

## CHOROBY UKŁADU RUCHU – KRĘGOSŁUP

Choroba układu ruchu to ograniczenie narządów ruchu do jednego lub paru jego odcinków. Dotyczy ona kręgosłupa, stawów, mięśni, kości i ewentualne zmiany w ich strukturze czy funkcji.

Skala chorób jest długa:

- choroba tkanki łącznej,
- zapalenie skórno-mięśniowe, zapalenie mięśni, stawów i pozastawowe,
- dystrofia mięśniowo-kostna,
- zmiany zwyrodnieniowo-wytwórcze stawów,
- schorzenia urazowe i mechaniczne,
- rwa kulszowa, ischias, skolioza,
- zaburzenia uważane za reumatyzm, zaburzenia statyki, postawy, puchlina stawów,
- kolagenozy, zzzsk,
- zmiany zwyrodnieniowo-wytwórcze kręgosłupa itp.

Etiologia i patogeneza jest różnorodna.

Ze względu, że wiele osób zgłasza się do mnie z bólami kręgosłupa, stawów, kończyn, barków, pracownicy zakładów mechanicznych z kolizjami, dlatego z tego względu pokrótce poruszę ten temat z uwzględnieniem kręgosłupa.

Kręgosłup utrzymuje ciężar ciała, równowagę, łagodzi wstrząsy, chroni rdzeń kręgowy i korzenie nerwowe. Przez kręgosłup przechodzi układ nerwowy, przez który płynie informacja z receptorów z różnych części organizmu do mózgu (główny komputer), a od niego poprzez nerwy są przekazywane odpowiednie sygnały, informacje do poszczególnych organów, narządów, mięśni, gruczołów. Przekaz informacji odbywa się przez rdzeń kręgowy w kręgosłupie. Do zadań rdzenia kręgowego należy udział w tworzeniu odruchów wrodzonych i warunkowych tzn. wyuczonych przez człowieka. Jeżeli występuje blokada, niepełna drożność nerwów wówczas w ogóle lub trudniej osiągnąć dobry wynik w leczeniu danej choroby czy chorób.

Kręgosłup to delikatny system kręgów, mięśni, ścięgien, kości z obudowaną gęstą ścianką unerwienia.

Choroba kręgosłupa- rwa kulszowa, ischias, ból w okolicy lędźwiowo- krzyżowo- biodrowej to skutek wysunięcia kręgu ze swego ułożenia i następuje ucisk na krążek dysku co powoduje zablokowanie kanału przez, który biegną nerwy i naczynia. Następuje zakłócenie w przewodnictwie bodźca od rdzenia kręgowego do odpowiedniego miejsca w organizmie oraz włókien czuciowych i odwrotnie i co w konsekwencji jest bólem. Takie zaburzenia osłabia więzadła, powoduje sztywność mięśni i ból pleców, szyi, nóg, rąk. Różna jest przyczyna tej choroby: niewłaściwy udźwig ciężaru, niekiedy ponad siły swoje, niewłaściwa postawa siedząca w pracy czy w szkole, noszenie przez dzieci ciężkich toreb z książkami na jednym ramieniu, zmiany zwyrodnieniowe, urazy, wypadki, złe wydalanie (dużo toksyn w organizmie (w jelitach)) powoduje zaburzenie w układzie nerwowym, zaburzenie w koordynacji między nerwami a mózgowo rdzeniowym układzie nerwowym.

Prawie każdemu z nas mniej lub bardziej dokuczał kręgosłup i niekiedy uniemożliwiał normalne życie.

Moje zadanie to postawić właściwą diagnozę i zastosować dobrą metodę, by zlikwidować przyczynę dolegliwości. Często kieruje na badania uzupełniające, względnie do lekarza specjalisty.

Jeżeli schorzenie jest w odcinku szyjnym to występują choroby: zawroty głowy i jej bóle, epilepsja, słaby wzrok i słuch, bezsenność, zatoki, chrypka.

W odcinku lędźwiowym: choroby jelit, moczenie nocne, bóle kolan, impotencja, rwa kulszowa, złe krążenie, drogi moczowe.

Kość krzyżowa: dolegliwości kobiece i męskie, hemoroidy.

Na podstawie powyższego opisu stwierdzić można, że o kręgosłup należy dbać. Prowadzić właściwą dietę z dużą ilością produktów zasadowczych (warzywa, owoce, soki na surowo). Stosować ćwiczenia by kręgosłup, stawy miały swoją giętkość.

Przy schorzeniach w/w działam w sposób delikatny i bezbolesnie. Dobieram odpowiednie metodę leczniczą może to być: masaż, terapia manualna, kręgosłupa, bioterapia. Moim celem jest usunąć blokadę, dysfunkcję, zmiany by nastąpił prawidłowy stan fizjologiczny układu samo uzdrawiającej chorego, od przyczyn i czasu trwania schorzenia, stanu psychicznego oraz podejście chorego do terapii leczniczej.

Stwierdzam, że wiele schorzeń układu mięśniowo- kostnego jest wynikiem nie dbania o siebie, niekiedy bagatelizowanie. Niekiedy dochodzić musi do poważnej operacji względnie do przyjęcia postawy nienormalnej i tak żyć. Np. skrzywienie kręgosłupa, skolioza, zniekształcenie stawów itp. to nawarstwienie niekiedy z okresu dzieciństwa.

Statystyki są alarmujące odnośnie chorób kręgosłupa lepiej prowadzić profilaktykę aniżeli leczyć się.

Uwaga, często bywa, gdy miało się kłopot z kręgosłupem lubi się powtarzać. Po zabiegu, seansie organizm wzmacnia swoistą reakcję regulacyjną i naprawczą w danym narządzie, bez względu na to czy chory w to wierzy czy nie. Następuje regulacja organizmu, wzmacnia się komunikacja i wymiana w centralnym układzie nerwowym, zostaje odżywiona dana część organ, dochodzi do prawidłowej funkcji organizmu.

W następnych odcinkach przedstawię recepty, zestawy mieszanek leczniczych, terapie, ćwiczenia dotyczące kręgosłupa.

*Henryk Powęska*

Po całym dniu pracy, biegania załatwiania wielu spraw kręgosłup- człowiek się skurcza o 1-2 cm. Mocne tempo życia, pośpiech powodują, że ciało odzwierciedla przeżycia i emocje, przejawiające się nadmiernym kurczem i ściąganiem wiele mięśni- jakbyśmy chowali się przed dużymi obowiązkami. Pośpiech, zaangażowanie się w pracy, obawa, niepewność, strach, zmęczenie, złość, agresja, niepowodzenie to wszystko odzwierciedla się w mięśniach w ich napięciu, prowadzi do ściśnięcia i kurczenia ludzkiej sylwetki. Po nocnym odpoczynku wzrost człowieka powraca do normalności. W tym przypadku, przy tych problemach doskonale wpływa masaż leczniczo- profilaktyczny. Naczynia krwionośne staną się bardziej elastyczne, układ nerwowy zostanie pobudzony do lepszej pracy. Pod wpływem masażu jest lepsze złuszczenie naskórka, szybciej zregeneruje się i lepiej oddycha. Uspokoją się nerwy i powróci lepsze samopoczucie. Wiele chorób ma swe źródło w dysharmonii kręgosłupa i napięciu mięśni i tylko właściwe przeprowadzone zabiegi wiele wnoszą dobrego dla zdrowia.