ospedali e centri privati stanno offrendo ai loro pazienti questa “novità per il loro benessere”

Dai seguenti studi pubblicati su svariate riviste scientifiche (una fra tante Pub Med) si denota un netto miglioramento psicofisico anche nel personale medico e paramedico che usufruiscono del REIKI o che lo propongono ai loro pazienti.

Nelle notizie e ricerche che seguono abbiamo volutamente ignorato le numerosissime testimonianze dei benefici derivati dai trattamenti Reiki, aventi carattere descrittivo o aneddotico e quindi non adatte ad esami di tipo statistico, sebbene noi stessi abbiamo continuamente la gioia di essere testimoni degli effetti portati dal Reiki su chiunque lo pratichi, inclusi noi stessi.

Molti degli studi sul Reiki e delle ricerche qui elencate sono tratte da **PubMed e tratte dalla rete**, la banca dati biomedica on line sviluppata dal National Center for Biotechnology Information (NCBI) presso la National Library of Medicine (NLM). Sebbene non sia l'unica banca dati di questo tipo, con i suoi circa 16 milioni di citazioni di articoli scientifici dagli anni '50 del '900 **ad oggi PubMed è considerata il punto di riferimento nel suo campo.**

IL REIKI è una realtà molto diffusa In Italia e nel mondo



Il Reiki nella sanità: i benefici e le potenzialità in ambito medico



Il Reiki nella sanità è ormai diventata una realtà diffusa in Italia e in tutto il mondo dimostrando i grandi benefici di questa tecnica giapponese.

*Qualche tempo fa mettere le parole Reiki e Sanità nella stessa frase avrebbe suscitato qualche perplessità, oggi le cose sono cambiate. **Reiki e Sanità sono diventate due parole complementari** anche per chi esercita una professione medica anche grazie ai numerosi studi scientifici realizzati sul Reiki.*

Gli effetti di questo connubio hanno portato benefici sia al personale sanitario che ai pazienti.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità segue con attenzione da anni il ritorno alle terapie non convenzionali e la loro diffusione, tanto che proprio nell'ambito del Centro per le medicine tradizionali dell'OMS sono state prodotte delle linee guida per la pratica dell'agopuntura e per la ricerca sulle medicine complementari.

La traduzione italiana delle linee guida è stata presentata il 5 ottobre 2002 a Milano, nel corso di un convegno che si è svolto all'Università Statale. Durante il convegno Xiaroui Zhang, coordinatrice del Centro per le medicine tradizionali, ha elencato **gli obiettivi del Centro OMS: favorire l'integrazione delle medicine complementari nei sistemi sanitari pubblici o assicurativi, produrre studi di efficacia sulle diverse terapie, fare in modo che le cure siano accessibili a tutti ma nello stesso tempo distribuite in modo razionale.**

Non dimentichiamo che per quasi 5 miliardi di persone la medicina alternativa è la nostra!

In alcuni paesi, come ad es. **in Germania**, molto si è già fatto in questa direzione. Nelle facoltà di medicina tedesche già nel 2001 si davano esami di terapie alternative e naturali, e non esiste monopolio per legge della medicina allopatrica tranne per specifici casi come l'effettuazione di radiografie o le cure dentistiche. Nel 2001 il 75% dei medici tedeschi praticava anche terapie alternative: per fare un raffronto, in Italia era il 2%. ([Fonte](#): OMS Legal Status of Traditional Medicine and Complementary/Alternative Medicine: A Worldwide Review. – 2001)

In Italia la Dott.ssa Silvia Cecchini sul suo sito internet ha lanciato un appello per l'introduzione del Reiki nel S.S.N., dichiarando fra l'altro **“Penso che sarebbe un grande passo avanti per ogni ospedale promuovere corsi di aggiornamento per personale medico e paramedico sul Reiki”**.

Due medici di Milano, la **Dott.ssa L. Merati e la Dott.ssa E. Cofrancesco**, hanno curato una pubblicazione di Riza Scienze (gennaio 2002) dedicata al Reiki nella quale si dichiara di auspicare l'ingresso del Reiki all'interno degli ospedali. Su questa pubblicazione, nel capitolo intitolato **“Vantaggi economici del Reiki nella gestione sanitaria”** possiamo leggere:

Il Reiki ha una grande **potenzialità in campo medico sanitario** in quanto:

- non ha effetti collaterali, né tanto meno controindicazioni
- è estremamente riproducibile, indipendentemente dalla persona fisica del curante
- è praticabile da medici, infermieri, fisioterapisti, psicologi o volontari, su pazienti ricoverati in ospedale o in hospice, in regime ambulatoriale o di day-hospital, e a domicilio. A domicilio può essere eseguito anche dai familiari dei pazienti e dal paziente stesso con l'auto-trattamento, senza costi aggiuntivi per il sistema sanitario.
- non utilizza aghi, strumenti o apparecchiature, o strutture particolari
- è di facile apprendimento ed alla portata di tutti. Le attivazioni di primo livello si effettuano in 15 ore da parte di un Reiki Master.

Rispetto a questo argomento aggiungerei che il Reiki può portare vantaggi economici alle aziende ospedaliere anche in termini di:

- * **Efficace contrasto del burnout** per i dipendenti
- * **Minori assenze per malattia** del personale
- * **Maggiore turnover dei pazienti**, per via della più veloce convalescenza, e quindi minori liste di attesa ma anche maggiori introiti a parità di letti disponibili.

La nostra Università, ci tiene molto ad essere attiva su vari fronti in ambito sanitario, ad esempio organizzeremo corsi e progetti per contrastare il burnout nelle strutture sanitarie e nei servizi territoriali

Insegnare agli infermieri il Reiki per la cura di sé: uno studio

INTERNATIONAL JOURNAL
FOR HUMAN CARING

Nel 2017 la rivista *International Journal for Human Caring* ha pubblicato lo studio **“Teaching Nurses Reiki Energy Therapy for Self-Care”** della dott.ssa [Angela Brathovde](#) direttrice al Children's Crisis Intervention Services del Barnabas Health Monmouth Medical

Center nel New Jersey (USA), infermiera specializzata in psichiatria e counseling olistico nonché insegnante di Reiki.

Lo scopo della ricerca è stato quello di replicare un **precedente studio pilota del 2006** realizzato dalla stessa dott.ssa Brathovde (“A pilot study: Reiki for self-care of nurses and healthcare providers” pubblicato sulla rivista *Holistic Nursing Practice* ed inserito anche in [PubMed](#)). Lo scopo della ricerca del 2006 era di determinare se il **Reiki** di primo livello, insegnato come pratica di miglioramento psicofisico agli operatori sanitari, avrebbe migliorato il loro benessere ma anche il loro modo di prendersi cura degli altri. Il campione consisteva in 10 professioniste della cura (asiatiche bianche dai 18 ai 60 anni) che avevano frequentato un Corso di Reiki e che dopo 3 mesi sono state intervistate sugli effetti prodotti dagli autotrattamenti sia su di loro che sulla loro attività. Sono state confrontate le interviste realizzate prima e dopo il Corso di Reiki. Già lo studio del 2006 aveva evidenziato cambiamenti positivi nella percezione dei comportamenti assistenziali delle partecipanti.

La tecnica energetica Reiki avvantaggia sia il paziente ricevente che il professionista sanitario stesso nel facilitare il processo di auto-guarigione. Per questo nel successivo studio della Brathovde il Reiki di 1° livello è stato insegnato come pratica di auto-cura ad un campione di 24 infermiere.

È stata utilizzata una tecnica di ricerca a metodi misti: dati demografici, una scala di efficacia di cura self-report prima e dopo il corso di Reiki e un'intervista.

I **risultati** della ricerca mostrano che le Scale di efficacia di cura evidenziano un cambiamento positivo nelle percezioni

delle partecipanti riguardo i loro comportamenti di cura. Questo è stato confermato anche dai dati qualitativi che hanno mostrato: calma, presenza mentale, connessione spirituale, importanza di prendersi cura di sé per prendersi cura degli altri, motivazione a prendersi maggiore cura di sé e a utilizzare le pratiche riflessive.

I risultati di questo studio hanno un'importanza concreta per la pratica infermieristica, dal momento che gli infermieri che lavorano nell'attuale contesto sanitario possono trarre vantaggio dall'utilizzo di pratiche di auto-cura per fornire cure più compassionevoli ai loro pazienti e migliorare i loro comportamenti di assistenza.

Effetti a lungo termine del Reiki su depressione e stress

ALTERNATIVE THERAPIES
IN HEALTH AND MEDICINE

Nel 2004 la rivista *Alternative therapies in health and medicine* ha pubblicato l'articolo "Long-term effects of energetic healing on symptoms of psychological depression and self-perceived stress". La ricerca che è durata 1 anno ha esplorato gli effetti a lungo termine (1 anno) del **Reiki** sui livelli di depressione e stress autopercepito.

Lo studio ha verificato l'ipotesi che sia l'energia Reiki stessa, e non il "tocco terapeutico delle mani", il fattore di miglioramento, e ha esaminato gli effetti a lungo termine del Reiki sulla depressione

e lo stress.

45 partecipanti (tra i 19 e i 78 anni) sono stati assegnati in modo casuale ad 1 di 3 gruppi: Reiki in presenza, o Reiki-placebo

I partecipanti non erano a conoscenza di quale gruppo avrebbe ricevuto il Reiki placebo.

Dodici Insegnanti Reiki e tre praticanti Reiki di secondo livello sono stati scelti per condurre le sessioni di trattamento. Ogni partecipante ha ricevuto un trattamento settimanale di 60/90 minuti per 6 settimane.

L'articolo descrive i protocolli per la selezione dei professionisti Reiki e dei partecipanti Reiki nonché il modo con cui sono state condotte le sessioni di trattamento.

Tre test, progettati per misurare i livelli di depressione e stress (Beck Depression Inventory, Beck Hopelessness, Perceived Stress scales), sono stati somministrati a ciascun partecipante prima e dopo i trattamenti Reiki.

Un anno dopo, i partecipanti hanno ripetuto i tre test.

Al termine dei test, il gruppo di controllo/placebo ha ricevuto altre 6 settimane di trattamenti Reiki, questa volta con il Reiki effettivo, dopo di che i tre test sono stati nuovamente somministrati a questo gruppo.

I risultati dello studio hanno dimostrato che non ci sono stati cambiamenti nel gruppo controllo/placebo fino a quando non hanno ricevuto le 6 sessioni di Reiki effettivo un anno dopo le prime 6 sessioni di placebo.

Sia il Reiki in presenza che i trattamenti a distanza sono stati efficaci nell'alleviare i sintomi di depressione e stress. I risultati del gruppo placebo servivano a escludere qualsiasi cambiamento dovuto alle aspettative dei partecipanti.

Ri-testare un anno dopo ha dimostrato che i risultati positivi dei 6 trattamenti Reiki erano rimasti intatti.

Tenendo conto dell'efficacia del Reiki e dei costi contenuti, la Dott.ssa Adina Goldman Shore suggerisce di combinare il Reiki con forme tradizionali di trattamento per la depressione psicologica ed incoraggia ulteriori studi per l'applicazione del Reiki su altri disturbi psicologici e fisiologici.

Lo studio è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

L'applicazione del Reiki sugli infermieri con sindrome di burnout: uno studio



Nel 2011 la Revista Latino-Americana de Enfermagem ha pubblicato l'articolo "The application of Reiki in nurses diagnosed with Burnout Syndrome has beneficial effects on concentration of salivary IgA and blood pressure" inerente uno studio realizzato in Spagna sull'utilizzo di trattamenti [Reiki](#) ad infermieri con sindrome di burnout.

La sindrome da [burnout](#) (BS) è una risposta prolungata a fattori di stress emotivo e interpersonale cronico.

Gli infermieri sono soggetti particolarmente a rischio di esaurimento professionale a causa del loro lavoro fisicamente ed emotivamente impegnativo

(gli studi riportano una frequenza della BS nei professionisti infermieri fino al 40%. Frequentemente, la BS è associata a bassa soddisfazione lavorativa, interazione emotiva stressante e dolore muscolo-scheletrico. Questi problemi di salute legati allo stress possono alterare diversi processi immunologici e aumentare il rischio di contrarre varie infezioni.

La cura proattiva di se stessi attraverso

il Reiki è una strategia che viene sempre più riconosciuta come prevenzione della BS negli infermieri.

L'obiettivo principale di questo studio era di indagare la presenza di effetti immediati nei parametri di sIgA, α -amilasi e pressione arteriosa dopo l'applicazione di una singola sessione di Reiki di 30 minuti in infermieri con BS.

18 infermiere con diagnosi di BS sono state reclutate presso l'Ospedale Universitario San Cecilio (Granada, Spagna) tra gennaio e luglio 2009.

I partecipanti sono stati diagnosticati con BS da uno psicologo esperto (depersonalizzazione, esaurimento emotivo e scarsa realizzazione personale con conseguente riduzione dell'efficacia del lavoro).

Nello studio (randomizzato, in doppio cieco, controllato con placebo, con disegno incrociato) i trattamenti Reiki sono stati effettuati a intervalli di una settimana. I partecipanti sono stati istruiti a non assumere alcun farmaco ansiolitico o analgesico per circa 48 ore prima della sessione sperimentale, ad astenersi dalla caffeina, dall'alcol, dal cibo e dall'esercizio fisico per 2 ore prima di prendere parte allo studio per ridurre l'influenza di queste sostanze sulle misurazioni della saliva.

I partecipanti sono stati quindi assegnati in modo casuale al trattamento Reiki o al gruppo placebo. Il trattamento Reiki (30 min) è stato realizzato dallo stesso operatore con più di 15 anni di esperienza nel metodo Usui Reiki (3° livello). Le aree trattate erano principalmente intorno alla testa, agli occhi, alle orecchie e al torace. L'intervento placebo è stato realizzato da un'infermiera senza esperienza di Reiki ma mimando l'intervento

Reiki il più possibile.

I risultati hanno mostrato l'aumento della risposta immunitaria nella sIgA che è una misura della funzione immunitaria umorale generalizzata associata a produrre effetti di rilassamento (è possibile che il Reiki migliori la secrezione di sIgA stimolando il sistema nervoso autonomo).

Il gruppo di intervento in questo studio ha ricevuto un solo trattamento Reiki di 30 minuti e i dati supportano l'idea che sessioni di rilassamento relativamente brevi ma efficaci, come un trattamento Reiki, possano alleviare in modo significativo gli effetti negativi dello stress lavorativo su aspetti specifici del sistema immunitario in infermieri affetti da BS.

Il Reiki ha migliorato la pressione diastolica. Tuttavia, né l'attività α -amilasi né la pressione sistolica hanno avuto cambiamenti significativi tra le sessioni Reiki e placebo.

Il punto di forza principale di questo studio è il disegno randomizzato, in doppio cieco, che riduce numerosi difetti metodologici descritti nelle precedenti revisioni sistematiche.

CONCLUSIONI

Le conclusioni dello studio sono che un singolo trattamento Reiki ha portato ad un miglioramento immediato della funzione immunitaria innata (sIgA) e della regolazione della pressione diastolica. L'applicazione dei trattamenti Reiki potrebbe essere un approccio economicamente efficace per la gestione e la prevenzione degli effetti negativi dello stress lavorativo nei sottogruppi di infermieri

con un profilo di rischio elevato per la BS. I trattamenti Reiki usuali inoltre durano generalmente circa un'ora e i pazienti possono partecipare a un corso di Reiki per occuparsi autonomamente della loro salute. Il fatto che tali cambiamenti biologici possano essere raggiunti in un così breve arco di tempo dimostra il potenziale del Reiki per ottenere miglioramenti clinicamente rilevanti per la salute.

Lo studio è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

Gli effetti immediati del Reiki sugli operatori sanitari in burnout: uno studio



Nel 2011 la rivista *Biological Research For Nursing* ha pubblicato l'articolo "**Immediate effects of Reiki on heart rate variability, cortisol levels, and body temperature in health care professionals with burnout**" riguardante uno studio realizzato in Spagna.

L'**obiettivo** di questo studio è stato quello di **analizzare gli effetti immediati del Reiki sulla variabilità della frequenza cardiaca (HRV), la temperatura corporea, la velocità di flusso salivare e il livello di cortisolo nei professionisti sanitari con la sindrome di Burnout.**

Il **burnout** è una diffusa forma di stress legata all'ambiente di lavoro. Comprende tre dimensioni: esaurimento emotivo, depersonalizzazione e ridotta realizzazione personale.

Il Reiki si propone di contribuire a ricostituire e riequilibrare il sistema energetico del corpo, stimolando così il processo di auto-guarigione.

Metodo

La ricerca è stata realizzata utilizzando: controllo dell'effetto placebo, misure ripetute, crossover, in singolo cieco, randomizzato.

Sono state selezionate 21 operatrici sanitarie presso l'Emergency Services Unit dell'Ospedale Universitario di San Cecilio (Granada, Spagna) con diagnosi di burnout.

Le donne sono state invitate a completare due visite al laboratorio con un intervallo di 1 settimana tra i trattamenti Reiki.

Alle partecipanti è stato chiesto di astenersi da farmaci ansiolitici o analgesici per circa 72 ore prima della sessione sperimentale e da caffeina, alcool, cibo ed esercizio fisico nelle 2 ore precedenti la valutazione.

Dopo questa fase preliminare di misurazione le partecipanti sono state asse-

gnate in modo casuale al gruppo che riceveva una sessione di Reiki da un operatore esperto (3° livello Reiki con 15 anni d'esperienza) o un trattamento placebo applicato da un'infermiere senza conoscenza del Reiki (che ha imitato il trattamento Reiki).

Il trattamento Reiki (30 min in totale) consisteva nel mettere le mani su varie parti del corpo del partecipante, sopra gli abiti e senza toccare, per circa 5 minuti per ogni posizione, comprese le aree intorno alla testa, agli occhi, alle orecchie e al torace.

Un valutatore "cieco" rispetto al gruppo di assegnazione ha misurato i diversi parametri fisici prima e dopo i trattamenti Reiki.

Risultati

È emerso che il Reiki ha un effetto positivo sul sistema nervoso parasimpatico, induce il rilassamento che ha effetto sul sistema simpatico, diminuzioni della frequenza cardiaca dopo il trattamento, lenta riduzione dell'attività metabolica attraverso un aumento della temperatura corporea.

Sembra che il Reiki possa avere un effetto omeostatico nei soggetti con BS (burnout syndrom). Né il flusso salivare né le concentrazioni di cortisolo salivare hanno mostrato differenze significative tra il gruppo Reiki e quello placebo, tuttavia, i livelli di concentrazione di cortisolo hanno mostrato una tendenza a diminuire dopo la sessione di Reiki.

Il punto di forza dello studio era la sua struttura che controllava le aspettative dei partecipanti ignari del trattamento ricevuto (solo il 19% dei partecipanti ha identificato il trattamento ricevuto in ogni sessione correttamente). Inoltre, il design crossover utilizzato ha ridotto la variabilità delle risposte dei soggetti, ri-

ducendo la perdita di potenza associata alle piccole dimensioni del campione. C'erano anche alcune limitazioni da considerare. Innanzitutto, solo un terapeuta esperto. È stato analizzato solo l'effetto immediato del Reiki (non quello a lungo termine), infine la piccola dimensione del campione potrebbe aver prodotto la difficoltà a trovare un effetto nei livelli di cortisolo.

Lo studio è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

L'uso del Reiki in chirurgia: il caso del Portsmouth Regional Hospital



I trattamenti Reiki ai pazienti sottoposti a chirurgia riducono l'utilizzo dei farmaci per il dolore e il tempo di permanenza in ospedale.

Nel 1999 la rivista *Journal of Nursing Care Quality* ha pubblicato lo studio **"Using Reiki to Support Surgical Patients"**.

I pazienti del Columbia/HCA Portsmouth Regional Hospital (New Hampshire-USA)

sono stati sottoposti prima e dopo l'intervento chirurgico a due trattamenti Reiki di 15 minuti ciascuno. Al progetto hanno partecipato più di 870 pazienti che hanno evidenziato: minor uso di farmaci contro il dolore, minor tempo di permanenza in ospedale e maggior felicità.

La storia del Reiki presso il Portsmouth Regional Hospital

In realtà, come racconta Pamela Miles nel suo resoconto del 2004, la storia del Reiki presso il Portsmouth Regional Hospital è lunga e molto interessante. L'ospedale ha fornito oltre 8.000 trattamenti Reiki dal 1995.

Questo programma Reiki di grande successo, avviato dall'infermiera Patricia Alandydy, infermiera e Assistand Director of Surgical Service, offre il Reiki in ogni reparto dell'ospedale. Si tratta davvero di un progetto che è d'ispirazione per tutti coloro che sostengono l'integrazione del Reiki con le cure ospedaliere standard.

L'inizio

Dopo 27 anni nelle cure infermieristiche, Patricia voleva migliorare la sua professione d'infermiera e dopo aver intercettato l'annuncio di un corso di Reiki realizzato da un infermiere, si è iscritta e nel tempo è poi diventata insegnante di Reiki. Nel 1995, l'ospedale stava affrontando problemi finanziari e la chirurgia stava cercando di capire come aumentare il numero dei pazienti diminuendo i tempi di turnover nelle sale operatorie.

Patricia era infermiera responsabile di sala operatoria e vide il Reiki come uno strumento per rendere la cura più umana nonostante il grande numero di pazienti che si alternavano ogni giorno. Riuscì a far comprendere all'amministratore delegato dell'ospedale i vantaggi di introdurre il Reiki.

Le prime 2000 sessioni di Reiki (da 1 ora ciascuna) sono state offerte gratuitamente 2 volte a settimana a chiunque appartenesse alla comunità. Patricia ha iniziato con 20 operatori Reiki da lei formati. Il passaparola si è presto diffuso e in pochi mesi, altri 20 operatori Reiki si sono aggiunti.

Mentre stava coordinando il progetto, Patricia ha anche iniziato a promuovere il Reiki ai medici del suo staff invitandoli a ricevere trattamenti utilizzando i 14 letti dell'unità post-anestesia.

Sono stati invitati i medici di diverse discipline (ostetricia, gastroenterologia, chirurgia, neurochirurgia e neurologia) includendo anche l'amministratore delegato e il vicepresidente dell'ufficio relazioni con i pazienti. Ha invitato non solo i medici noti per il loro apprezzamento delle terapie complementari, ma anche chi non era così aperto. Tutti hanno partecipato.



Il Reiki prima degli interventi chirurgici

Il traguardo successivo arrivò nel settembre del 1997, quando il **capo anestesista** Robert Andelman, fornì il suo benestare all'utilizzo del Reiki nell'area pre-operatoria come un modo per ridurre lo stress

e l'ansia dei pazienti. Il successo del programma dipendeva dalla capacità di adattare le sessioni di Reiki alla prassi chirurgica, che può cambiare in qualsiasi momento per una varietà di motivi. Dopo il check-in, tempo permettendo, i pazienti ricevevano Reiki gratuito per 5/10 minuti. Gli operatori Reiki notavano che **anche soli 5 minuti di Reiki miglioravano lo stato di un paziente ansioso.**

Il Reiki riuscì a fornire ai pazienti un tale senso di soddisfazione e sicurezza che il programma rapidamente acquisì una vita propria. I pazienti che avevano ricevuto un trattamento prima dell'intervento hanno iniziato a chiedere un altro trattamento post-operatorio. Gli infermieri chiamavano Patricia chiedendo, "ma che cos'è questo Reiki? Il mio paziente vuole un'altra sessione". Riconoscendo l'importanza di comunicare in modo semplice e chiaro, Patricia ha collaborato con l'ufficio marketing per creare una brochure che presentasse il Reiki e distribuendola in tutte le aree di cura.

L'ospedale ricevette molte lettere di ringraziamento dai pazienti tanto che fu deciso di incorporare l'opzione del trattamento Reiki nella fase di registrazione pre-operatoria del paziente. Patricia scrisse una definizione di cinque righe sul Reiki che fu inserita nello script utilizzato per le chiamate pre-operatorie.

Infermieri addestrati a Reiki in tutto l'ospedale offrivano un trattamento ai pazienti nel tempo concesso. Alla fine la domanda di sessioni superava la disponibilità del personale e Patricia divenne la coordinatrice a tempo pieno dell'ospedale per la medicina complementare. I volontari del Reiki iniziarono a offrire il servizio all'ospedale 7 giorni a settimana.

Patricia lasciò la sua posizione a tempo pieno in ospedale nel 2001 allo scopo di integrare l'infermieristica part-time con il lavoro come consulente ed educatrice. Il

programma Reiki ha attraversato diverse modifiche nello staff ma i servizi e l'organizzazione generale sono rimasti gli stessi. Sono stati creati avvisi in ogni stanza per dare una breve spiegazione del Reiki e segnalare la linea telefonica diretta per richiedere un trattamento Reiki.

Il programma Reiki al Portsmouth Regional Hospital ha funzionato talmente bene che altri ospedali della zona, come il Douglas di Dover, hanno richiesto di estenderlo alla loro realtà.

Il perché del successo di questo progetto

Patricia è la prima a sottolineare che è partita da una posizione molto forte. Lei era l'infermiera responsabile della sala operatoria, una dipendente dell'ospedale con molti anni di esperienza nella sua specialità. Un impiegato con minore anzianità di servizio o collegato ad una disciplina meno rigorosa avrebbe potuto non essere ascoltato. L'amministratore dell'ospedale conosceva Patricia e si fidava di lei. Lei gli ha portato le sue idee e insieme hanno progettato una strategia per l'implementazione.

Patricia ha prestato molta attenzione ai dettagli. Ha presentato il Reiki con cura ed in modo credibile. Ha fornito al personale l'opportunità di sperimentare il Reiki. Ha formato il personale e i volontari in modo professionale e nel rispetto delle prassi ospedaliere. Ha creato meccanismi di supervisione e feedback. Ecco perché il programma ha continuato a funzionare anche quando lei se n'è andata!



La presentazione del Reiki in ospedale

Al momento della presentazione del Reiki, Patricia espresse chiaramente che la sua preoccupazione primaria era il paziente, ricordando al personale medico quanto i pazienti si affidino e si abbandonino quando entrano nell'ospedale. Rinunciano ai loro vestiti, al controllo del loro cibo e dei loro contatti sociali e in sala operatoria perdono anche la loro coscienza. ***“Non c'è fiducia maggiore di quando un paziente si arrende a te, uno sconosciuto totale, in sala operatoria o ovunque nell'ospedale. Dobbiamo onorarli, far loro sapere che sappiamo chi sono, che sono al sicuro, e noi siamo presenti per loro”***. Inoltre, in un momento in cui i pazienti possono sentirsi passivi, il Reiki offre un senso di empowerment. Scegliendo di ricevere il Reiki, i pazienti possono partecipare attivamente al loro processo di guarigione. Patricia ha presentato il Reiki come una tecnica molto dolce, non invasiva e concreta che produce risposte di rilassamento misurabile (il calo della frequenza cardiaca, il rallentamento della respirazione, il rossore periferico e la conseguente calma di un trattamento di Reiki sono concretamente osservabili). Inoltre Patricia ricordò allo staff medico che il Reiki non rappresentava uno nuovo sovraccarico di lavoro o un altro compito da compiere.

La standardizzazione di ogni aspetto dell'interazione con il paziente (sia il trattamento Reiki che la presentazione generale) è stato un elemento di successo.

Patricia progettò un protocollo di trattamento specifico per le sessioni ospedaliere che prevedeva specifiche posizioni delle mani sulla testa, tempie, spalle, ginocchia, caviglie e piedi, plesso solare e fianchi (non veniva toccata la pelle nuda e si evitavano le zone di gola, seni e addome inferiore). L'ospedale non ha mai ricevuto lamentele per un contatto fisico inappropriato.

L'addestramento degli operatori Reiki al Portsmouth Regional Hospital

L'ospedale garantisce che i pazienti abbiano la stessa qualità di interazione nei trattamenti Reiki sia con i volontari che con i professionisti. È anche necessario che l'esperienza si adatti alle esigenze mediche. L'ospedale richiede ai volontari Reiki una visita medica e la presentazione dei certificati per la formazione Reiki di secondo livello (conservati in archivio). Essi firmano anche una dichiarazione di riservatezza e la disponibilità a conformarsi agli standard di trattamento ospedaliero. Prima di lavorare in autonomia i volontari operano in affiancamento per almeno tre volte. Tutti i volontari sono soggetti a un rinnovo annuale delle proprie competenze, come le altre specialità mediche. È richiesto loro di lavarsi le mani prima del trattamento, non fare diagnosi, interpretazioni psicologiche o qualsiasi tipo di feedback al paziente, non effettuare riti “esterni” prima, durante o dopo la sessione in modo da non far apparire il trattamento “bizzarro” a chi sta osservando o passando. ***Il Reiki deve essere percepito in ospedale come tocco gentile piuttosto che medicina***

energetica perché il tatto si adatta meglio alla mentalità dei medici.

Documentazione e feedback

Patricia comprese la necessità di documentazione per supportare il programma Reiki e per creare un ciclo di feedback vitale per monitorare la qualità del servizio. Ogni trattamento all'ospedale di Portsmouth è stato registrato. Tutti coloro che hanno ricevuto un trattamento Reiki hanno completato un sondaggio sulla soddisfazione del cliente. Nessun dettaglio del comfort del cliente è stato considerato insignificante.

Ogni trattamento Reiki in ospedale è stato documentato in due modi. Gli operatori Reiki compilavano un modulo di monitoraggio per ciascun paziente, mostrando la data, l'unità, il nome del paziente, il medico, l'ora del trattamento ed eventuali commenti. Il modulo veniva dato all'infermiere per essere inserito nella cartella del paziente. C'era anche un registro nell'ufficio per tenere traccia di quante sessioni venivano fatte ogni settimana e in quale area dell'ospedale. Un'infermiera chiamava abitualmente ogni paziente chirurgico 24-48 ore dopo l'intervento chiedendo feedback anche sul Reiki. Ogni lettera inviata dai pazienti all'amministratore delegato o al presidente del dipartimento veniva inviata all'ufficio Reiki.

Il feedback è stato incoraggiante. Nessun paziente si è lamentato di essere stato toccato in modo improprio, né è stata menzionata alcuna esperienza negativa collegata al Reiki. Le uniche lamentele provenivano da pazienti che volevano il Reiki e non riuscivano ad ottenerlo (a causa di cambiamenti nei programmi chirurgici), che avevano avuto interruzioni durante la sessione o rumori nell'ambiente.

La stragrande maggioranza dei feedback era positiva: senso di calma che i pazienti non sapevano di essere in grado di raggiungere, stupore di poter raggiungere uno stato interiore così profondo e pacifico con soli 5/10 minuti di Reiki.

Ai pazienti che richiedevano Reiki per ansia o dolore veniva chiesto di classificare il proprio disagio prima e dopo il trattamento con una scala 0-10. Nel primo trimestre del 2003, il punteggio medio di stress era 4,9 punti più basso dopo il Reiki e il punteggio medio del dolore era 3,7 punti più bassi.

L'articolo scientifico è citato da [PubMed](#).

REIKI IN ITALIA :ROMA

Il Reiki per gli effetti collaterali delle terapie oncologiche: studio dell'IRCCS Regina Elena a Roma



Nel 2017 sulla rivista “[Professioni infermieristiche](#)” (Vol.70, N.4) è stata pubblicata una ricerca realizzata presso l'Istituto Nazionale dei Tumori “Regina Elena” di Roma: “L'impatto del Reiki sugli effetti collaterali nei pazienti con neoplasia testa-collo in trattamento radioterapico: uno studio pilota”. L'obiettivo di questo studio è stato quello di valutare come il [Reiki](#) possa contribuire alla gestione dei sintomi correlati alla radioterapia nei pazienti con questo tipo di patologia.

Premessa

I pazienti oncologici spesso presentano diversi sintomi correlati al trattamento terapeutico, quali, dolore, alterazioni cutanee, fatigue, nausea, vomito, insonnia, ansia e depressione, che possono influire negativamente sul loro stato di salute e, ancor di più, sulla loro qualità della vita (QOL – Quality of Life Scale).

Tali reazioni tendono ad essere più frequenti nei pazienti radiotrattati per neoplasie del distretto testa-collo. Dal 30 al 100% di questi pazienti riporta, infatti, complicanze orali (mucosite, infezioni, diminuzioni della vascolarizzazione, ...) con implicazioni rilevanti per la sopravvivenza ed il benessere durante e dopo il trattamento radioterapico. La gestione di questi sintomi è stata fino ad oggi affidata alla sola medicina tradizionale.

Negli ultimi anni, però, si è osservato un crescente interesse dei pazienti verso forme di medicina complementare e alternativa (CAM) come il [Reiki](#).

Metodologia

Lo studio è stato condotto in un'area dedicata, appositamente allestita, presso il Servizio di Radioterapia dell'IRCCS Regina Elena di Roma, fra febbraio 2011 e settembre 2013.

Le sedute relative al trattamento con Reiki sono state interamente gestite da un infermiere abilitato ad eseguire tale pratica (Il livello Reiki), in un'apposita area allestita ad hoc. Il paziente, completamente vestito, è stato invitato a sdraiarsi su un lettino in un ambiente silenzioso, con emanazione di luce di diversi colori (cromoterapia) e con musiche rilassanti. La valutazione oggettiva del dolore è stata analizzata tramite la scala VDS. La Qualità di Vita (QoL) è stata invece valutata mediante il FACT-H & N (questionario specificamente progettato per valutare la QoL nei pazienti con neoplasia testacollo: aree relative alla vita del paziente Fisica, Sociale/Familiare, Emotiva, Funzionale). La valutazione della mucosite, della tossicità cutanea e della salivazione, è stata effettuata attraverso la Scala CTCAE v. 3.0. La valutazione di questi parametri è stata effettuata da personale infermieristico non direttamente coinvolto nei trattamenti Reiki.

Durante l'incontro per la TAC di centraggio, al paziente è stato presentato il piano terapeutico relativo alla radioterapia; contestualmente, gli è stato esposto lo studio sull'applicazione del Reiki e la possibilità di parteciparvi.

Le sedute Reiki sono state condotte, invece, come suggerito dalla letteratura, in maniera ravvicinata (3 giorni consecutivi nella prima settimana). La cadenza dei trattamenti successivi è stata invece settimanale (6/7 settimane in totale).

Risultati

I risultati ottenuti si riferiscono a 19 pazienti. Il campione è costituito da 15 uomini e 4 donne, con un'età media di 57 anni.

Nei risultati dello studio emerge che, alla quinta settimana, il 10.5% dei pazienti ha riferito di provare dolore forte, rispetto al 21.1% della settimana precedente. È

stato riscontrato inoltre un grado di mucosite pari a G3 nel 15.5% dei casi secondo la valutazione clinica, e nel 10.5% secondo quella funzionale. La tossicità cutanea è stata registrata, con grado 3, solo in un caso (5.3%).

Dal presente studio emerge come i 94 trattamenti Reiki, come supporto integrativo alla radioterapia, abbiano prodotto beneficio nella maggior parte dei casi (circa il 98%), soprattutto da un punto di vista psicologico, sostenendo il paziente nell'affrontare l'iter terapeutico, e limitando gli stati d'ansia e di depressione.

Lo studio è stato inserito nella banca dati [PubMed](#)

Di seguito gli ospedali e strutture dove si pratica REIKI

ITALIA

MILANO

- All'**Ospedale San Carlo Borromeo** di Milano il Reiki viene effettuato ai pazienti secondo tariffario del S.S.N. al [Centro di Medicina Psicosomatica](#). Consulta il progetto di ricerca sull'applicazione del Reiki all'[emicrania](#).
- Viene praticato Reiki all'**Istituto Nazionale Tumori** presso la divisione di cure palliative, riabilitazione e Hospice (all'interno del Gruppo Me.Te.C.O., Medicine e Terapie Complementari in Oncologia), all'interno del Progetto Ulisse per pazienti oncologici e presso l'Unità Operativa di psicologia (pazienti oncologici).
- Presso l'**Ospedale San Raffae-**

le presso il reparto di oncologia

- Presso lo **IEO** – Istituto Europeo Oncologico del prof. Umberto Veronesi
- Presso **Istituto Geriatrico “Piero Redaelli”** in particolare ai malati terminali.
- All'**Ospedale “Luigi Sacco”** vengono svolti corsi di Reiki all'interno della struttura ospedaliera dedicati al personale sanitario.

MANTOVA

Dal 2016 il Reiki è presente all'**Ospedale Carlo Poma** di Mantova grazie a un'iniziativa dell'Istituto Oncologico Mantovano per i reparti di oncologia e cure palliative.

TORINO

- Tra il 2004 e il 2005 all'**Ospedale San Giovanni Battista** di Torino è stato realizzato il Progetto presso il **C.O.E.S. (Centro Oncologico Ematologico Subalpino)**. Leggi l'articolo [Reiki: integrazione alla chemioterapia nei pazienti con neoplasie avanzate](#). L'American Journal of Hospice and Palliative Medicine dedica al progetto un [articolo](#).
- Nel **Reparto di Neonatologia della Clinica Universitaria dell'Ospedale S. Anna di Torino** nel luglio 2013 è partita la formazione del personale sanitario al Reiki e mini-corsi per i genitori dei bambini ricoverati (visto l'elevato grado di stress che la loro situazione comporta), per trattare con il Reiki i piccoli pazienti nell'incubatrice e se stessi.
- Dal 2012 la **Fondazione FARO** a Torino offre trattamenti Reiki ai pazienti ricoverati in hospice bisognosi di mantenere un proprio equilibrio.

ASTI

L'**Ospedale Cardinal Massaia** dal 07/01/08 effettua trattamenti Reiki sui pazienti nel reparto di Oncologia. Il Primario del reparto di Oncologia, Dott. Franco Testore, ha avviato una ricerca scientifica

sulla valenza dei trattamenti Reiki per gli ammalati sottoposti a chemio o radioterapia. Da notare che il reparto, ha ottenuto, sesto in Italia, l'accreditamento all'eccellenza ed è stato segnalato tra i 5 migliori del paese per l'umanizzazione delle cure.

VICENZA

- Il **Servizio per le Tossicodipendenze e l'Alcologia (Ser.T)** di Vicenza (ULSS 6) ha inserito tra i suoi programmi di recupero di soggetti alcool dipendenti anche la disciplina del Reiki. Da gennaio 2011 il Ser.T di Vicenza in collaborazione con l'Associazione Culturale Sorgente di Luce propone il progetto riabilitativo "Reiki For Me" per soggetti alcool dipendenti.
- Dal 2014 il progetto "Mi curo di te" porta il Reiki ai pazienti oncologici dell'Hospice e del **reparto di oncologia a Bassano del Grappa** (Vicenza) grazie all'Associazione Oncologica San Bassiano-Onlus.

PARMA

Nel febbraio 2010 è stato attivato presso il **Centro Cure Palliative di Fidenza** (PR) un progetto che vede inserita la tecnica Reiki all'interno dei piani di cura dei pazienti ospitati.

REGGIO EMILIA

- Nel 2010 l'**Hospice Casa Madonna dell'Uliveto** ha organizzato il corso «Progetto Reiki: il tocco come empatia, attenzione, energia» proposto agli operatori della struttura in prima fase, per poi essere portato ai degenti e ai loro famigliari.
- Nel 2014 l'ASP C. Sartori (**Casa Residenza "Villa Diamante"**) a Campegine ha realizzato il progetto "Reiki: le mani, un tempo di cura", corso reiki di primo livello per operatori sanitari e socio-sanitari.

LUCCA

L'**Ospedale "Versilia"** a Lido di Camaiore

(Azienda Sanitaria della Regione Toscana) per un certo periodo di tempo ha inserito i trattamenti Reiki tra i servizi a pagamento prenotabili presso il CUP.

ROMA

- Il Reiki viene praticato all'**Istituto Tumori del Regina Elena**, riguardante l'impatto del Reiki sugli effetti collaterali nei pazienti con neoplasia testa-collo in trattamento radioterapico.
- Il Reiki viene praticato regolarmente al **Reparto di Neurochirurgia dell'Ospedale San Filippo Neri** da una volontaria ex paziente.

NAPOLI

- Dal 2007 viene praticato il Reiki presso l'**ambulatorio di ginecologia** dell'ASL Napoli1 (distretto 33).
- Dal 2004 è iniziata una sperimentazione all'**Ospedale Fondazione Pascale** per le pazienti con il tumore al seno che mostrano importanti segnali di rilassamento e minor paura dell'intervento influenzando positivamente anche sull'anestesia (più blanda).

TERAMO

All'**Hospice di Teramo** è partito un progetto pilota sui caregiver per valutare l'efficacia del Reiki nella riduzione dello stress psico fisico.

BARI

Il Reiki viene utilizzato per patologie fonoarticolatorie, respiratorie e oncologiche presso il Dipartimento di Fisiopatologia respiratoria dell'Azienda Sanitaria Locale Bari 4

FOGGIA

Progetto "Reiki in corsia" con trattamenti Reiki dei pazienti dei reparti: pediatrico, geriatrico, reumatologico, ostetrico e oncologico (dal 2013).

REGGIO CALABRIA

Nel 2016 il **Centro di Assistenza Oncologica di Siderno** (RC) lancia il progetto “Reiki in oncologia” e propone trattamenti Reiki ai propri pazienti.

PALERMO

Dal 2014 è attivo il progetto “Reiki e gravidanza” per il personale socio sanitario

dell’**Ospedale San Raffaele di Cefalù**.

Gli effetti del Reiki sui sintomi della chemioterapia

Il Reiki con i pazienti oncologici che stanno facendo la chemioterapia: gli effetti sui sintomi del cancro e delle terapie.

Nel 2012 la rivista American Journal of Hospice and palliative medicine ha pubblicato l’articolo “Symptomatic Improvement Reported After Receiving Reiki at a Cancer Infusion Center” riportante uno studio sul miglioramento dei sintomi in pazienti oncologici che stanno facendo la chemioterapia dopo aver ricevuto trattamenti Reiki.

Nell’articolo scritto da Marcus, D. A., Blazek-O’Neill, B., & Kopar, J. L., si riporta uno studio condotto per un periodo di 6 mesi.

Gli adulti sottoposti a chemioterapia presso un centro di infusione in un ospedale universitario (Department of Anesthesiology, University of Pittsburgh, Pennsylvania-USA) hanno ricevuto trattamenti Reiki e sono stati invitati a completare un sondaggio che chiedeva loro i cambiamenti percepiti dopo le sessioni.

I trattamenti Reiki sono stati realizzati da 20 praticanti che hanno totalizzato 683 ore di volontariato.

Le variazioni rispetto alla percezione del dolore, allo stato dell’umore, all’angoscia, alla qualità del sonno e dell’appetito e sono stati valutati su una scala a 5 punti da nessun beneficio a grande beneficio.

Le indagini sono state effettuate dopo aver completato il trattamento e sono state restituite in buste preaffrancate.

Un totale di 145 questionari sono stati completati (tasso di risposta 34,5%), con 47 partecipanti visti nel centro di infusione e 98 in altre zone dell’ospedale.

Il Reiki è stato valutato come un’esperienza positiva dal 94% dei pazienti presso il Centro e dal 93% nelle altre zone.

Il 92% dei pazienti si sono dichiarati interessati a ricevere ulteriori sedute di Reiki.

Dai risultati emersi la % di miglioramento della sintomatologia è risultata simile sia per le persone trattate con chemioterapia presso il centro di infusione (primo valore) che per le altre (secondo valore):

89% e 86% per il relax,

75% e il 75% per l’ansia/paura,

81% e 78% per il miglioramento dell’umore,

43% e 35% per il miglioramento del sonno,

45% e 49% per la riduzione del dolore,

38% e 43% per la riduzione di isolamento / solitudine,

30% e 30% per migliorare l'appetito,
75% e 63% per il miglioramento dell'atteggiamento.

Le conclusioni dello studio sono che il Reiki produce una vasta gamma di benefici sintomatici, compresi quelli comunemente legati al cancro e alla chemioterapia (dolore, disturbi dell'umore, isolamento/solitudine).

Lo studio è stato pubblicato anche su PubMed.

Am J Hosp Palliat Care. 2013 Mar; 30 (2): 216-7. doi: 10.1177 / 1049909112469275. Epub 2012 5 dic.

Miglioramento sintomatico riferito dopo aver ricevuto Reiki in un centro di infusione del cancro.

Marcus DA 1 , Blazek-O'Neill B , Kopar JL .

OBIETTIVO:

Valutare i benefici percepiti dal paziente dal ricevere Reiki in un centro di infusione del cancro.

METODI:

Durante un periodo di 6 mesi, gli adulti di un ospedale universitario che ricevevano il Reiki tramite servizi di volontariato sono stati invitati a completare un sondaggio chiedendo modifiche percepite dopo il Reiki. Le variazioni del dolore, dell'umore, dell'angoscia, del sonno e dell'appetito sono state valutate su una scala a 5 punti da nessun beneficio a grandi benefici. I sondaggi sono stati

distribuiti dopo aver completato il trattamento e sono stati restituiti in buste preaffrancate.

RISULTATI:

Sono stati completati 145 sondaggi (34,5% di risposta), con 47 partecipanti nel centro di infusione del cancro e 98 in altre aree dell'ospedale.

Il Reiki è stato valutato come esperienza positiva del 94% al centro per il cancro e del 93% di altri, con il 92% al centro neoplastico e l'86% di altri interessati a ricevere ulteriori sessioni di Reiki. Il miglioramento sintomatico è stato simile per le persone al centro del cancro e altri, rispettivamente, con un miglioramento molto maggiore per l'89% e l'86% per il rilassamento, il 75% e il 75% per l'ansia / preoccupazione, l'81% e il 78% per l'umore migliore, 43% e il 35% per il sonno migliorato, il 45% e il 49% per il dolore ridotto, il 38% e il 43% per l'isolamento / solitudine ridotta, il 75% e il 63% per l'atteggiamento migliore e il 30% e il 30% per l'appetito migliorato. La risposta non è stata influenzata dalla precedente esposizione al Reiki, al massaggio o ad altre terapie tattili.

CONCLUSIONE:

Il Reiki si traduce in una vasta gamma di benefici sintomatici, inclusi miglioramenti nei sintomi più comuni correlati al cancro.

[Am J Hosp Palliat Care.](#) 2012 giugno; 29 (4): 290-4. doi: 10.1177 / 1049909111420859. Epub 2011 13 ottobre.



Gli effetti della terapia Reiki sul dolore e l'ansia nei pazienti che frequentano un giorno oncologia e unità di servizi di infusione.

Il Reiki è un sistema di tecniche di guarigione naturale somministrato mediante la posa delle mani e il trasferimento di energia dal praticante Reiki al ricevente. Abbiamo studiato il ruolo del Reiki nella gestione dell'ansia, del dolore e del benessere globale nei pazienti oncologici. Basandosi sui risultati di un progetto pilota condotto tra il 2003 e il 2005 da un'associazione di volontari nel nostro ospedale, è stato condotto uno studio di 3 anni più ampio nello stesso centro.

I praticanti di Reiki volontari hanno ricevuto 2 anni di teoria e formazione pratica. La popolazione dello studio era 118 pazienti (67 donne e 51 uomini, età media, 55 anni) con cancro in qualsiasi stadio e ricevendo qualsiasi tipo di che-

mioterapia. Prima di ogni sessione, le infermiere hanno raccolto i dati personali del paziente e la storia clinica. Il dolore e l'ansia sono stati valutati in base a una scala di valutazione numerica da parte dei professionisti Reiki. Ogni sessione è durata circa 30 minuti; i punteggi di dolore e ansia sono stati registrati utilizzando una scala analogica visiva (VAS), insieme a una descrizione dei sentimenti fisici percepiti dai pazienti durante la sessione. Tutti i 118 pazienti hanno ricevuto almeno 1 trattamento Reiki (numero totale, 238). Nel sottogruppo di 22 pazienti sottoposti a ciclo completo di 4 trattamenti, il punteggio medio di ansia VAS è diminuito da 6,77 a 2,28 ($P < 0,000001$) e il punteggio medio del dolore VAS da 4,4 a 2,32 ($P = 0,091$). Nel complesso, le sessioni sono state ritenute utili per migliorare il benessere, il rilassamento, l'alleviamento del dolore, la qualità del sonno e ridurre l'ansia. Offrire la terapia Reiki negli ospedali potrebbe rispondere alle esigenze fisiche ed emotive dei pazienti. insieme a una descrizione dei sentimenti fisici percepiti dai pazienti durante la sessione. Tutti i 118 pazienti hanno ricevuto almeno 1 trattamento Reiki (numero totale, 238). Nel sottogruppo di 22 pazienti sottoposti a ciclo completo di 4 trattamenti, il punteggio medio di ansia VAS è diminuito da 6,77 a 2,28 ($P < 0,000001$) e il punteggio medio del dolore VAS da 4,4 a 2,32 ($P = 0,091$). Nel complesso, le sessioni sono state ritenute utili per migliorare il benessere, il rilassamento, l'alleviamento del dolore, la qualità del sonno e ridurre l'ansia. Offrire la terapia Reiki negli ospedali potrebbe rispondere alle esigenze fisiche ed emotive dei pazienti. insieme a una descri-

zione dei sentimenti fisici percepiti dai pazienti durante la sessione. Tutti i 118 pazienti hanno ricevuto almeno 1 trattamento Reiki (numero totale, 238). Nel sottogruppo di 22 pazienti sottoposti a ciclo completo di 4 trattamenti, il punteggio medio di ansia VAS è diminuito da 6,77 a 2,28 ($P < 0,000001$) e il punteggio medio del dolore VAS da 4,4 a 2,32 ($P = 0,091$). Nel complesso, le sessioni sono state ritenute utili per migliorare il benessere, il rilassamento, l'alleviamento del dolore, la qualità del sonno e ridurre l'ansia. Offrire la terapia Reiki negli ospedali potrebbe rispondere alle esigenze fisiche ed emotive dei pazienti. 000001) e il punteggio medio del dolore VAS da 4.4 a 2.32 ($P = .091$). Nel complesso, le sessioni sono state ritenute utili per migliorare il benessere, il rilassamento, l'alleviamento del dolore, la qualità del sonno e ridurre l'ansia. Offrire la terapia Reiki negli ospedali potrebbe rispondere alle esigenze fisiche ed emotive dei pazienti. 000001) e il punteggio medio del dolore VAS da 4.4 a 2.32 ($P = .091$). Nel complesso, le sessioni sono state ritenute utili per migliorare il benessere, il rilassamento, l'alleviamento del dolore, la qualità del sonno e ridurre l'ansia.

Offrire la terapia Reiki negli ospedali potrebbe rispondere alle esigenze fisiche ed emotive dei pazienti.



Prova pilota crossover di Reiki contro riposo per il trattamento dell'affaticamento correlato al cancro.

[Tsang KL](#)¹, [Carlson LE](#), [Olson K](#).

La fatica è un effetto collaterale estremamente comune durante il trattamento e il recupero del cancro. Ricerche limitate hanno studiato le strategie derivanti dalla medicina complementare e alternativa per ridurre l'affaticamento correlato al cancro. Questa ricerca ha esaminato gli effetti del Reiki, un tipo di terapia tattile energetica, sulla fatica, il dolore, l'ansia e la qualità generale della vita. Questo studio era una prova crossover controbilanciata di 2 condizioni: (1) nella condizione Reiki, i partecipanti hanno ricevuto Reiki per 5 sessioni giornaliere consecutive, seguite da un periodo di monitoraggio di 1 settimana senza trattamenti, 2 sessioni di Reiki aggiuntive e infine 2 settimane senza trattamenti e (2) nella condizione di riposo, i partecipanti hanno riposato per circa 1 ora ogni giorno per 5 giorni consecutivi, seguito da un periodo di monitoraggio washout di 1 settimana senza riposo programmato e una setti-

mana aggiuntiva senza trattamenti. In entrambe le condizioni, i partecipanti hanno compilato questionari che hanno esaminato l'affaticamento correlato al cancro (valutazione funzionale della sottoscala sulla fatica alla terapia del cancro [FACT-F]) e la qualità generale della vita (valutazione funzionale della terapia del cancro, versione generale [FACT-G]) prima e dopo tutto Reiki o sessioni di riposo. Hanno inoltre completato una scala analogica visiva (Edmonton Symptom Assessment System [ESAS]) che valuta la stanchezza, il dolore e l'ansia quotidiani prima e dopo ogni sessione di Reiki o di riposo. Sedici pazienti (13 donne) hanno partecipato al processo: 8 sono stati randomizzati per ogni ordine di condizioni (Reiki quindi riposare, riposare poi Reiki). Sono stati sottoposti a screening per affaticare l'elemento di stanchezza di ESAS, e quelli con punteggio superiore a 3 sulla scala da 0 a 10 erano idonei per lo studio.

Sono stati diagnosticati con una varietà di tumori, il più comunemente tumore del colon-retto (62,5%), e avevano un'età media di 59 anni. L'affaticamento sul FACT-F è diminuito all'interno della condizione Reiki ($P = .05$) nel corso di tutti e 7 i trattamenti. Inoltre, i partecipanti alla condizione Reiki hanno sperimentato miglioramenti significativi nella qualità della vita (FACT-G) rispetto a quelli nella condizione di riposo ($P < .05$). Nelle valutazioni giornaliere (ESAS) nella condizione Reiki, i punteggi di presession 1 versus postsession 5 hanno indicato diminuzioni significative nella stanchezza ($P < .001$), dolore ($P < .005$) e ansia ($P < .01$), che non sono stati osservati nella condizione

di riposo.

[Complemento Ther Clin Pract.](#) 2018 maggio; 31: 384-387. doi: 10.1016 / j.ctcp.2018.02.020. Epub 2018 Mar 10.

L'effetto del reiki sul dolore: una meta-analisi.

[Demir Doğan M](#) ¹ .

OBIETTIVO:

Il dolore è uno dei sintomi più comuni e può portare a importanti problemi psicologici, mentali e fisiologici negli individui. Secondo i dati del Centro per la ricerca Reiki, il Reiki è un approccio efficace per ridurre i livelli di dolore, depressione e ansia. Pertanto, lo scopo di questa meta-analisi era di investigare l'effetto del Reiki sul livello del dolore.

METODI:

Sono stati studiati studi clinici controllati randomizzati in database di Pubmed, ISI Web of Sciences e Google Scholar. 4 studi controllati randomizzati che hanno coinvolto 212 partecipanti sono stati inclusi nella meta-analisi.

RISULTATI:

Il risultato ottenuto dopo l'applicazione finale del Reiki è stato valutato nel punteggio del dolore VAS. Quando il gruppo Reiki ($n = 104$) è stato confrontato con il gruppo di controllo ($n = 108$), la differenza media standardizzata è stata osservata a -0.927 (IC 95%: da -1.867 a 0.0124). È stato osservato che il Reiki provoca una diminuzione statisticamente significativa del punteggio VAS.

CONCLUSIONE:

Di conseguenza, questa meta-analisi ha rivelato che il Reiki era un approccio efficace per alleviare il dolore.

Reiki integrativo per pazienti oncologici: una valutazione del programma.

[Fleisher KA](#)¹, [Mackenzie ER](#), [Frankel ES](#), [Seluzicki C](#), [Casarett D](#), [Mao JJ](#).

OBIETTIVO:

Questo studio di metodi misti ha cercato di valutare i risultati di un programma di volontariato integrativo Reiki in un centro accademico di oncologia medica.

METODO:

Abbiamo utilizzato i dati di valutazione del programma de-identificati per eseguire analisi sia quantitative che qualitative delle esperienze dei partecipanti delle sessioni di Reiki. I dati quantitativi sono stati raccolti prima e dopo aver utilizzato una versione modificata del termometro di emergenza. I dati precedenti e successivi alla valutazione di pericolo sono stati analizzati utilizzando un test Studente accoppiato: I dati qualitativi sono derivati da risposte scritte a domande aperte poste dopo ogni sessione di Reiki e sono state analizzate per parole chiave e temi ricorrenti.

RISULTATI:

Dei 213 sondaggi pre-post delle prime sessioni nel periodo di valutazione, abbiamo osservato una diminuzione di oltre il 50% di angoscia auto-riferita (da 3,80 a 1,55), ansia (da 4,05 a 1,44), depressione (da 2,54 a 1,10), dolore (da 2,58 a 1,21) e affaticamento (da 4,80 a 2,30) con $P < 0,001$ per tutti. Usando stime

conservative che trattano i dati mancanti come non avallanti il Reiki, abbiamo rilevato che 176 (82,6%) dei partecipanti hanno apprezzato la sessione di Reiki, 176 (82,6%) hanno trovato utile la sessione di Reiki, 157 (73,7%) hanno intenzione di continuare a usare il Reiki e 175 (82,2%) raccomanderebbe Reiki agli altri. Le analisi qualitative hanno rilevato che gli individui hanno riferito che il Reiki ha indotto rilassamento e miglioramento del benessere spirituale.

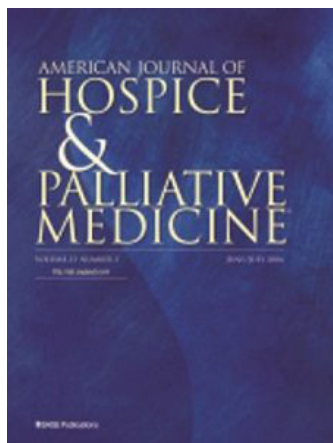
CONCLUSIONI:

Un programma di volontariato integrativo Reiki mostra promessa come componente di assistenza di supporto per i malati di cancro.

Sono necessarie ulteriori ricerche per valutare e comprendere l'impatto che il Reiki può avere per i pazienti, i caregivers e lo staff le cui vite sono state colpite dal cancro.



Gli effetti del Reiki su ansia e dolore in un day hospital oncologico italiano:TORINO



Nel 2011 la rivista American Journal of Hospice and Palliative Medicine ha pubblicato l'articolo **"The effects of Reiki therapy on pain and anxiety in patients attending a day oncology and infusion services unit"** riguardante uno studio italiano (Birocco M, Guillane C, Storto S, et al.) sul miglioramento dei sintomi dopo aver ricevuto trattamenti **Reiki** nel centro di infusione dell'Ospedale San Giovanni Battista di Torino (struttura dove si ricevono i malati non ricoverati per chemioterapia, esami del sangue, ecc.).

In un progetto pilota condotto tra il 2003 e il 2005 dall'associazione di volontariato Cerchiodiluce presso il day hospital di Oncologia Medica del Dipartimento Oncologia ed Ematologia dell'Ospedale San Giovanni Battista, 27 pazienti (totale 94 trattamenti) hanno riferito **una migliore qualità del sonno e sollievo dal dolore e dall'ansia**. Sulla base di quest'esperienza pilota iniziale è stato condotto, presso lo stesso Centro di cure

oncologiche, uno studio più ampio, che ha coinvolto un gran numero di pazienti. Con il successivo studio si è esaminato il ruolo del Reiki nella gestione dell'ansia, del dolore e del benessere globale in pazienti con neoplasie in stadi diversi che frequentavano un day-hospital chemioterapico.

Lo studio riferisce i risultati del progetto Reiki presentato e sviluppato dall'associazione di volontariato e realizzato in collaborazione con lo staff medico del Centro di Oncologia Medica dell'Ospedale San Giovanni Battista.

Prima di essere ammessi a praticare la terapia Reiki in ospedale i volontari hanno ricevuto una formazione biennale: un anno di seminari interni con lo staff docente dell'associazione e un anno di pratica in ospedale con tutor qualificati.

118 pazienti complessivi hanno dato il loro consenso informato ai trattamenti Reiki dopo che tale tecnica è stata loro spiegata dagli infermieri dell'ospedale e dai volontari che eseguivano i trattamenti. La popolazione dello studio era composta da pazienti con neoplasie in stadi diversi sottoposti a un qualche tipo di chemioterapia.

Prima di ciascuna seduta gli infermieri hanno raccolto i dati personali e l'anamnesi clinica del paziente: sito del tumore primario, data della diagnosi, sito di metastasi, numero di cicli di chemioterapia e condizioni generali di salute del paziente secondo i punteggi ECOG (Eastern Cooperative Oncology Group). Il dolore e l'ansia sono stati valutati secondo una scala numerica dagli operatori Reiki. **I trattamenti Reiki sono stati offerti**

durante il ricovero nelle stanze del day-hospital per la somministrazione della chemioterapia. Durante il trattamento i pazienti erano completamente vestiti, seduti su una sedia o distesi su un letto. È stato eseguito un massimo di quattro trattamenti durante quattro distinte sedute di chemioterapia. Ciascun trattamento Reiki durava circa 30 minuti.

Tutti i 118 pazienti sono stati sottoposti ad almeno una seduta di Reiki, 61 (48%) hanno ricevuto 2 trattamenti, 37 ne hanno ricevuti 3 e 22 (17%) ne hanno ricevuti 4, per un totale di 238 sedute terapeutiche.

Al termine della seduta, i punteggi VAS relativi a dolore e ansia sono stati registrati insieme a una descrizione delle sensazioni fisiche percepite dai pazienti durante la seduta, come caldo/freddo, rilassamento/stress, benessere/disagio, riferendo gli eventuali siti specifici.

I risultati dello studio

L'ansia è stata annotata come valore baseline nel 78% dei casi (punteggio VAS medio 6,3); il 10% aveva ricevuto preliminarmente una terapia di controllo dell'ansia. Un punteggio VAS >5 per l'ansia è stato registrato nel 47% dei casi prima e nel 14% dopo la prima seduta di trattamento; l'86% dei pazienti risultava non avere ansia prima ed il 14% dopo la quarta seduta di trattamento. Statisticamente sono stati osservati cambiamenti significativi nei valori medi dell'ansia prima e dopo ciascun trattamento.

L'83% dei pazienti ha riferito dolore nel colloquio iniziale con gli operatori Reiki. Un punteggio VAS relativo al dolore >5 è stato riferito dal 42% prima e dal 17% dei pazienti dopo la prima seduta. Tra i

pazienti che hanno ricevuto 4 trattamenti Reiki, il 28% ha registrato un punteggio VAS >5 prima della seduta e solo il 9% ha registrato un punteggio VAS >5. Cambiamenti sono stati osservati nei punteggi VAS medi relativi al dolore prima e dopo la prima, seconda e terza seduta di trattamento Reiki.

In un'ulteriore analisi del sottogruppo di 22 pazienti sottoposti ad un intero ciclo di 4 sedute di Reiki, il punteggio VAS medio relativo all'ansia è sceso da 6,77 a 2,28 dopo 4 trattamenti, e questa riduzione era statisticamente significativa; il punteggio VAS medio relativo al dolore è sceso da 4,4 a 2,32.

Infine, al termine di ciascuna seduta di trattamento, ai pazienti sono state poste domande riguardanti la loro percezione di caldo, freddo, rilassamento, stress, benessere e disagio.

Nel complesso le sedute sono state considerate utili per migliorare benessere (70%), rilassamento (88%), sollievo dal dolore (45%), qualità del sonno (34%) e per ridurre l'ansia.

Lo studio è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

I benefici del Reiki nel travaglio e nel parto



Il **Reiki** è un ottimo strumento per accompagnare naturalmente non solo il periodo della **gravidanza**, ma anche il momento del parto e della nascita del bambino. La sua capacità di rilassare profondamente il corpo e la mente aiuta a gestire lo stress di questo momento così unico e delicato. Il Reiki favorisce il riequilibrio e lo scioglimento degli aspetti traumatici legati alla nascita, che se irrisolti possono influenzare i comportamenti futuri del **neonato**, anche in età adulta.

I dati sulle nascite negli Stati Uniti

(Fonte: The Monthly Aspectarian Ottobre 2010) sono piuttosto allarmanti:

- Oltre il 90% di tutti i bambini negli Stati Uniti nascono con farmaci (ad esempio narcotici da epidurali, Pitocin, paracetamolo, ...).
- Il tasso di parto cesareo è salito per il dodicesimo anno consecutivo fino al 32,3% di tutte le nascite.
- L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) afferma che nessuna regione del mondo dovrebbe avere una percentuale di taglio cesareo superiore al 10-15%.
- Una ricerca sui costi di nascita mostra in media che un taglio cesareo costa 5000/7000\$ in più rispetto a un parto naturale (alcune fonti affermano che addirittura costa il doppio).
- Circa il 50% delle donne usa l'epidurale durante il parto.

Perché le anestesie epidurali sono così richieste? Per la paura del dolore.

A differenza dei nostri antenati che sono nati a casa, ci siamo allontanati dalla

naturalità della nascita che adesso viene spesso considerata un'emergenza medica. Il padre del parto naturale, Grantly Dick-Read, nel suo libro *Child-birth Without Fear*, spiega che il dolore alla nascita è causato dalla paura. La paura limita la circolazione del sangue nell'utero e questo provoca dolore. La sua ricerca ha dimostrato che le donne meno predisposte alla paura provavano meno dolore durante il parto. Il Reiki rilassa profondamente il corpo e, quando viene usato durante il travaglio e il parto, i picchi di energia vengono percepiti più come una sorta di "spremitura intensa", che come un dolore acuto.

Alcuni studi sull'applicazione del Reiki al parto

Uno studio pubblicato nel 2015 su Pain management nursing (rivista ufficiale dell'American Society of Pain Management Nurses) ha indagato **l'effetto del Reiki** su dolore, ansia e parametri emodinamici nei 2 giorni successivi al parto cesareo.

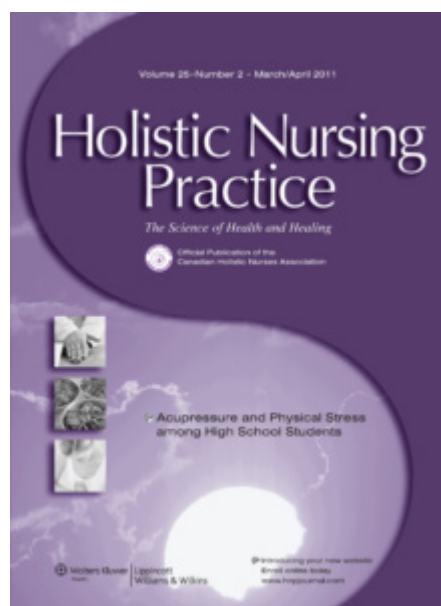
Lo studio si è svolto tra febbraio e luglio 2011 presso l'Unità ostetrica dell'Ospedale pubblico Odemis ad Izmir in Turchia. Novanta pazienti sono state assegnate in modo casuale ad un gruppo Reiki o a quello di controllo (riposo senza trattamento). Il trattamento è stato realizzato ad entrambi i gruppi nelle 24 ore prima e nelle 48 ore dopo il parto per un totale di 30 minuti in 10 aree del corpo per 3 minuti ciascuna. È emersa una differenza statisticamente significativa tra i due gruppi nel tempo dimostrando che l'utilizzo dei trattamenti Reiki riduce l'intensità del dolore, il valore dell'ansia e la frequenza respiratoria, così come la necessità e il numero di analgesici. Nello studio l'applicazione del Reiki come intervento infermieristico viene raccomandata come metodo per alleviare il dolore

e l'ansia nelle donne dopo il parto cesareo.

Un altro studio pubblicato su "Holistic nursing practice" nel 2016 ha esplorato gli effetti sul dolore e sui segni vitali del trattamento Reiki applicato dopo un parto cesareo .

A 45 pazienti è stato realizzato un trattamento Reiki di 15 minuti sull'area di incisione del corpo nelle prime 24/48 ore dopo l'operazione ed entro 4-8 ore dall'applicazione di analgesici. È emersa una riduzione del dolore di oltre il 76% nelle pazienti del gruppo Reiki ed è stato osservato che il gruppo Reiki utilizzava meno analgesici (e ne aveva bisogno dopo un tempo più lungo rispetto ai gruppi di controllo).

L'effetto del Reiki su dolore e ansia in donne con isterectomia: uno studio



Uno studio dimostra l'effetto po-

sitivo dei trattamenti Reiki sul dolore e l'ansia delle donne che hanno subito un'isterectomia.

Nel 2006 la rivista *Holistic nursing practice* ha pubblicato lo studio **"The effect of Reiki on pain and anxiety in women with abdominal hysterectomies: a quasi-experimental pilot study"** avente lo scopo di confrontare l'impatto del **Reiki** sui livelli del dolore e dell'ansia di stato in 2 gruppi di donne dopo l'isterectomia addominale.

Metodologia

È stato utilizzato un disegno quasi sperimentale nel quale le partecipanti (donne con isterectomia pianificata e addominale) sono state assegnate a caso al gruppo sperimentale (n°10) o di controllo (n°12). Le donne che avevano una diagnosi di carcinoma sono state escluse a causa dello stato di ansia atteso. Tutte le informazioni contenute nello studio sono state deidentificate da un codice per proteggere la riservatezza della paziente. Il gruppo di controllo ha ricevuto assistenza infermieristica tradizionale per tutta la durata del soggiorno. Il gruppo sperimentale ha ricevuto l'assistenza infermieristica tradizionale più 3 trattamenti Reiki a intervalli temporizzati (nella sala operatoria dello stesso giorno assegnata dal paziente, 24 ore dopo l'intervento e 48 ore postoperatoriamente per 30 minuti nella stanza del paziente). L'obiettivo era di riportare l'energia del corpo in uno stato di equilibrio, aumentando così la sua naturale capacità di autoguarigione. I trattamenti Reiki sono stati realizzati da **infermiere con il terzo livello Reiki**. Le posizioni delle mani erano standardizzate e supervisionate da un infermiere master reiki

Raccolta dati

Il primo strumento utilizzato è stato il

questionario sull'ansia di stato (STAI). Lo STAI è progettato per differenziare tra la condizione temporanea dell'ansia di stato e la qualità più generale e di lunga durata negli adulti. La scala valuta i sentimenti di apprensione, tensione, nervosismo, che aumentano in risposta al pericolo fisico e allo stress psicologico al momento dello stress.

Risultati

I trattamenti Reiki sembravano influenzare il dolore postoperatorio per almeno 24 ore, ma l'effetto a 48 e 72 ore era discutibile. Il Reiki sembrava non avere alcun effetto sull'uso di Toradol immediatamente dopo l'intervento chirurgico.

Tuttavia, il gruppo di controllo ha continuato a utilizzare Toradol per un periodo di tempo più lungo. Il gruppo Reiki ha gestito meglio il dolore e non richiedeva alcun medicinale per il dolore episodico nel periodo postoperatorio. Infine, emerge la differenza nell'ansia di stato nel gruppo Reiki. Un risultato secondario era che la durata dell'intervento era più lunga per il gruppo di controllo anche se tutti i pazienti ricevevano lo stesso protocollo di anestesia. Le conversazioni con le pazienti hanno rivelato verbalizzazioni di effetti di rilassamento più pronunciati per le sessioni preoperatorie di Reiki (diverse partecipanti hanno riferito di essersi addormentate dopo la sessione di Reiki preoperatoria, confermata dalle infermiere della sala operatoria e dal chirurgo).

Conclusioni

La quantità di prove empiriche disponibili sull'effetto dell'uso del Reiki è limitata, ma in crescita. Questo studio ha dimostrato gli effetti favorevoli del Reiki in un numero limitato di donne (n°22) che hanno avuto l'isterectomia tramite l'approccio tradizionale addominale. Gli autori suggeriscono che questo studio possa essere replicato con una popolazione più

ampia e con l'aggiunta di un fattore qualitativo fenomenologico per le percezioni dei partecipanti del Reiki per il dolore e la gestione dell'ansia.

Lo studio è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

[Holist Nurs Pract.](#) 2006 novembre-dicembre; 20 (6): 263-72; quiz 273-4.

L'effetto del Reiki sul dolore e l'ansia nelle donne con isterectomia addominale: uno studio pilota quasi-sperimentale.

[Vitale AT](#)¹, [O'Connor PC](#).

Lo scopo di questo studio pilota era di confrontare i rapporti di dolore e i livelli di ansia di stato in 2 gruppi di donne dopo isterectomia addominale. È stato utilizzato un progetto quasi sperimentale in cui il gruppo sperimentale (n = 10) ha ricevuto cure infermieristiche tradizionali più tre sessioni di Reiki di 30 minuti, mentre il gruppo di controllo (n = 12) ha ricevuto cure infermieristiche tradizionali. I risultati hanno indicato che il gruppo sperimentale ha riportato meno dolore e ha richiesto un minor numero di analgesici rispetto al gruppo di controllo. Inoltre, il gruppo sperimentale ha riportato meno ansia di stato rispetto al gruppo di controllo sulla scarica a 72 ore dopo l'intervento. Gli autori raccomandano la replica di questo studio con una popolazione simile, come

ad esempio le donne che richiedono consegne di cesarei non di emergenza.

Ai neonati ed ai bambini piace il Reiki!



Molti mamme e papà si domandano se il Reiki può essere utilizzato con i bambini molto piccoli e soprattutto se ci sono controindicazioni particolari. Il Reiki è molto gradito dai neonati! L'effetto riequilibrante e calmante del Reiki è ottimo per tutte le piccole nuove vite, non solo per i nati prematuri o con esigenze speciali. La gravidanza ed il parto possono essere momenti molto intensi e la disarmonia e il disequilibrio in queste circostanze possono influire negativamente sul proseguimento della propria vita.

I neonati sono naturalmente aperti all'energia.

A differenza degli adulti e dei bambini più grandi che possono temere o rifiutare approcci innovativi all'autoguarigione, i neonati non hanno sviluppato pregiudizi verso la tecnica Reiki. Proprio per questa apertura e per le loro ridotte dimensioni spesso sono sufficienti sessioni Reiki più brevi rispetto a quelle per gli adulti. In ogni caso, loro stessi ci faranno capire quando è il momento di interrompere

e per il funzionamento stesso del Reiki (quando si parla di ri-equilibrare non è possibile eccedere nelle dosi) non vi sono controindicazioni.

I benefici del Reiki per i neonati
I bambini possono iniziare a beneficiare del Reiki fin da quando sono ancora nella pancia della madre durante la gravidanza con grande vantaggio per entrambi.

Successivamente il trattamento Reiki nei primi minuti di vita potrà aiutarli a superare il trauma del parto e a ripristinare l'equilibrio dopo un'esperienza che per tutti è molto intensa. Alcuni bambini sperimentano il Reiki per la prima volta nell'incubatrice dell'ospedale, in modo da ridurre lo stress associato al dolore, alla malattia e al continuo ronzio dei respiratori e di altre apparecchiature mediche. Il Reiki è particolarmente utile per i neonati prematuri, può aiutare questi pazienti più piccoli a rilassarsi, migliorando la loro capacità di far fronte allo stress di essere ospedalizzati e separati dalla mamma per i primi preziosi giorni della loro vita.

Il Reiki può aiutare i bambini in tutti quei piccoli e grandi problemi dei loro primi mesi di vita:

- problemi relativi al sonno
- ansia da separazione
- coliche e problemi digestivi
- dolore legato alla dentatura
- problemi all'apparato respiratorio e primi malanni come il raffreddore
- peso al di sotto della norma

I neonati possono beneficiare notevolmente dei trattamenti Reiki, e così anche le loro famiglie. C'è una pesante sensazione di impotenza quando un bambino

malato piange a casa o in ospedale. Il Reiki può aiutare i neonati a ridurre il pianto e l'agitazione in un modo da calmare anche i genitori spaventati. Guardare un bambino che si rilassa durante il trattamento Reiki può calmare tutta la famiglia. I bambini sono straordinariamente sensibili allo stress dei genitori e rispondono positivamente quando vedono i loro genitori rilassarsi. [In questo modo, grazie al Reiki, si riesce a innescare un meccanismo virtuoso di rilassamento dell'intero "sistema famiglia".](#)

Reiki per i neo-genitori

Essere genitore o diventarlo per la prima volta può essere un'esperienza particolarmente stressante. La mancanza di sonno e l'attenzione costante possono aggiungere ai momenti felici anche un bel po' di stanchezza mentale e fisica. Il Reiki può rappresentare un grande supporto per i neogenitori. Per questo, al di là dello sperimentare trattamenti Reiki per sé e per i propri piccoli, la scelta più proficua può essere proprio quella di frequentare un [Corso Reiki di Primo Livello](#), rendendosi autonomi e potendo poi realizzare in prima persona i trattamenti Reiki per i propri piccoli (e a sé stessi nei momenti di stress e stanchezza).

Il Reiki per i neonati fragili o malati

È possibile realizzare trattamenti Reiki tenendo il bambino in braccio o avvicinandosi all'incubatrice. Il [Reiki](#) è un'ottima tecnica per i neonati troppo fragili e deboli che hanno bisogno di trattamenti frequenti e costanti. I trattamenti Reiki sono molto utili per i bambini prematuri e per quelli che hanno iniziato la loro vita in modo molto "faticoso". Il trauma e lo stress di essere un bambino malato potrebbero provocare vari tipi di squilibrio in relazione al bisogno di sopravvivenza,

ma anche rispetto alle emozioni, alla volontà, alle relazioni, alla comunicazione, alla creatività. Trattamenti Reiki specifici possono essere utili per quei bambini che hanno subito dolori o altri blocchi energetici in punti specifici.

Di seguito alcuni studi sull'applicazione del Reiki a neonati in difficoltà:

Laura Duckett, insieme a Deborah Ringdal tra il 2008 e il 2009 hanno ottenuto una borsa di studio presso la **University of Minnesota** per indagare gli **effetti del Reiki in neonati prematuri**: "Testing feasibility, acceptability, and safety of Reiki touch for premature infants". Le ricercatrici hanno testato la fattibilità, accettazione e sicurezza del reiki nel reparto di ostetricia con un campione di 10 neonati nati a 28-33 settimane di gestazione. I neonati hanno ricevuto trattamenti quotidiani di 15 minuti per 10 giorni a partire dal 7^a-14^a giorno di vita. Il battito cardiaco, la frequenza respiratoria, la saturazione di ossigeno e lo stato complessivo di benessere sono stati misurati prima, durante e dopo i trattamenti per valutare la risposta e la sicurezza. Sono stati raccolti ulteriori dati relativi alle madri, alla gestazione e agli stessi neonati per descrivere il campione. Lo studio dimostra che il reiki su neonati prematuri è una tecnica sicura che non incide negativamente sui neonati .

I bambini nati da madri tossicodipendenti presentano spesso i sintomi della sindrome da astinenza neonatale (NAS) entro 24-72 ore dalla nascita. Il trattamento del NAS include il monitoraggio dei sintomi di astinenza, la gestione dei parametri fisiologici e l'uso di trattamenti di supporto e farmacologici. Sebbene esistano alcuni studi randomizzati e controllati, gli studi sull'intervento di supporto sono generalmente limitati da campioni di

dimensioni ridotte, rapporti di case study, opinioni di esperti e design descrittivo. Pochi studi affrontano la sicurezza del Reiki per i neonati a rischio di NAS utilizzando parametri neonatali. Uno studio pilota realizzato presso il **MetroHealth Medical Center a Cleveland (Ohio)**, "Safety of Reiki Therapy for Newborns at Risk for Neonatal Abstinence Syndrome", pubblicato da Rosanne Marie Radziewicz, Sandra Wright-Esber, Julie Zupancic, Deb Gargiulo e Patricia Woodall su *Holistic Nursing Practice* a gennaio 2018, affronta la fattibilità e dimostra che il Reiki è sicuro quando somministrato a questa popolazione ad alto rischio .

E quando i neonati crescono il Reiki può continuare ad accompagnarli

ILaura Duckett, insieme a Deborah Ringdal tra il 2008 e il 2009 hanno ottenuto una borsa di studio presso la **University of Minnesota** per indagare gli **effetti del Reiki in neonati prematuri**: "Testing feasibility, acceptability, and safety of Reiki touch for premature infants". Le ricercatrici hanno testato la fattibilità, accettazione e sicurezza del reiki nel reparto di ostetricia con un campione di 10 neonati nati a 28-33 settimane di gestazione. I neonati hanno ricevuto trattamenti quotidiani di 15 minuti per 10 giorni a partire dal 7^a-14^a giorno di vita. Il battito cardiaco, la frequenza respiratoria, la saturazione di ossigeno e lo stato complessivo di benessere sono stati misurati prima, durante e dopo i trattamenti per valutare la risposta e la sicurezza. Sono stati raccolti ulteriori dati relativi alle madri, alla gestazione e agli stessi neonati per descrivere il campione. Lo studio dimostra che il reiki su neonati prematuri è una

tecnica sicura che non incide negativamente sui neonati.



Benefici del Reiki per bambini ed adolescenti

Reiki è una tecnica molto adatta non solo per i neonati e bambini molto piccoli, ma anche nel periodo successivo, quello prescolare e scolare, in quanto aiuta il bambino ad affrontare le fasi della crescita che accompagnano il suo sviluppo dai 4 ai 7 anni. Contribuisce a rafforzare l'autostima e ad affrontare tutti quei piccoli e grandi problemi della quotidianità come l'inserimento a scuola. Può essere di supporto per elaborare i cambiamenti oppure le difficoltà nello sviluppo delle relazioni sociali esterne alla cerchia familiare. Aiuta a superare problemi di stanchezza, svogliatezza, concentrazione nello studio e prepara il bambino ad entrare nella successiva fase della pubertà.

Ebbene sì, anche i bambini vivono nello stress: insicurezza, litigi, separazioni, bullismo. Con il Reiki però i bambini possono gestire i loro traumi giorno per giorno, via via che si presentano, invece che aspettare l'età adulta lasciandoli cronicizzare.

Per i bambini le difficoltà non mancano: situazioni familiari tese, l'arrivo di un fratello o sorella, la separazione dei genitori, lutti, la difficoltà legate alla scuola, ferite e paure che gli adulti non sospettano nemmeno. Il Reiki può dare loro la forza per superare le difficoltà con serenità ed equilibrio. Può aiutarli a rilassarsi diventando la loro abitudine serale per addormentarsi. Può essere un rifugio contro le paure e le angosce. Le può prevenire. Non solo, il Reiki rappresenta un vero e proprio toccasana anche per tutti quei piccoli e frequenti incidenti tipici dei bambini di quell'età.

Il Reiki nei bambini gravemente ammalati

Il Reiki si è dimostrato utile anche per supportare bambini affetti da patologie gravi o croniche. Uno studio pilota pubblicato su "The American journal of hospice & palliative care" nel 2017 ha esaminato la fattibilità, l'accettabilità e gli effetti dei trattamenti Reiki su dolore, ansia e rilassamento di bambini che ricevono cure palliative. 16 bambini dai 7 ai 16 anni sono stati reclutati da un servizio di cure palliative ed hanno ricevuto a domicilio 2 sessioni di Reiki di 24 min ciascuna (con misurazioni pre-post). I risultati indicano che il Reiki ha ridotto il dolore, l'ansia, la frequenza respiratoria.

Il Reiki migliora il rapporto genitori-figli

Un altro effetto del Reiki è quello di av-

vicinare genitori e figli, permettendo di "aver cura" reciprocamente attraverso i trattamenti. Per questo è fortemente auspicabile che il genitore frequenti un [Corso Reiki di Primo Livello](#).

Le situazioni che possono venirsi a creare all'interno della famiglia sono molteplici. Quella più frequente è la presenza di uno o entrambi i genitori che fanno Reiki ai loro figli.

Importante è non forzare mai un bambino a sottoporsi ad un trattamento Reiki quando non lo desidera e creare un ambiente idoneo che lo metta a proprio agio. Una possibile modalità di far avvicinare un bambino ai trattamenti Reiki è farlo assistere ad una sessione (magari realizzata da un genitore operatore Reiki al coniuge). Non è raro sentirgli dire ad un certo punto "Quando tocca a me?".

Il Reiki per gli adolescenti

I media segnalano il costante aumento dello stress e dell'ansia nei bambini e negli adolescenti mentre combattono le pressioni dei pari e delle prove della vita che sono costantemente chiamati ad affrontare. Uno dei maggiori problemi per i ragazzi di oggi è mantenere un comportamento accettabile mentre si affrontano ansie, paure, emozioni, pressioni dei coetanei e pressioni educative. Inoltre, disturbi come infezioni dell'orecchio, infezioni respiratorie, asma e disturbi gastrointestinali, diabete di tipo 2, che un tempo affliggevano solo gli adulti, si stanno estendendo anche a bambini e ragazzi.

Il pediatra newyorkese Lawrence Palevsky, presidente dell'American Holistic Medical Association e dell'Holistic Pediatric Association, ha introdotto il Reiki come una componente preziosa per il trattamento di ADHD (disturbo da deficit di attenzione), asma e sindrome dell'in-

testino irritabile. Palevsky ha evidenziato che il Reiki riesce ad intervenire sugli aspetti emotivi ed a fortificare i ragazzi con uno strumento in grado di facilitare l'autoregolazione. Anche secondo Pamela Miles "il Reiki è perfetto per gli adolescenti perché non devono parlare. È raro che gli adolescenti vogliano dire i loro problemi a chiunque non abbia la loro età".

La pratica del tocco energetico influenza gli organismi presenti nell'ambiente: uno studio

Il tocco energetico modifica e altera anche il campo di coscienza di un altro organismo vivente non umano presente solo come testimone (non oggetto di alcuna intenzione diretta).

Nel 2003 la rivista *Alternative therapies in health and medicine* ha pubblicato la ricerca "**The search for a biosensor as a witness of a human laying on of hands ritual**" nella quale viene esplorata la possibilità che il tocco energetico influenzi gli organismi nell'ambiente circostante.

La guarigione intenzionale mediante l'imposizione delle mani è una terapia complementare molto popolare. Le precedenti ricerche su questo tipo di pratica sono state focalizzate sull'influenza dell'imposizione intenzionale delle mani sul paziente (o comunque su un modello biologico).

Roeland Van Wijk (Facoltà di Biologia alla Utrecht University nei Paesi Bassi) e Eduard P.A. Van Wijk (International Institute of Biophysics a Neuss in Germania) hanno esplorato invece la possibilità che l'atto di guarigione mediato dalla coscienza durante un rituale paziente-operatore modifichi e alteri anche il campo di coscienza di un altro organismo vivente non umano presente solo come testimone (non oggetto di alcuna intenzione diretta).

In questo caso l'organismo era un'alga verde molto diffusa, l'[Acetabularia](#), di cui sono state misurate le radiazioni attraverso un dispositivo automatico per la misurazione delle emissioni ultra-deboli di fotoni collocato nell'edificio in cui un operatore esperto (molto conosciuto nei Paesi Bassi) ha realizzato 36 sessioni di trattamenti con i suoi pazienti in 7 giorni. Le principali misurazioni realizzate sono state il numero e la periodicità del conteggio dei fotoni.

I dati sono stati ottenuti in condizioni rigorosamente controllate. Allo stesso tempo le circostanze sperimentali erano identiche alla pratica, dove operatore e paziente si sentono familiari e si incontrano per il rituale di guarigione. Né l'operatore né il paziente erano a conoscenza della registrazione automatica dell'emissione di fotoni delle cellule di acetabularia e non erano disturbati dallo sperimentatore.

L'analisi dei **risultati** mostra che le distribuzioni del conteggio dei fotoni mostrano alcuni notevoli alterazioni durante i trattamenti effettuati dall'operatore sul paziente. I dati suggeriscono che durante la sessione si verifichi uno spostamento delle componenti cicliche dell'emissione di fotoni.

L'importanza dell'esperimento sta nella possibilità di verificare su base quantitativa

va l'influenza delle pratiche di guarigione intenzionale sulla fisiologia degli organismi viventi.

Lo studio è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

• **Gli effetti del Reiki sui parametri biologici dello stress: uno studio**



- Nel 2001 la rivista *Journal of advanced nursing* ha pubblicato l'articolo "**Biological correlates of Reiki Touch(sm) healing**". Lo scopo di questo studio era quello di testare gli effetti del [Reiki](#) relativamente ai livelli di rilassamento e stress. La ricerca è stata realizzata da Wardell DW e Engebretson J. (School of Nursing, University of Texas USA).
- Lo studio è stato condotto nel 1996 e ha coinvolto l'esame degli effetti fisiologici e biochimici dovuti a 30 minuti di trattamento Reiki su un campione di 23 soggetti sostanzialmente sani.
I parametri biologici relativi alla risposta allo stress che sono stati misurati sono i seguenti: stato di ansia, IgA e cortisolo salivare, pressione arteriosa, risposta galvanica della pelle (GSR), tensione

muscolare e temperatura della pelle.

I dati sono stati raccolti prima, durante e subito dopo la seduta di Reiki.

Confrontando le misurazioni pre/post, l'ansia è stata significativamente ridotta, i livelli di IgA salivari (immunoglobuline) sono aumentati in modo significativo, c'è stato un calo significativo della pressione arteriosa sistolica, la modifica del cortisolo salivare non è risultata invece statisticamente significativa.

- I **risultati** suggeriscono cambiamenti biochimici e fisiologici nella direzione del rilassamento (concettualizzato come il contrario dello stress). Gli autori hanno anche riconosciuto alcune lacune nello studio, come la mancanza di un gruppo di controllo, e l'aver utilizzato una sola sessione di Reiki. Tuttavia, il numero di partecipanti era superiore ai 14 che è stato giudicato il limite critico per il raggiungimento di qualsiasi risultato significativo. Lo studio è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

Studi sull'uso del Reiki nel trattamento delle dipendenze da alcol e droga



Il **Reiki** è utile nel trattamento delle dipendenze da droga e alcol come dimostrano 2 studi realizzati in Australia in programmi di cura residenziali.

I risultati suggeriscono miglioramenti dello stato di salute in particolare durante le prime settimane dalla sospensione dell'uso di droga. Ulteriori prove suggeriscono che i trattamenti accelerano il processo di disintossicazione, che il processo è facilitato da intuizioni avute dai destinatari durante il trattamento e che la pratica del Reiki favorisce la partecipazione alle sedute di terapia di gruppo e riduce gli attacchi di depressione durante il ritorno alla vita sociale. Ecco tutti i dettagli delle ricerche.....

Lo studio del 1995

Nel 1995 [Geraldine Milton](#) (ex Senior Lectur in infermieristica all'Università Monash di Melbourne, esperta in terapie complementari ed insegnante di terapie del tocco) ed Eileen Chapman (Reiki Master) presentano la relazione **"The benefits of Reiki treatment in drug and alcohol rehabilitation programs"**

alla conferenza "Pathways to Healing: Enhancing life Through Complementary Therapies" del Royal College of Nursing ([testo completo](#)).

Lo studio presenta gli **esiti dei trattamenti Reiki ricevuti nel corso di 2 anni dai pazienti di un programma di riabilitazione residenziale** a Melbourne per disintossicarsi dalla droga. I risultati complessivi indicano che i miglioramenti della salute per i residenti che hanno ricevuto il Reiki sono stati notevoli, in particolare durante le prime difficili settimane di astinenza.

Il Reiki sembra indurre ad esempio una risposta di rilassamento profondo in un breve lasso di tempo con quasi tutti i destinatari. Questo rilassamento può durare per un periodo prolungato di tempo e di solito è associato ad una riduzione di ansia, tensione e aggressività. I destinatari dei trattamenti Reiki esprimono emozioni di 'pace' e 'benessere', con una maggiore capacità di dormire dopo il trattamento. Questo è un vantaggio molto significativo per i residenti durante le prime fasi di astinenza nelle quali i disturbi del sonno sono un problema comune. Sono emerse inoltre alcune prove che il Reiki possa accelerare il processo di disintossicazione e molti residenti hanno riferito di sentirsi davvero "eccitati" dopo aver ricevuto il trattamento Reiki. Una scoperta interessante (verificatasi solo durante il trattamento Reiki rispetto alle altre terapie complementari), sono state le "immagini" e "visioni" sperimentate dai destinatari in modo del tutto spontaneo (non indotte o interpretate dal medico). Queste immagini possono facilitare il processo terapeutico in quanto hanno un significato importante per il paziente e portano a intuizioni personali. Il Reiki ha dimostrato di aiutare i pazienti con dolori fisici e disagi fisici che diven-

tavano manifesti durante la disintossicazione (causati entrambi dagli effetti collaterali dell'astinenza e dall'emersione di dolori dovuti a infortuni, denti guasti, ecc precedentemente mascherati dal consumo di droghe).

Il personale della clinica ha commentato che il Reiki è:

1. efficace per coloro che necessitano di tempo ed attenzioni particolari;
2. calmante per quelli affetti da tremori;
3. vantaggioso per i pazienti la cui mente funziona "in velocità" con rapidissimi pensieri in successione continua che necessitano di calma e pace;
4. utile per coloro che si sentono bene ma che desiderano stare meglio.

Dopo il programma iniziale di astinenza della durata di 2-3 settimane, i residenti sono stati trasferiti da Melbourne a Parkenham, una comunità terapeutica in una zona di campagna di Victoria. Ventisette residenti nel corso dell'ultimo anno hanno intrapreso il **Corso di Reiki di primo livello**, che ha permesso loro di effettuare auto-trattamenti Reiki e realizzare trattamenti ad altri.

I risultati indicano che coloro che hanno imparato la tecnica Reiki hanno affrontato meglio le sedute di terapia di gruppo e sono stati in grado di far fronte a periodi di depressione quando sono rientrati nella vita sociale.

Visti gli effetti benefici percepiti dai residenti e le esperienze personali con il Reiki anche il personale coinvolto nel programma ha espresso un forte desiderio di apprendere la tecnica Reiki.

Lo studio del 2002

Chapman e Milton hanno continuato a studiare gli effetti dei trattamenti Reiki sulle persone che presentano sintomi

di astinenza nel corso di un **periodo di dieci anni** presso il [Windana Society Drug and Alcohol Withdrawal Centre](#) a Melbourne. Hanno presentato lo studio "Reiki as an intervention in drug and alcohol withdrawal and rehabilitation" alla conferenza internazionale della World Federation of Therapeutic sottolineando l'efficace riduzione delle sollecitazioni fisiche e psicosociali che si verificano durante l'astinenza ed il recupero ([testo completo](#)).

Lo studio ha esplorato i **cambiamenti comportamentali** nei residenti dopo il trattamento Reiki. Circa la metà del personale ha notato un miglioramento: maggiore calma, rilassamento, capacità di dormire bene, chiarezza mentale. Per quanto riguarda l'atteggiamento dei residenti nei confronti del programma di riabilitazione e della vita in generale, il personale ha evidenziato nei pazienti una maggiore speranza e fiducia e la liberazione dalla percezione di sé come vittime della droga. Lo psicologo clinico, che ha visitato la clinica due volte, ha commentato: "... *Il trattamento Reiki sembra attivare un profondo cambiamento nella consapevolezza che permette ai pazienti di connettersi con gli aspetti del sé (mente e corpo) di norma non liberamente accessibili migliorando così l'autocomprensione*".

Lo studio ha esplorato anche gli effetti positivi del Reiki sulla **diminuzione del dolore** che è una delle ragioni per le quali alcune persone continuano ad usare droghe e hanno difficoltà a partecipare ai programmi di disintossicazione. Il sollievo dal dolore vissuto da molte delle persone in disintossicazione è un fattore che consente loro di rimanere nel programma e di fare scelte positive per il proprio futuro.

Anche il relax e la chiarezza mentale migliorano. I pazienti affermano che la mente pacificata ha permesso loro di pensare in modo chiaro e positivo. Alcuni equiparano gli effetti del Reiki a quelli della meditazione.

Per alcuni pazienti l'esperienza Reiki sembra portare con sé un **senso di protezione**: *“Ho cominciato a sentire che ero una bella persona e che mio nonno stava vegliando su di me”; “Avevo la sensazione che tutto stava andando bene”; “Mi sono sentito avvolto di tenerezza e gentilezza e che le cose brutte scomparivano”.*

E' emersa anche una **componente spirituale**. I pazienti riportano spesso l'esperienza di essere in un stato diverso da quello ordinario di consapevolezza – una esperienza completamente nuova che essi descrivono come profondamente rilassante – sinonimo di esperienza meditativa. Inoltre, i destinatari del Reiki nella clinica raccontano di aver sperimentato un certo grado di elevazione che si potrebbe equiparare con una esperienza spirituale. Alcuni riconoscono nell'esperienza del trattamento di Reiki uno stato che, in precedenza, necessitava del consumo di farmaci e droghe. Sono piacevolmente sorpresi di constatare che un certo tipo di stato può essere indotto da mezzi totalmente naturali. Un residente ha dichiarato: ***“Il Reiki è meglio di qualsiasi droga che abbia mai usato”.***

I benefici del Reiki in un paziente con grave neutropenia



I trattamenti Reiki aiutano un paziente affetto da epatite a tollerare le dosi di interferone nonostante la sua neutropenia.

Nel 2011 la rivista *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* (Vol. 17, n°12) ha pubblicato lo studio **“Benefits of Reiki therapy for a severely neutropenic patient with associated influences on a true random number generator”**. Nella ricerca viene evidenziato come i benefici del **Reiki** sono ormai documentati per quanto riguarda il sollievo dal dolore e la gestione dello stress ma è stata dimostrata anche la modifica dei marcatori biologici della malattia, come l'ematocrito (rapporto percentuale tra globuli rossi e plasma).

Tra l'altro, al di là di questo specifico studio riguardante un paziente con epatite, la **neutropenia causata dalla chemioterapia** è un problema non da poco che produce il rischio di morte in oltre il 10% dei pazienti, richiede di ridurre la dose di chemioterapia, costringe ad estendere

l'intervallo di amministrazione per aumentare le possibilità di concludere il trattamento, costringe a cucare la neutropenia stessa e aumenta i costi sanitari per l'ospedalizzazione.

Il metodo

Il paziente di questo studio specifico era un allora 54enne gravemente malato di epatite C1 e C2 che non aveva beneficiato di miglioramenti con le terapie convenzionali. Soffriva anche di obesità, sindrome metabolica, asma e ipertensione. E' stato trattato con alte dosi di interferone e ribavirina con conseguente anemia (scarsità di globuli rossi) e neutropenia grave (scarsità di neutrofili/globuli bianchi).

Inizialmente sono stati utilizzati trattamenti Reiki al paziente per migliorare il senso di benessere e alleviare l'ansia. Casualmente sono stati osservati effetti sul numero dei neutrofili nell'ematocrito del paziente. Le sessioni di Reiki sono state allora utilizzate col sopraggiungere della grave neutropenia per valutare il possibile effetto sul conteggio assoluto dei neutrofili (ANC). I trattamenti Reiki sono stati monitorati con un vero e proprio generatore di numeri casuali (RNG).

I risultati

Sono emerse relazioni statisticamente significative tra i trattamenti Reiki, un acquietarsi del rumore bianco creato elettronicamente dall'RNG e il miglioramento della neutropenia. Il risultato clinico immediato è stato che il paziente poteva tollerare alte dosi di interferone senza doverle ridurre a causa della neutropenia.

Le conclusioni

L'associazione tra cambiamenti dell'RNG, il Reiki e l'ANC del paziente è il primo studio esistente nella letteratura

medica. Sono previsti ulteriori studi futuri per valutare gli effetti dei trattamenti Reiki su specifici marcatori biologici della malattia. L'uso concomitante di un vero e proprio RNG può risultare in correlazione con l'efficacia della terapia energetica.

Cefalea, emicrania e mal di testa: ecco cosa può fare il Reiki



L'**emicrania** è un problema che interessa il 14% della popolazione mondiale. I numerosi studi condotti fino ad oggi non hanno chiarito i meccanismi alla base dell'emicrania che attualmente è considerata una patologia multifattoriale alla cui origine concorrono sia fattori ambientali che genetici. Il **Reiki**, che agisce in maniera sistemica su tutto l'organismo riequilibrandolo, può rappresentare un utile strumento complementare per il miglioramento dei sintomi nelle numerose persone che soffrono di mal di testa.

Il Reiki è una tecnica terapeutica non invasiva che può ridurre la frequenza delle emicranie, ridurre la gravità delle emicranie o alleviare il dolore durante un attacco di emicrania. Ecco alcuni degli effetti del Reiki sull'emicrania:

- Riduzione delle sensazioni di **stress**: lo stress è un precursore del mal di testa per molte persone che soffrono di emicrania. Ridurre il più possi-

bile lo stress evita che si verifichino emicranie legate allo stress. Gli studi hanno dimostrato che il Reiki riduce lo stress e induce sensazioni di rilassamento.

- Dolore meno intenso: Gli studi hanno anche dimostrato che le persone con varie condizioni dolorose sono suscettibili di riportare meno dolore dopo aver partecipato a sessioni di Reiki. Poiché il dolore è la caratteristica distintiva delle emicranie, è ovvio che la riduzione delle sensazioni di dolore è molto utile per chi ne soffre.
- Miglioramento dell'umore: l'emicrania e la depressione spesso vanno di pari passo. Il Reiki può migliorare l'umore delle persone che sono inclini all'emicrania, il che a sua volta può ridurre la probabilità di futuri attacchi di emicrania.

Dal 2000 al 2004 la dott.ssa Luisa Merati ha coordinato un progetto di ricerca sull'efficacia del Reiki nella terapia dell'emicrania presso l'Ospedale S. Carlo Borromeo di Milano intitolato "Le tecniche di rilassamento come trattamento integrativo nella cura del dolore". Scopo principale dello studio è stato quello di verificare se il Reiki, in supporto alla terapia farmacologia convenzionale, è in grado di ridurre la frequenza di attacchi di emicrania, l'intensità e la durata del dolore, migliorare la qualità di vita del soggetto sofferente di emicrania ma anche ridurre il numero di giornate lavorative perse ed il ricorso a prestazioni sanitarie. Lo studio ha valutato tre momenti: basale, alla conclusione del ciclo Reiki, a mesi dalla conclusione del ciclo Reiki (follow up) ed è stato composto da 8

trattamenti completi Reiki, effettuati a cadenza settimanale (due mesi di trattamento).

Emerge che il Reiki è un'ottima tecnica di rilassamento ed analgesia e che, in supporto alla terapia farmacologica convenzionale, è in grado di ridurre:

- la frequenza di attacchi di emicrania del 50%
- l'intensità e la durata di ciascun attacco
- la depressione che accompagna lo stato di malattia
- il numero di giornate lavorative perse e il ricorso a visite mediche

I benefici apportati da un ciclo di 8 sedute settimanali di Reiki si sono prolungati per almeno sei mesi dalla conclusione del ciclo stesso.

Presso lo stesso Ospedale, inoltre, è stata operativa un'iniziativa finanziata dalla Regione Lombardia nell'ambito del progetto "Osservazioni e valutazioni di procedure terapeutiche di medicina complementare".

I pazienti potevano accedere al Centro di Medicina Psicosomatica dell'Ospedale San Carlo Borromeo con impegnativa per visita c/o ambulatorio di Medicina Psicosomatica pagando le prestazioni secondo le tariffe del S.S.N. Alla prima visita faceva seguito una richiesta interna di un ciclo di otto visite durante le quali venivano praticate le sedute di Reiki a cadenza settimanale.

All'inizio e alla fine del trattamento erano praticati test psicodiagnostici e somministrati dei questionari per valutare l'andamento dei sintomi. I pazienti sono stati controllati dopo 6 mesi e un anno. I pazienti sono stati per la maggioranza donne, coniugate, di età media 37 anni ed alla fine del trattamento si sono dichiarate molto soddisfatte dell'esperienza.

Il trattamento reiki, ha indotto, nella quasi

totalità delle sedute, uno stato di rilassamento medio/profondo: questo dato è particolarmente interessante in quanto il paziente cefalgico, più di altri, incontra difficoltà ad abbandonare il controllo ed a lasciarsi andare.



Il Reiki per pazienti oncologici anziani in fase terminale: uno studio italiano

Reiki e cancro: uno studio dimostra gli effetti positivi del Reiki nel trattamento dei pazienti oncologici anziani con un tumore in fase terminale.

I benefici che il **Reiki** può portare agli anziani sono numerosi e l'adulto in età avanzata rappresenta un candidato ideale per la pratica di questa tecnica. Ci sono anche interessanti ricerche nelle quali il Reiki è stato impiegato per alleviare i sintomi di una serie di gravi patologie negli anziani. Nel **2005** la Rivista Italiana di Cure Palliative ha

pubblicato l'articolo "**Il Reiki nell'assistenza infermieristica al paziente anziano con neoplasia avanzata**" riguardante lo studio condotto dall'UOC di Onco-Geriatria dell'Istituto Geriatrico "Pio Albergo Trivulzio" di Milano.

Dalla ricerca emerge che il Reiki è efficace nel contribuire ad alleviare i sintomi della malattia, migliora la qualità di vita e può essere utilizzato a complemento delle terapie analgesiche farmacologiche perché in grado di fornire sollievo psicologico anche nell'ammalato in fase terminale.

A parere degli infermieri del reparto oncogeriatrico, **il Reiki è risultato molto gradito ai pazienti per i seguenti motivi:**

- **dal punto di vista fisico** il trattamento Reiki svolge un'azione rilassante sciogliendo le tensioni emotive, regolarizza la pressione arteriosa e il battito cardiaco, distende la muscolatura contratta con un buon effetto analgesico finale ed inoltre ricarica energeticamente;
- **dal punto di vista emozionale** il trattamento Reiki riporta in contatto con i propri sentimenti, contribuisce a rasserenare le situazioni intricate, sostiene le relazioni, aiuta a vivere più intensamente il presente, aumenta l'accettazione della malattia e predispone positivamente verso il futuro;
- **dal punto di vista mentale** il trattamento Reiki riporta chiarezza, lucidità e può risvegliare l'interesse per l'esistenza nonostante la malattia e la sofferenza;
- **aumenta la consapevolezza di**

sé e conseguentemente la capacità di riconoscere ed esprimere la propria verità anche nelle situazioni più difficili

- **dal punto di vista spirituale** il trattamento Reiki induce uno stato di maggiore fiducia in se stessi e nella vita. Ci si sente parte di un tutto che scorre e fluisce, si ritrova la forza di pregare o di sperare

I vantaggi del Reiki si manifestano anche a carico dell'infermiere/operatore che tratta, in quanto il Reiki sostiene la relazione, riduce l'ansia nella cura, aumenta l'empatia e la comprensione per l'altro, sviluppa amore e compassione.

L'inserimento di Reiki nella formazione professionale dell'infermiere può offrire un utile mezzo per valorizzarne la professionalità, trasformando la "manipolazione" del paziente, a volte ruvida e veloce per necessità contingenti, in una vera e propria "terapia di contatto".

Il Reiki come terapia complementare in un paziente ricoverato in hospice



Uno studio che descrive l'effetto dei trattamenti Reiki a un uomo di 70 anni con un cancro aggressivo ricoverato in hospice.

Nel 1997 la rivista American Journal of Hospice and palliative medicine ha pubblicato l'articolo "Reiki: a complementary therapy for life" che descrive l'effetto dei trattamenti Reiki ad un uomo ricoverato in hospice e curato con radiazioni e farmaci palliativi.

Nell'articolo Marlene Bullock (Hospice of the Valley a Phoenix in Arizona) racconta il caso di Tom, un paziente a cui era stato diagnosticato un cancro molto aggressivo e aveva ricevuto solo cure palliative. Al momento della diagnosi, i suoi sintomi suggerivano un'aspettativa di vita molto limitata.

Grazie ai trattamenti Reiki è stato in grado di raggiungere il suo obiettivo di liberarsi dal dolore che lo immobilizzava e dal gonfiore. Il comfort e la qualità della vita di Tom sono migliorati notevolmente, e questo gli ha permesso di convivere meglio con il suo cancro.

Il Reiki è stato associato a risultati incredibili per molti pazienti. L'importanza dell'intenzione del paziente durante i trattamenti Reiki non può essere sottovalutata.

Alcune tendenze generali osservate con il Reiki includono:

- periodi di stabilizzazione in cui c'è tempo per godersi gli ultimi giorni della propria vita;
- un passaggio sereno e calmo in prossimità della morte;
- sollievo dal dolore, dall'ansia, dalla dispnea e dall'edema.

Il Reiki è un valido complemento per supportare i pazienti nel loro percorso di fine vita, migliorando la qualità dei giorni che rimangono loro.

L'articolo è stato pubblicato anche su [PubMed](#).

Il progetto Reiki in Corsia presso gli Ospedali Riuniti di Foggia



Il progetto Reiki in corsia dell'Azienda Sanitaria di Foggia promuove l'inserimento e la diffusione del Reiki a supporto della medicina convenzionale.

Il progetto intende promuovere la diffusione, l'integrazione e l'inserimento del [Reiki](#) in ambito sanitario e sociale, nel trattamento a supporto e integrazione della medicina convenzionale agendo in modo da ridurre gli effetti collaterali di eventuali farmaci, ridurre il tempo del trattamento, ridurre o eliminare il dolore e contribuire ad aumentare un senso generale di ottimismo che giova alla cura nel suo complesso.

Per divulgare tale metodologia sono stati coinvolti medici, infermieri, personale degli sportelli sociali e sanitari della città di Foggia per informare la cittadinanza dell'uso di medicine complementari, quali il Reiki, nell'affiancare i classici percorsi di cure previsti dalla medicina ufficiale all'interno dell'Azienda Ospedaliera. Il referente del progetto è il Dott. Antonio Battista Direttore Sanitario dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria degli Ospedali Riuniti di Foggia.

Il progetto è stato realizzato da febbraio 2013 a dicembre 2014 (23 mesi) coinvolgendo 100 pazienti ricoverati.

Il costo dell'iniziativa è stato di 3000€ (a cura delle associazioni coinvolte) e l'A-

zienda Sanitaria ha messo a disposizione il personale interno e la struttura per la formazione.

Il progetto è tuttora in corso (Fonte: rete-cittasane.it).

Gli obiettivi

1. Incoraggiare ed aiutare le persone a condurre una vita semplice, armoniosa e consapevole attraverso la pratica del Reiki e l'applicazione dei suoi principi;
2. Migliorare i risultati del trattamento medico globale;
3. Promuovere la diffusione, l'integrazione e l'inserimento del Reiki in ambito sanitario e sociale a supporto ed integrazione della medicina convenzionale;
4. Valutare l'efficacia del Reiki nell'accompagnamento dei pazienti nelle diverse fasi della malattia;
5. Effettuare la raccolta dati nella cartella clinica dei pazienti per la tracciabilità dell'attività svolta e dei risultati ottenuti;
6. Promuovere e realizzare la diffusione e divulgazione dei dati e i risultati raccolti nell'uso del Reiki.

Le attività realizzate

- Attività di informazione e sensibilizzazione sui pazienti e sulla cittadinanza;
- Formazione del personale sanitario rivolto al personale sanitario;
- Trattamento Reiki sui pazienti dei seguenti reparti: pediatrico, geriatrico, reumatologico, ostetrico e oncologico;
- Realizzazione di un Master in Reiki e Medicine Complementari in collaborazione con l'Università di Foggia;

- Raccolta dati sullo stato fisico ed emotivo dei pazienti trattati con il Reiki inseriti nelle cartelle cliniche;
- Attività di valutazione dell'efficacia del Reiki nell'accompagnamento dei pazienti nelle diverse fasi della malattia;
- Coinvolgimento nell'applicazione delle tecniche Reiki dell'Accademia Discipline Bio Naturali SAMADHI che ha fornito i volontari nella fase della sperimentazione e Università Popolare SCIVIAS.

Risultati raggiunti

- Stato di rilassamento valutabile come "medio/profondo" ed uno stato di "benessere/grande benessere" ad ogni seduta nell'85-90% dei casi;
- Recupero più veloce dei pazienti sottoposti a trattamenti Reiki che porta a una riduzione della degenza e a una progressiva minor assunzione di farmaci e necessità di cure;
- La divulgazione del Reiki nella struttura ospedaliera si è rivelata un punto di forza, infatti, altri reparti dell'Azienda Ospedaliera hanno richiesto di essere coinvolti nell'applicazione del metodo;
- Aumento dei benefici nei malati cronici.

Risultati attesi in futuro

- Introdurre l'operatore Reiki all'interno della struttura ospedaliera a supporto dell'equipe di medici, psicologi e infermieri che lavora per prendersi cura del malato nella sua complessità;
- Offrire un supporto al trattamento psicologico delle emozioni legate alla malattia per contribuire a mi-

gliorare la qualità della vita del paziente nel suo iter terapeutico;

- Valorizzare l'esperienza dei primi due anni del progetto che ha evidenziato, nel malato oncologico, i benefici dei trattamenti Reiki;
- Utilizzare il Reiki quale trattamento integrativo alla terapia del dolore, potendo essere praticato in ogni situazione senza fare ricorso a strumenti e, pertanto, utilizzato come tecnica di supporto nelle equipe di cure palliative;
- Migliorare le relazioni tra paziente, famiglia, medico e personale sanitario;
- Migliorare la strategia di cura e riduzione della sofferenza;
- Incrementare del 50% il numero dei pazienti che richiedono trattamenti Reiki;
- Aumentare il numero degli operatori sanitari che utilizzano il Reiki nell'organizzazione attraverso un ulteriore corso di formazione.

Uno studio esplorativo di esperienze reiki in donne che hanno il cancro.

[Kirshbaum MN](#)¹, [Stead M](#)², [Bartys S](#)³.

OBIETTIVI:

Per esplorare le percezioni e le esperienze di reiki per le donne che hanno il cancro e identificare le misure di esito per uno studio di intervento.

METODI:

È stato condotto uno studio qualitativo trasversale di 10 donne che avevano ricevuto reiki dopo il trattamento del cancro. Le interviste sono state registrate, trascritte e codificate utilizzando l'analisi del framework.

RISULTATI:

I temi chiave identificati erano: comprensione limitata del reiki prima di ricevere qualsiasi reiki; rilascio di tensione emotiva durante i sentimenti reiki di un rilascio di energia, una liberazione della mente dal cancro, pace interiore / rilassamento, speranza, un senso di cura; esperienza di sensazioni fisiche durante il reiki, come sollievo dal dolore e formicolio; miglioramenti fisici, emotivi e cognitivi dopo il reiki, come un miglioramento del sonno, un senso di calma e pace, riduzione della depressione e una maggiore sicurezza di sé.

CONCLUSIONE:

I risultati suggeriscono che il reiki potrebbe essere uno strumento utile nell'auto-gestione dei problemi di qualità della vita per le donne che hanno il cancro.

Studi sul Reiki: le principali ricerche scientifiche sull'efficacia e i benefici

*Sono ormai numerosi i dati e le pubblicazioni degli studi sul **Reiki** utilizzato con beneficio dai pazienti in più di mille ospedali nel mondo e in Italia.*



Negli ultimi anni si sono moltiplicate le ricerche riguardanti il Reiki. Sebbene ancora troppo poche e non sempre disegnate puntualmente secondo i criteri scientifici ma ve ne sono ormai molte sufficientemente accurate da meritare la pubblicazione su riviste scientifiche.

ASPETTI EMOTIVI E MALATTIE MENTALI

- 2017 – Tesi di Laurea di Cynthia Ford presso il SIT Graduate Institute (Vermont USA): *Reiki and Healing Touch: Implications for Trauma Healing*
- 2016 – Revista latino-americana de enfermagem: *Massage and Reiki used to reduce stress and anxiety: Randomized Clinical Trial*
- 2016 – Università di Toledo, Tilia Gonzales: *Reiki in the treatment of depression: a literature review*
- 2015 – Journal of integrative medicine: *The use of self-Reiki for stress reduction and relaxation*
- 2012 – The International Journal of Healing and Caring: *Effects of Reiki Treatment on Anxiety and Depression: A Randomized Control Trial*
- 2011 – Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine: [I benefici del Reiki per ansia e depressione](#)
- 2010 – Brain Research Bulletin: *A randomised controlled single-blind trial of the effects of Reiki and positive imagery on well-being and salivary cortisol*
- 2010 – Focus on Alternative and

Complementary Therapies: *Why Prozac when we have Reiki?*

- 2005 – XX Congresso Nazionale S.I.M.P. Società Italiana di Medicina Psicosomatica: *Reiki, una cura spirituale dell'ansia, della depressione e del dolore in clinica* (Autori: Elisabetta Cofrancesco, Luisa Merati, Teresa Vitale)
- 2004 – Alternative therapies in health and medicine: [Gli effetti a lungo termine del Reiki su depressione e stress.](#)
- 2003 – Tesi di Laurea di Zuleikha Ahmed (Rand Afrikaans University – Johannesburg, Sudafrica): *A literature review investigating the effects of Reiki and complementary and alternative therapies on depression*
- 2001 – Journal of Advanced Nursing: [Gli effetti del Reiki sui parametri biologici dello stress: uno studio.](#)
- 2001 – Complementary Therapies in Nursing and Midwifery: [Gli effetti del Reiki sui sopravvissuti alle torture di Sarajevo.](#)

ESAURIMENTO, STRESS LAVORATIVO E BURNOUT DEGLI OPERATORI SANITARI

- 2018 – Journal of oncology and medicine: *Acupuncture and Reiki as a Prevention Strategy of Burnout and Occupational Stress in Oncology*
- 2017 – International Journal for Human Caring: [Insegnare agli infermieri il Reiki per la cura di sé.](#)
- 2016 – International E-Journal of Advances in Social Sciences: [Il Reiki per lo stress del personale di](#)

un'azienda informatica: uno studio.

- 2015 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Reiki Reduces Burnout Among Community Mental Health Clinicians*
- 2014 – Holistic nursing practice: *Initiating a Reiki or CAM program in a healthcare organization—developing a business plan*
- 2011 – Journal of Holistic Nursing: *The Effect of Reiki on Work-Related Stress of the Registered Nurse*
- 2011 – Revista Latino-Americana de Enfermagem: L'applicazione del Reiki sugli infermieri con sindrome di burnout.
- 2011 – Biological Research For Nursing: Gli effetti del Reiki su operatori sanitari con sindrome di burnout.
- 2010 – Creative nursing: *Reconnecting to nursing through Reiki*
- 2009 – Holistic Nursing Practice: *Nurses' lived experience of Reiki for self-care*

REIKI NEGLI OSPEDALI

- 2018 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Immediate Symptom Relief After a First Session of Massage Therapy or Reiki in Hospitalized Patients: A 5-year Clinical Experience from a Rural Academic Medical Center*
- 2017 – Relazione scientifica dell'Istituto Politécnico de Viseu (Portogallo): *Reiki complementary therapy in nursing practice*
- 2017 – Advanced integrative Medicine: *Building a Reiki and Healing Touch volunteer program at an Aca-*

ademic Medical Center

- 2014 – Dimensions of Critical Care Nursing: *Development of a hospital reiki training program: training volunteers to provide reiki to patients, families, and staff in the acute care setting*
- 2014 – Journal of nursing education: *Integrating Reiki and Community-Engaged Scholarship: An Interdisciplinary Educational Innovation*
- 2013 – Journal of PeriAnesthesia Nursing: *Usui Reiki in an Ambulatory Surgery Center*
- 2013 – Journal of PeriAnesthesia Nursing: *The Effect of Reiki on Women's Preoperative Anxiety in an Ambulatory Surgery Center*
- 2012 – European Journal of Integrative Medicine: *The introduction of Reiki technique in the Brazilian Public Health System*
- 2012 – Journal of PeriAnesthesia Nursing: *Integration of Holistic Therapies: The Path Followed to Incorporating Reiki and Music Therapy in a Clinical Setting*
- 2011 – Holistic nursing practice: *Reiki and its journey into a hospital setting*
- 2011 – Holistic nursing practice: *Reiki at University Medical Center, Tucson, Arizona, a magnet hospital: Mega R. Mease is interviewed by William Lee Rand*
- 2011 – Critical Care Nursing Quarterly: *Reiki therapy: A nursing intervention for critical care*
- 2009 – Journal of Holistic Nursing: *Reflection of a 7-Year Patient*

Care Program: Implementing and Sustaining an Integrative Hospital Program (leggi l'abstract su [PubMed](#))

- 2007 – Explore. The journal of science and healing: [If there is any significant experience with using Reiki in the hospital or ER setting and if there is any literature to support this use?](#)
- 1999 – Journal of nursing care quality: [L'uso del Reiki in chirurgia: il caso del Portsmouth Regional Hospital.](#)

CANCRO

- 2017 – International Journal of Community Medicine and Public Health: *Reiki: a modality towards holistic approach to cancer cure*
- 2017 – Journal of Integrative Oncology: *Reiki Therapy is Credible in Oncology. A Possible Analysis...*
- 2017 – Professioni Infermieristiche: [L'impatto del Reiki sugli effetti collaterali nei pazienti con neoplasia testa-collo in trattamento radioterapico.](#)
- 2017 – Anticancer Research: *Self-Efficacy for Coping with Cancer Enhances the Effect of Reiki Treatments During the Pre-Surgery Phase of Breast Cancer Patients*
- 2016 – European Journal of Integrative Medicine: *The effect of Reiki therapy on quality of life of patients with blood cancer: Results from a randomized controlled trial*
- 2016 – International Journal of Palliative Nursing: *An exploratory study of reiki experiences in women who*

have cancer

- 2016 – Holistic nursing practice: *Reiki for Cancer Patients Undergoing Chemotherapy in a Brazilian Hospital: A Pilot Study*
- 2016 – Clinical journal of oncology nursing: *The Effects of Yoga, Massage, and Reiki on Patient Well-Being at a Cancer Resource Center*
- 2015 – Asian Pacific Journal of Cancer Prevention: *Effects of Distant Reiki On Pain, Anxiety and Fatigue in Oncology Patients in Turkey: A Pilot Study*
- 2015 – Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine: *The effects of Reiki therapy and companionship on quality of life, mood, and symptom distress during chemotherapy*
- 2014 – Tesi di dottorato di Rita Évora Ferreira presso l'Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA) di Lisbona: *The Meanings of Psychological Empowerment in Oncological Disease Experience: Reiki as a resource technique*
- 2014 – Penn Medicine News: *Reiki: A Light Touch that Helps Cancer Patients*
- 2013 – Integrative Cancer Therapies: *Integrative Reiki for Cancer Patients: A Program Evaluation*
- 2012 – Journal of Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine: *Effects of Reiki, Yoga, or Meditation on the Physical and Psychological Symptoms of Chemotherapy-Induced Peripheral Neuropathy: A Randomized Pilot Study*

- 2012 – Clinical journal of oncology nursing: *Biofield therapies and cancer pain*
- 2012 – Seminars in oncology nursing: *Energy therapies in oncology nursing*
- 2012 – American Journal of Hospice and palliative medicine: [Gli effetti del Reiki sui sintomi della chemioterapia.](#)
- 2011 – American Journal of Hospice and palliative medicine: [Gli effetti del Reiki su ansia e dolore in un day hospital oncologico italiano.](#)
- 2009 – XII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Enfermería Oncológica del 3 al 6 de junio de 2009 en Santiago de Compostela: *Estudio sobre Reiki realizado en el Hospital Ramón y Cajal de Madrid.*
- 2008 – Clinical Journal of Oncology Nursing: *Reiki as a clinical intervention in oncology nursing practice*
- 2007 – Clinical Journal of Oncology Nursing: *The use of biofield therapies in cancer care*
- 2007 – Oncology (Williston Park, N.Y.): *Management of cancer pain with complementary therapies*
- 2007 – Advances in mind-body medicine: *Reiki for Mind, Body, and Spirit Support of Cancer Patients*
- 2007 – Integrative Cancer Therapies: [Il Reiki nel trattamento della fatigue correlata al cancro.](#)
- 2004-2005 – Studio pilota presso il COES (Ospedale Le Molinette di Torino)- [Reiki: integrazione alla chemioterapia nei pazienti con neoplasie avanzate](#)

[sie avanzate](#)

- 2004 – Focus on Alternative and Complementary Therapies: *Reiki effects on pain and quality of life in advanced cancer patients.*
- 2003 – Journal of pain and symptom management: *A phase II trial of Reiki for the management of pain in advanced cancer patients*
- 2003 – Tesi di Laurea di Ricardo Monezi c/o La Facoltà di Medicina all'Università di San Paolo: *Evaluation of the hands impositions techniques over the hematological and immunological systems of male mice*

CURE PALLIATIVE E FINE VITA

- 2017 – American Journal of Hospice and Palliative Medicine: [I benefici del Reiki in bambini che ricevono cure palliative](#) .
- 2017 – Journal of Pain and Symptom Management: *Reiki for Hospice Patients and Their Caregivers: An In-Depth Qualitative Study of Experiences and Effects on Symptoms*
- 2013 – Journal of palliative medicine: *A Canadian Experience of Integrating Complementary Therapy in a Hospital Palliative Care Unit*
- 2013 – Omega (Journal of Death and Dying): *Use of complementary therapies in hospice and palliative care*
- 2011 – Healthy Skin Magazine: *The pain-relieving touch of Reiki. Reflections from hospice nurse*
- 2005 – International Journal in Palliative Nursing: *The increasing use of*

reiki as a complementary therapy in specialist palliative care

- 2005 – Rivista Italiana di Cure Palliative: *[Il Reiki per pazienti oncologici anziani in fase terminale: uno studio italiano](#)*
- 2004 – Advances in mind-body medicine: *Palliative care service at the NIH includes Reiki and other mind-body modalities*
- 1997 – American Journal of Hospice and palliative medicine: *[Il Reiki come terapia complementare in un paziente ricoverato in hospice.](#)*

MALATTIE CRONICHE E

DEGENERATIVE

- 2018 – Journal of holistic nursing: *Reiki for Pain During Hemodialysis: A Feasibility and Instrument Evaluation Study*
- 2013 – BMC Nephrology: *Reiki and related therapies in the dialysis ward: an evidence-based and ethical discussion to debate if these complementary and alternative medicines are welcomed or banned*
- 2007 – Diabete Care: *Painful Diabetic Neuropathy. Impact of an alternative approach*
- 2004 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: *[gli effetti del Reiki sul sistema nervoso autonomo](#)* (spunti per il Parkinson)
- 1999 – International Society for the Study of Subtle Energy and Energy Medicine: *Desirable Self-Perceived Psychophysiological Changes in*

Chronically Ill Patients: An Experiential

- 1997 – Alternative Therapies: *The efficacy of Reiki hands-on healing: improvements in spleen and nervous system function as quantified by electrodermal screening*

DOLORE

- 2018 – Complementary Therapies in Clinical Practice: *The effect of reiki on pain: A meta-analysis*
- 2018 – Journal of evidence-based integrative medicine: *[Il dolore causato dall'ernia al disco: uno studio sugli effetti del Reiki](#)*
- 2017 – Der Pharmacia Lettre: *Effects of Reiki energy therapy on saphenous vein incision pain: A randomized clinical trial study*
- 2014 – Journal of Psychiatric Nursing: *Efficacy of Therapeutic Touch and Reiki Therapy for Pain Relief in Disease Conditions: A Systematic Review*
- 2014 – Pain Management Nursing: *Effect of Reiki Therapy on Pain and Anxiety in Adults: An In-Depth Literature Review of Randomized Trials with Effect Size Calculations*
- 2012 – Gastroenterology nursing: *Reiki as a pain management adjunct in screening colonoscopy*
- 2010 – Gastroenterology nursing: *Endoscopic procedure with a modified Reiki intervention: a pilot study*
- 2008 – Rehabilitation nursing: *Reiki as a Rehabilitative Nursing Intervention for Pain Management: A Case*

Study

- 1997 – Cancer prevention & control: [L'uso del Reiki per la gestione del dolore: uno studio preliminare.](#)

PROBLEMI CIRCOLATORI E CARDIACI

- 2017 – Indian Journal of Public Health Research and Development: *The Effect of Reiki Energy Healing on CABG Postoperative Chest Pain Caused by Coughing and Deep Breathing*
- 2014 – Acta Paulista de Enfermagem: *The effect of Reiki on blood hypertension*
- 2014 – Journal of Nursing and Health Science: *Effectiveness of Reiki Therapy on Management of Prehypertension among the Young Adults*
- 2011 – Tesi di Nisha Yohannan alla Rajiv Gandhi University of Health Sciences (Bangalore, India): *A study to evaluate the effectiveness of Reiki therapy in reducing the blood pressure of hypertensive patients at selected hospitals*
- 2010 – Journal of the American College of Cardiology: [Gli effetti dei trattamenti Reiki su pazienti che hanno subito un attacco di cuore .](#)

HIV/AIDS

- 2011 – The Permanent Journal: [L'impatto dei Corsi di Reiki su persone affette da HIV/AIDS.](#)
- 2010 – Malaysia Journal Nursing: *"Using Reiki for self-healing: The experiences of persons living with HIV/AIDS"*.

- 2008 – Tesi di Laurea di Sathibama Sewduth presso l'Università del Sudafrica: *The role of Reiki Therapy in improving the quality of life in people living with Hiv*
- 2003 – Alternative Therapies: *Preliminary Report on the use of Reiki for HIV-related pain and Anxiety*
- 2003 – Alternative therapies in health and medicine: [Migliorare la cura dell'HIV/AIDS con l'insegnamento e i trattamenti Reiki.](#)

ANZIANI E TERZA ETA'

- 2016 – Journal of Traditional Knowledge: *The effect of Reiki on depression in elderly people living in nursing home*
- 2014 – Texto & contexto enfermagem (pubblicazione dell'Università di Santa Caterina in Brasile): *Benefits of Reiki in older individuals with chronic pain*
- 2013 – Tesi di dottorato di Ricardo Monezi c/o l'Università Federale di São Paulo: *Efeitos da pratica do Reiki sobre aspectos psicofisiológicos e de qualidade de vida de idosos com sintomas de estresse: estudo placebo e randomizado*
- 2010 – Research in Gerontological Nursing: *Effects of Reiki on Anxiety, Depression, Pain, and Physiological Factors in Community-Dwelling Older Adults*
- 2009 – Alternative Therapies: [I benefici del Reiki negli anziani affetti da demenza: uno studio](#)
- 2006 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: [L'uso del Reiki per diminuire la perdita](#)

della memoria ed i problemi comportamentali nel danno cognitivo e nell'Alzheimer lieve.

- 2006 – Tesi di M. Deborah Salach all'Università di San Francisco: *The Effects of Reiki, a Complementary Alternative Medicine, on Depression and Anxiety in the Alzheimer's and Dementia Population*
- 2005 – American Journal of Recreation Therapy: *Reiki adds a new dimension to the term "quality of life" in the nursing home community*

CAREGIVERS

- 2016 – Tesi di Laurea in Psicologia di Roberta Di Teodoro: *Stress psico-fisico nel caregiver del malato terminale. Utilizzo del Reiki in Hospice*. Studio pilota sperimentale presentato un anno dopo al Congresso SICP 2017 a Riccione con il titolo "La scelta di alleviare lo stress del caregiver nelle cure palliative, senza parole"
- 2013 – Complementary Therapies in Clinical Practice: *Reiki training for caregivers of hospitalized pediatric patients: A pilot program*

GINECOLOGIA (MALATTIE, FERTILITÀ, GESTAZIONE, TRAVAGLIO e PARTO)

- 2017 – Revista paulista de medicina: *Is reiki or prayer effective in relieving pain during hospitalization for cesarean? A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials*
- 2016 – Holistic nursing practice: effetti sul dolore e sui segni vitali del trattamento Reiki applicato dopo un

parto cesareo .

- 2015 – Pain Management Nursing: l'effetto del Reiki su dolore, ansia e parametri emodinamici nei 2 giorni successivi al parto cesareo .
- Le ricerche dell'Ospedale Universitario di Hartford in Connecticut rilevano che durante la gravidanza il Reiki riduce il dolore (78%), lo stress durante la gravidanza (94%), la nausea ed i disagi al mattino (80%) e migliora la qualità del sonno (86%).
- 2006 – Holistic nursing practice: L'effetto del Reiki su dolore e ansia in donne con isterectomia.

NEONATI, BAMBINI E ADOLESCENTI

- 2018 – Holistic nursing practice: Il Reiki ai bambini nati da madri tossicodipendenti affetti da sindrome di astinenza neonatale.
- 2014 – Explore The Journal of Science and Healing: *Reiki brief report: using Reiki to reduce stress levels in a nine-year-old child*
- 2008-2009 – L'Università del Minnesota indaga gli effetti del Reiki in neonati prematuri .

DIPENDENZE

Studi sull'uso del Reiki nel trattamento delle dipendenze da alcol e droga:

- 2002 Relazione presentata alla conferenza internazionale della World Federation of Therapeutic: *Reiki as an intervention in drug and alcohol withdrawal and rehabilitation*
- 1995 Relazione presentata alla

conferenza “Pathways to Healing: Enhancing life Through Complementary Therapies” del Royal College of Nursing: *The benefits of Reiki treatment in drug and alcohol rehabilitation programs*

PSICOTERAPIA E SCIENZE SOCIALI

- 2012 – The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families: *Couple Therapy and Reiki: A Holistic Therapeutic Integration*
- 2011 – Tesi di Kimberly Ann Winnegge alla Smith College School for Social Work (Northampton UK): *When East meets West: an exploratory study of how Reiki is integrated into psychodynamic practice*
- 2010 – Conversations in the Field della Jungian Society for Scholarly Studies: *Reiki and Jung: An Introduction*
- 2009 – Tesi di Laurea Jackie Fox presso la McMaster University: *Social work and Reiki: towards integration*
- 2005 – Perspectives in Psychiatric Care: *The use of Reiki in psychotherapy*

ANIMALI

- 2008 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Reiki improves heart rate homeostasis in laboratory rats*
- 2006 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Personal Interaction with a Reiki Practitioner Decreases Noise-Induced Microvascular Damage in an Animal Model*

- 2000 – Journal of scientific exploration: *The Effect of the “Laying On of Hands” on Transplanted Breast Cancer in Mice*
- 2017 – Indian Journal of Public Health Research and Development: *The Effect of Reiki Energy Healing on CABG Postoperative Chest Pain Caused by Coughing and Deep Breathing*

REIKI E PLACEBO

- 2017 – Journal of evidence-based complementary & alternative medicine: *Reiki Is Better Than Placebo and Has Broad Potential as a Complementary Health Therapy*
- 1999 – Journal of alternative and complementary medicine: *A study to test the effectiveness of placebo Reiki standardization procedures developed for a planned Reiki efficacy study*

RICERCHE GENERALI SUL REIKI

- 2017 – Journal of Alternative, Complementary & Integrative Medicine: *Measuring Reiki Healing – Mystery, Placebo or Real Energy Healing*
- 2015 – Clinical Case Reports and Reviews: *Use of Reiki as a biofield therapy: An adjunct to conventional medical care*
- 2014 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *Enhanced coherence within the theta band between pairs of brains engaging in experienced versus naïve Reiki procedures*
- 2012 – Revista Brasileira de Medicina de Família e Comuni-

- 2003 – Alternative therapies in health and medicine: [La pratica del tocco energetico influenza gli organismi presenti nell'ambiente.](#)

ALTRO

- 2018 – Journal of Natural & Ayurvedic Medicine: *Measuring the Effect of Crystals on the Body's Electro-magnetic Field (EMF)*
- ? – Helfgott Research Institute at the National College of Naturopathic Medicine, Portland, Oregon, USA: *The Effect of Reiki on the Immune System*
- 2017 – Holistic Nursing Practice: *Effects of Reiki on Pain, Anxiety, and Blood Pressure in Patients Undergoing Knee Replacement: A Pilot Study*
- 2016 – Enfermeria intensiva: *Effectiveness of implementing the reiki method to reduce the weaning failure. A clinical trial*
- 2012 – Explore: *Energy therapies: focus on spirituality*
- 2011 – The Journal of Alternative and Complementary Medicine: [I benefici del Reiki in un paziente con grave neutropenia.](#)
- 2007 – Dermatology Department, Torbay Hospital (UK): *A randomised controlled pilot study to assess the benefit of using Reiki to treat chronic plaque psoriasis*
- 2005 – Tesi di dottorato alla Holos University (USA) di Nancy L. Garrison: *The effect of Reiki on the level of free radicals*
- 2004 – Tesi di Kimberly R. Pugh al Clayton College of Natural Health (Birmingham, Alabama): *The Effect*

of Reiki on Decreasing Episodes of Insomnia and Improving Sleep Patterns

- 2000-2004 – Ospedale San Borromeo a Milano: [Gli effetti del Reiki nella terapia dell'emicrania.](#)
- 2003 – Neurology India: *Changes in the isoprenoid pathway with transcendental meditation and Reiki healing practices in seizure disorder*



- 2008 – Tesi di Laurea di Tannis Mardece Hargrove all'Università del Montana: *A Phenomenological Study of Reiki Practitioners and Their Perceptions of Reiki as it Relates to Their Personal Health*
- 2007 – Holistic nursing practice: *An integrative review of Reiki touch therapy research*
- 2004 – Home Health Care Management & Practice: *Reiki: The Re-Emergence of an Ancient Healing Art in Modern Times*
- 2003 – Alternative Therapies in Health and Medicine: *Reiki: a starting point of the integrative medicine*
- 2003 – Alternative Therapies in Health and Medicine: *Reiki: review of a biofield therapy history, theory, practice, and research*
- 2003 – Holistic Nursing Practice: *Reiki therapy: the benefits to a nurse/ Reiki practitioner*
- 2003 – Journal of the New York State Nurses' Association: *Reiki: a supportive therapy in nursing practice and self-care for nurses*
- 2001 – Alternative and Complementary Therapies: *Harnessing Life Energy or Wishful Thinking? Reiki, Placebo Reiki, Meditation, and Music*
- 2000 – Holistic nursing practice: *The Empowering Nature of Reiki as a Complementary Therapy*
- 2000 – Tesi di Laurea di Heather M. White presso University of Maine: *Hybrid Healing: Reiki and the Integration of Complementary and Alternative Medicine (CAM) Into Biomedicine*
- 2012 – Tesi di dottorato di Helen Elizabeth Gibson (University of Leeds UK): *Exploring the Effects of Reiki Self-Use on Health Literacy*
- 2010 – Holistic nursing practice: *The Touchstone Process: an ongoing critical evaluation of reiki in the scientific literature*
- 2010 – International Journal of Behavioral Medicine: *Biofield therapies: helpful or full of hype? A best evidence synthesis*
- 2009 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *A systematic review of the therapeutic effects of Reiki*
- 2009 – Nursing Science Quarterly: *Reiki and changes in pattern manifestations*
- 2009 – INFAD Revista de Psicologia. International Journal of Developmental and Educational Psychology: *A influencia da terapia de Reiki em indicadores de saude*

PIANTE E ALTRI ORGANISMI

- 2006 – Journal of Alternative and Complementary Medicine: *In vitro effect of Reiki treatment on bacterial cultures: Role of experimental context and practitioner well-being*
- 2008 – Alternative and Complementary Therapies: *A systematic review of the use of reiki in health care*



UNIVERSITÀ POPOLARE
OLISTICA UNIPOPOLI