

Lexikon

Amit a köznyelvben hátnak nevezünk, az az orvos számára a gerinc négy szakaszát jelenti, mely 7 nyaki, 12 háti, 5 ágyéki és 4-6 keresztcsonttá összezsugorított csigolyából áll. Ehhez kapcsolódnak az elcsökevényesedett farkcsigolyák (4-6 db). A gerinc mozgását a csigolyák közti porckorongok, a csigolyák közti kisízületek, szalagok, inak, valamint a gerincen tapadó izmok teszik lehetővé. A legtöbb gerincbántalom a porckorongok és a csigolyák közötti szalagok, kisízületek degeneratív elváltozására vezethető vissza, amelynek szintén orvosi szempontból - a genetikai, alkati hajlamon túl - a helytelen terhelés és a mozgásszegény életmód az oka.

Megoldás: Csontkovácsolás

Kezel: Kopf László, csontkovács, alternatív mozgásterapeuta

A betegségek elég széles spektrumával keresnek meg, pl.: gerincsérv, derékfájdalom, gerincferdülés, végtagzsibbadások, migrén, állkapocsficam és még sorolhatnám. Akadnak nagyon gyakori problémák, például legtöbbünknek az egyik lába „megrövidül” a másikhoz képest, ettől torzul a járás, ami további deformációkhoz vezet. Ez részleges medenceelmozdulás, melyet palpációs technikával vizsgálok, majd helyrerakom a megfelelő mozdulattal.

Az elváltozások lehetnek lelki eredetűek, tapasztalataim szerint mégis főleg mozgásszegény kultúránk és az ebből eredő statikai elmozdulások vezetnek idővel nagy intenzitású fájdalomhoz. Én sosem csak a fájó részt, hanem a test egészét nézem statikailag. Meg tudom különböztetni a jól működő csigolyák mozgását a helytelentől. Ez mindenkinél változik, így nem valamilyen átlaghoz viszonyítom a mozgásokat, hanem a páciens saját, még jól működő ízületeihez, pl. a jobb oldalit a bal oldaléhoz. A kezelés, illetve az, hogy a gerinc melyik részén dolgozom, a választott technikától függ. Mindig kézzel történik, gyors, rövid, erőteljes, de egyáltalán nem fájdalmas mozdulatból áll.

Az első kezelés alkalmával előkerülnek a „rejtett” hibák, ezek határozzák meg a terápia hosszúságát, gyakoriságát. A jó csontkovács már az első alkalommal jelentős eredményt tud produkálni, amit a beteg azonnal érez, egyszerűen megkönnyebbül, mintha „kihúztak” volna belőle valami nagy feszültséget. Fontos, hogy a terapeuta érdeklődjön a kórelőzményről is – ha a páciensnek vannak erre vonatkozó leletei, azokhoz is szükséges értenie.