



Η ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΠΛΕΥΡΑ ΤΩΝ ΟΥΛΩΝ

με
Alastair McLoughlin LCSP, BTAA

*Αλλάζοντας
ζωές προς το
καλύτερο*



Πνευματική ιδιοκτησία

Το δικαίωμα του Alastair McLoughlin να κατονομαστεί ως ο Δημιουργός αυτού του Έργου έχει διεκδικηθεί από τον ίδιο σύμφωνα με τον Νόμο περί Πνευματικών Δικαιωμάτων, Σχεδίων και Ευρεσιτεχνιών του 1998.

Αυτό το υλικό υπόκειται σε πνευματικά δικαιώματα. Κανένα μέρος αυτής της δημοσίευσης δεν επιτρέπεται να αναπαραχθεί, να αντιγραφεί, να αποθηκευτεί ή να κυκλοφορήσει με οποιονδήποτε άλλο τρόπο σε οποιαδήποτε μορφή βιβλιοδεσίας ή εξωφύλλου, ή να ανατυπωθεί με οποιονδήποτε φυσικό ή ηλεκτρονικό τρόπο ή να χρησιμοποιηθεί χωρίς την γραπτή άδεια του δημιουργού.

Η σάρωση, η μεταφόρτωση και η διανομή αυτού του βιβλίου χωρίς άδεια αποτελεί κλοπή πνευματικής ιδιοκτησίας του συγγραφέα. Εάν επιθυμείτε άδεια χρήσης υλικού από το βιβλίο (εκτός από σκοπούς αξιολόγησης), επικοινωνήστε με τη διεύθυνση: info@mccloughlin-scar-release.com .

Σας ευχαριστώ για την υποστήριξή σας στα δικαιώματα του δημιουργού.

Δεν γίνεται καμία προσπάθεια διάγνωσης ή θεραπείας οποιασδήποτε ιατρικής πάθησης. Εάν χρειάζεστε ιατρική συμβουλή, συμβουλευτείτε τον γιατρό σας.

© 2022 Άλαστερ ΜακΛάφλιν

Τα McLoughlin Scar Tissue Release® και MSTR® είναι καταχωρημένα εμπορικά σήματα.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελίδα 4	- Εισαγωγή
Σελίδα 6	- Το Περιτονιακό Σύστημα
Σελίδα 11	- Δεν το γνωρίζουν πολλοί άνθρωποι!
Σελίδα 12	- Το σύστημα βελονισμού Σελίδα 14 - Το φαινόμενο του παγόβουνου
Σελίδα 15	- Συναισθηματικές Επιπτώσεις των Ουλών Σελίδα 17 - Αποσύνδεση
Σελίδα 19	- Η ιστορία της Κιμ
Σελίδα 21	- Η ιστορία της Σούζαν
Σελίδα 23	- Η ιστορία της Λόρελ
Σελίδα 25	- Επόμενα βήματα
Σελίδα 26	- Για Επαγγελματίες Υγείας

Περισσότερες πληροφορίες:

Μέλη του κοινού ζητούν βοήθεια για τα σημάδια τους...

[Click here](#)

Επαγγελματίες υγείας που επιθυμούν να μάθουν περισσότερα...

[Click here](#)

Ευχαριστίες

Φωτογραφίες εξωφύλλου: Sharon McCutcheon και Michelle Lemen

Εισαγωγή

Στη «μέση» 85ετή ζωή ενός «μέσου» ανθρώπου, θα έχει υποβληθεί, κατά μέσο όρο, σε σχεδόν έξι χειρουργικές επεμβάσεις σε χειρουργείο*. (Ο αριθμός είναι στην πραγματικότητα 5,97 επεμβάσεις. Δεν είμαι απόλυτα σίγουρος πώς γίνεται να έχεις «σχεδόν» έξι χειρουργικές επεμβάσεις. Σταματάει ξαφνικά ο χειρουργός πριν τελειώσει την έξιη; Αυτό είναι αβέβαιο.)

Τι είναι Το σίγουρο είναι ότι όλες αυτές οι χειρουργικές επεμβάσεις δημιουργούν μια ουλή. Και η ουλή διαρκεί για το υπόλοιπο της ζωής τους (ή της δικής σας).

Με τον αριθμό των χειρουργικών επεμβάσεων να αυξάνεται, χρόνο με το χρόνο, ακόμα κι αν *αναστεί* Αν δεν έχεις ουλή, τότε θα στοιχημάτιζα ότι ο σύντροφός σου ή η μαμά ή ο μπαμπάς σου σίγουρα έχουν.

Καθώς ο αριθμός των χειρουργικών επεμβάσεων στις ΗΠΑ κυμαίνεται γύρω στα «εκατομμύρια ετησίως», υπάρχει υψηλή στατιστική πιθανότητα να έχετε κάποια ουλή, κάπου στο (ή μέσα) σώμα σας.

Γιατί έχει σημασία αυτό; Ποιο είναι το πρόβλημα;

Λοιπόν, οι ουλές μπορεί να σας επηρεάσουν περισσότερο από όσο νομίζετε και ο σκοπός αυτού του σύντομου, αλλά πολύτιμου βιβλίου, είναι να επιστήση την προσοχή σας σε ορισμένες από τις παρενέργειες που έχουν οι ουλές στον τρόπο που ζούμε, λειτουργούμε και λειτουργούμε.

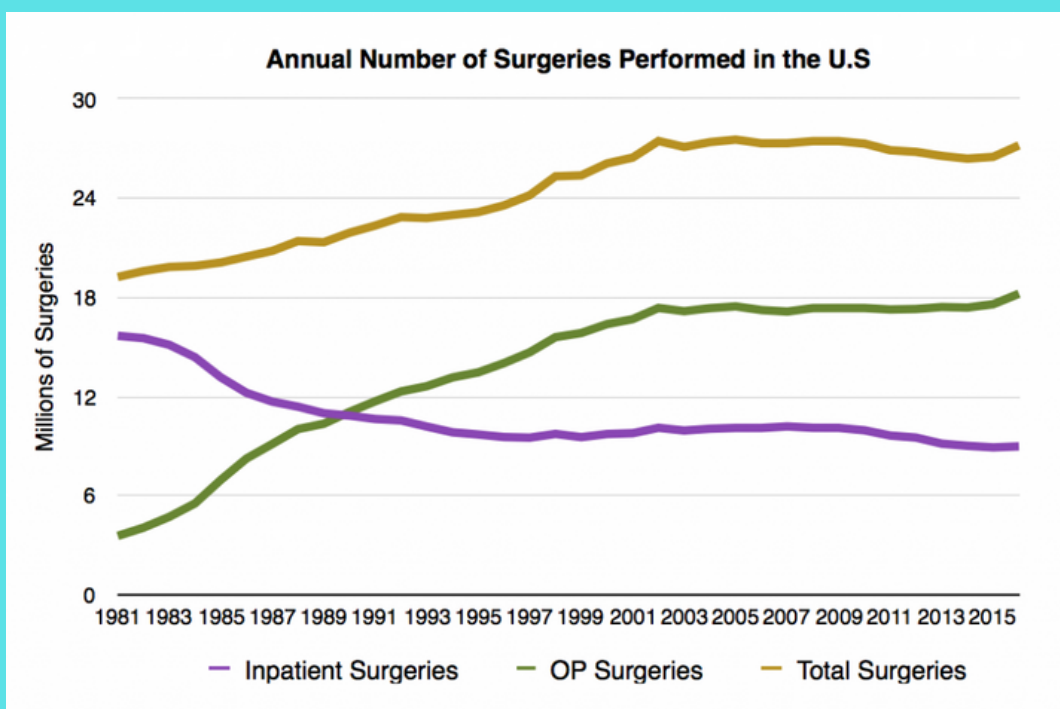
Το λυπηρό είναι ότι, εκτός εάν υπάρχει εμφανής πόνος ή άλλες σοβαρές επιπλοκές από τις ουλές, οι γιατροί συχνά δεν θεωρούν την θεραπεία του ουλώδους ιστού ως προτεραιότητα. Περιστασιακά, μια ουλή μπορεί να παραπέμπει σε πόνο ή να προκαλεί κάποιο πρόβλημα αλλού και οι ουλές συχνά δεν θεωρούνται η αιτία.

Το ακόμη πιο λυπηρό είναι ότι οι ουλές σπάνια αντιμετωπίζονται ή διορθώνονται (όπως πραγματικά θα έπρεπε) αμέσως μετά την επέμβαση. Αν γινόταν αυτό, θα μπορούσε να εξαλειφθούν μήνες ή και χρόνια συνεχιζόμενων προβλημάτων υγείας που μπορεί να είναι δύσκολο να επιλυθούν.

Γιατί δύσκολο; Όπως είπα, οι γιατροί και οι χειρουργοί συχνά δεν λαμβάνουν υπόψη τις βαθύτερες και πιο εκτεταμένες επιπτώσεις για τις οποίες ευθύνονται οι ουλές.

Αυτό το βιβλίο μπορεί να σας βοηθήσει να αναγνωρίσετε αν κάτι από αυτά σας αφορά - ακόμα και με μια ουλή που δεν φαίνεται να προκαλεί κανένα απολύτως πρόβλημα. Και εκεί αρχίζει να γίνεται πραγματικά ενδιαφέρον.

Αλλά πρώτα: Χειρουργικές επεμβάσεις. Πόσο συχνά συμβαίνουν; (Θυμηθείτε, έχετε ένα **ΔΩΡΕΑΝ** ουλή με κάθε χειρουργική επέμβαση!)



Πηγή: https://truecostofhealthcare.org/admissions_data/

Αυτά τα δεδομένα αντιπροσωπεύουν χειρουργικές επεμβάσεις μόνο εντός των ΗΠΑ. Αυτός ο αριθμός μπορεί να πολλαπλασιαστεί πολλές φορές για μια παγκόσμια εκτίμηση. Στο Ηνωμένο Βασίλειο, πραγματοποιούνται πάνω από

10 εκατομμύρια χειρουργικές επεμβάσεις κάθε χρόνο -

Πηγή: <https://nhsproviders.org/media/1128/operating-theatres-final.pdf>

Όπως γνωρίζουμε, οι ουλές δεν εξαφανίζονται ποτέ. Είναι εκεί για μια ζωή. Έτσι, ο αριθμός των ουλών αυξάνεται αθροιστικά, χρόνο με το χρόνο.

Αυτό δεν λαμβάνει υπόψη τις χειρουργικές επεμβάσεις από αυτοτραυματισμό, τα ατυχήματα που δεν απαιτούν χειρουργική επέμβαση και από άλλες πηγές. Ας εξετάσουμε τώρα τις αρνητικές επιπτώσεις των ουλών σε διάφορα συστήματα του σώματος.

Το Περιτονιακό Σύστημα

Τα τελευταία χρόνια, το περιτονιακό σύστημα έχει γίνει μια πραγματική «λέξη-κλειδί» μεταξύ εκείνων που ειδικεύονται στη θεραπεία του μυοσκελετικού πόνου, όπως οι οστεοπαθητικοί, οι χειροπράκτες, οι φυσιοθεραπευτές, οι επαγγελματίες μασάζ και ούτω καθεξής. Ασκεί μια γοητεία (λογοπαίγνιο σκόπιμο) για τους ανατόμους και τους φυσιολόγους.

Τι είναι όμως η περιτονία και γιατί είναι τόσο γοητευτική για τους εργάτες αμαξωμάτων;

Αν έχετε επισκεφτεί ποτέ τον χασάπη σας και έχετε διαλέξει ένα υπέροχο κομμάτι κρέας για το κυριακάτικο ψητό (συγγνώμη χορτοφάγοι και βίγκαν), τότε ίσως έχετε παρατηρήσει τη λεπτή, ασημένια φλούδα που τύλιγε το κρέας.

Και για να κρατήσουμε ευχαριστημένους τους μη κρεατοφάγους αναγνώστες, ορίστε μια φωτογραφία ενός πορτοκαλιού.



Ο ενδιαφέρων πράγμα
Σχετικά με το πορτοκάλι είναι
ότι το πορτοκάλι χωρίζεται σε
τμήματα από περιτονία. Κάθε
τμήμα καλύπτεται από
περιτονία. Όταν σπάσετε το
τμήμα, κάθε ζουμερό κομμάτι
σάρκας πορτοκαλιού
καλύπτεται από - ναι, το
μαντέψατε - περιτονία.

Η περιτονία σε ένα πορτοκάλι κάνει τη δουλειά της διαχωρίζοντας κάθε ένα από τα συστατικά μέρη του πορτοκαλιού. Η φλούδα, τα τμήματα, οι ίνες καλύπτονται όλα από πορτοκαλί περιτονία.

Τώρα, το κομμάτι κρέατος είναι ένα εντελώς διαφορετικό ζώο (συγχωρήστε το λογοπαίγνιο). Το ασημένιο δέρμα σε ένα κομμάτι κρέατος, παρόλο που είναι πολύ λεπτό (μπορείτε να δείτε μέσα από αυτό) είναι εξαιρετικά σκληρό. Η περιτονία κύτταρο προς κύτταρο είναι ισχυρότερη από το ατσάλι! Αυτό το ασημένιο δέρμα καλύπτει επίσης διαφορετικές δομές μέσα στο κρέας. Καλύπτει τα εξωτερικά, επιφανειακά στρώματα του κρέατος, καθώς και τα βαθύτερα στρώματα. Αυτά ονομάζονται επιφανειακά και βαθιά περιτονιακά στρώματα (χωρίς πλάκα!).

Αν ζητήσετε από τον χασάπη σας κρέας οργάνων (εντόσθια) - συνήθως νεφρά, συκώτι, καρδιά, πατσά (στομάχι) - θα έχουν επίσης το δικό τους ασημί περιτονιακό δέρμα γύρω τους. Σε αυτό το σημείο μπορώ να νιώσω τους vegan αναγνώστες μου να καταπολεμούν την επιθυμία να εκκενώσουν το περιεχόμενο του στομάχου τους, οπότε θα προχωρήσω γρήγορα...

Τα ίδια καλύμματα περιτονίας υπάρχουν σε αφθονία και σε εμάς τους ανθρώπους. Αν εμβαθύνουμε βαθύτερα στο σώμα, θα διαπιστώσουμε ότι κάθε μυς, όργανο, νεύρο, αδένες, αιμοφόρο αγγείο και οστό περιβάλλεται και περιβάλλεται από περιτονίες.

Τι κάνει; Συνδέει (και διαχωρίζει) κάθε μέρος του σώματος με κάθε άλλο μέρος, τυλίγοντας γύρω από τους μύες και κρατώντας τα όργανα στη θέση τους. Οι περιτονιακές «ζώνες» εκτείνονται μέσα στο σώμα σαν μονοπάτια ή ένα σύστημα αυτοκινητοδρόμων και δρόμων, διακλαδιζόμενοι, παραμένοντας όμως συνδεδεμένοι με το «πλέγμα». Το υγρό συγκρατείται ανάμεσα στις μεμβράνες των περιτονιών και βοηθά την ολισθαίνουσα κίνηση των μυών ο ένας πάνω στον άλλο. Αυτό το υγρό βοηθά στην εξομάλυνση των αρθρώσεων των αρθρώσεων. Βοηθά στη μείωση του πόνου, στην αύξηση του εύρους κίνησης και χρησιμεύει για τη θρέψη των μυών και των νεύρων.

Έτσι, μπορείτε μόνο να φανταστείτε τι συμβαίνει όταν όλοι αυτοί οι συνδετικοί ιστοί κόβονται από το νυστέρι ενός χειρουργού ή όταν υπάρχει τραύμα από πρόσκρουση που διαπερνά το εξωτερικό μας κάλυμμα - το δέρμα. Ναι - είναι τραυματικό.

Καθώς το σώμα επιδιώκει να αυτοθεραπευτεί, παράγεται ουλώδης ιστός μέσα σε λίγες ημέρες από την στιγμή που το δέρμα και άλλοι ιστοί δέχονται το τραύμα τους. Εντός επτά ημερών από το

Κατά τη στιγμή της βλάβης των ιστών, αρχίζει να σχηματίζεται ουλώδης ιστός. Η διαδικασία φτάνει σε σημείο μέγιστης παραγωγής περίπου 21 ημέρες μετά τον τραυματισμό. Στη συνέχεια, σιγά σιγά, η παραγωγή ουλώδους ιστού επιβραδύνεται. Ανάλογα με τη φύση και τη σοβαρότητα του τραυματισμού, η παραγωγή ουλώδους ιστού μπορεί να συνεχιστεί για ένα ή δύο χρόνια.

Φανταστείτε ότι πρέπει να επισκευάσετε τις κάλτσες ή τα τζιν σας. (Το κάνουν ακόμα αυτοί οι άνθρωποι στις μέρες μας;) Τότε θα διαπιστώσετε ότι η περιοχή όπου έχει επισκευαστεί η τρύπα δεν είναι τόσο ελαστική όσο ήταν παλιά.

Υπάρχει μια πιο παχιά περιοχή όπου έχει χρησιμοποιηθεί βαμβάκι και μπορείτε να νιώσετε πού έχει τραβηχτεί το ύφασμα.



Τώρα φανταστείτε τι μπορεί να συμβεί όταν το δέρμα, οι περιτονίες, οι μύες και άλλοι ιστοί ράβονται μεταξύ τους με παρόμοιο τρόπο.

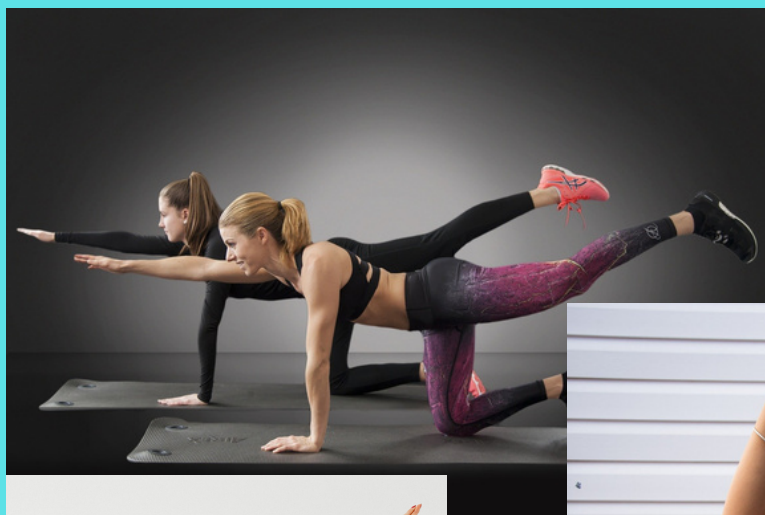
Η ολίσθηση της περιτονίας μπορεί να παρεμποδιστεί σοβαρά.

Η ουλή που προκύπτει μπορεί να εμποδίσει την ελεύθερη ροή του αίματος και του λεμφικού υγρού. (Το λεμφικό σύστημα είναι σαν την ηλεκτρική σκούπα του σώματος. Απορροφά την τοξίνη, τα οξέα, τα νεκρά κύτταρα και άλλα μεταβολικά απόβλητα από τους ιστούς σας.) Η λέμφος είναι ρουφηξιά!

Δεν είναι πλέον δυνατή η ελεύθερη κίνηση των πολλών στρωμάτων της περιτονίας. Έτσι, για παράδειγμα, όταν μια γυναίκα υποβάλλεται σε ογκεκτομή λόγω της ανάπτυξης ενός όγκου στο μαστό, ο ουλώδης ιστός που προκύπτει μπορεί να επηρεάσει το

εύρος κίνησης του ώμου επειδή η περιτονία του στήθους και του θώρακα συνδέεται στενά με την άρθρωση του ώμου και το μυϊκό της σύστημα.

Εάν έχετε ουλή από αυτό το είδος χειρουργικής επέμβασης (ή από οποιαδήποτε άλλη χειρουργική επέμβαση στο στήθος ή τον ώμο) χειρουργική επέμβαση) μήπως ο ώμος σας περιορίζεται λίγο ή τραβάει λίγο κατά την εκτέλεση ορισμένων κινήσεων; Αν ναι, τότε ο ουλώδης ιστός είναι υπεύθυνος για αυτόν τον περιορισμό στην κίνηση.



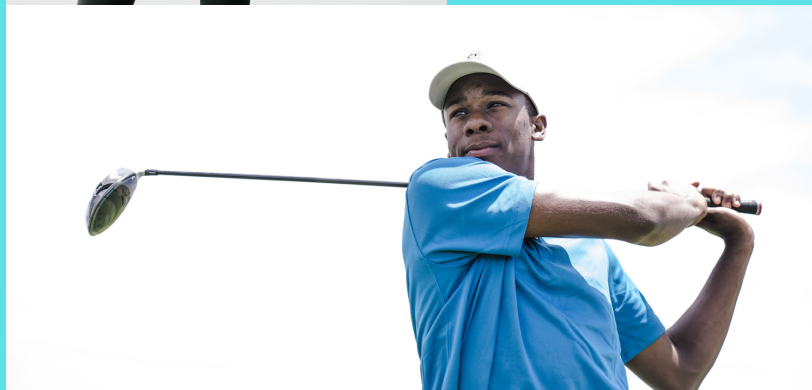
Γίνεται ακόμη πιο ενδιαφέρον αν σκεφτεί κανείς ότι το περιτονιακό σύστημα είναι συνδεδεμένο και διασυνδεδεμένο - **σε όλο το σώμα!**

δικαίωμα



Δείτε τις φωτογραφίες (αριστερά και κάτω). Είναι πολύ εύκολο να δείτε πώς τραβιέται το ύφασμα λόγω της κίνησης του θέματος. Δηλαδή **ακριβώς** συμβαίνει με

την περιτονία μας όταν κινούμαστε. Πρέπει να γλιστράει και να κινείται με το σώμα μας. Αλλά τι νομίζετε ότι συμβαίνει όταν έχουμε μια ουλή;



Αφού ο χειρουργός έχει κόψει τα διάφορα στρώματα του ιστού - ή εάν ο ιστός έχει υποστεί κάποια βλάβη λόγω τραυματισμού με κάποιο τρόπο - τότε τελικά θα σχηματιστεί μια ουλή που θα ενώσει τις δύο άκρες του τραύματος, ώστε να μπορέσει να επουλωθεί. Εάν η τομή είναι βαθιά, τότε η ουλή θα είναι βαθιά και θα διαπερνά πολλά στρώματα μεμβρανώδους ιστού.

Όταν η ουλή επουλωθεί, είναι λιγότερο ελαστική από το περιβάλλον, υγιές δέρμα. Είναι πιο άκαμπτη, παχύτερη, πιο ινώδης και η ολίσθηση στις παρακείμενες επιφάνειές της περιορίζεται.

Μια ουλή είναι επίσης πιο αδύναμη από τον υγιή ιστό. Έχει μόνο περίπου το 80% (ή λιγότερο) της εφελκυστικής αντοχής, αντοχή του άθικτου δέρματος. Δεσμεύει και περιορίζει τους ιστούς που θα έπρεπε να είναι ελεύθεροι και να γλιστρούν εύκολα ο ένας πάνω στον άλλο. Αυτό, με τη σειρά του, περιορίζει και τις παρακείμενες άλλες δομές και εδώ γίνεται συναρπαστικό και ακόμη πιο ενδιαφέρον.



Όταν παρατηρείτε το ανατομημένο ανθρώπινο σώμα, δεν μπορείτε παρά να εντυπωσιαστείτε από τον εκπληκτικό τρόπο με τον οποίο τα συστήματα του σώματος διασυνδέονται μεταξύ τους. Αν ποτέ πιέσατε μέσα στη ζελατίνα με τα δάχτυλά σας, παρατηρήσατε πώς κινείται και ολόκληρη η ζελατίνα;

Όπως ακριβώς όταν μια σταγόνα δημιουργεί κυματισμούς σε μια λίμνη νερού, έτσι ακριβώς είναι και το σώμα συνδεδεμένο.

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι ολόκληρο το σώμα είναι μια συνεχής οντότητα, όχι μια σειρά από μέρη του σώματος που συνδέονται με αρθρώσεις. Όλα ρέουν αδιάκοπα - εκτός από όταν υπάρχει μια ουλή!



«Δεν το γνωρίζουν πολλοί άνθρωποι αυτό.» - Μάικλ Κέιν



Αφού ξεπεράσετε το γεγονός ότι ο Μάικλ Κέιν δεν το είπε στην πραγματικότητα, αν και σχεδόν όλοι νομίζουν ότι το είπε, γνωρίζετε ότι ο πόνος στη μέση που βιώνετε θα μπορούσε να προκληθεί από μια κοιλιακή επέμβαση που υποβλήθήκατε πριν από χρόνια; Ή ότι η ίδια κοιλιακή επέμβαση δημιουργεί επίσης περιορισμούς στον ώμο!

Μια ουλή στο πόδι σας θα μπορούσε να σας κάνει να περπατάτε ελαφρώς διαφορετικά, αναγκάζοντας το σώμα να αντισταθμίσει με κάποιο τρόπο.

Αυτή η αλλαγή στο βάδισμα (τον τρόπο που περπατάτε) θα μπορούσε να δημιουργήσει αντισταθμίσεις σε όλο σας το σώμα. Συνήθως αυτό μπορεί να προκαλέσει έντονη καταπόνηση στον αυχένα και τους ώμους και πονοκεφάλους έντασης.

Η καταπόνηση του αυχένα που προκαλεί μειωμένη ροή αίματος στους μύες και τα νεύρα, θα μπορούσε να έχει επιπτώσεις στους αγκώνες και τους καρπούς σας.



Ο ουλώδης ιστός μπορεί επίσης να εισχωρήσει βαθιά στην κοιλιακή κοιλότητα δημιουργώντας προβλήματα στο έντερο και την ουροδόχο κύστη, όπως ακράτεια, διαρροή, κοιλιακό πόνο ή δυσφορία και μειωμένη κανονικότητα της λειτουργίας. Οι διορθωτικές χειρουργικές επεμβάσεις που πραγματοποιούνται σε βρέφη μπορούν να δημιουργήσουν προβλήματα για μια ζωή - όλα λόγω ουλώδους ιστού.

Εκτός του ότι επηρεάζει τους μηχανισμούς του σώματος και τον τρόπο που περπατάμε και κινούμαστε, η συσσώρευση ουλώδους ιστού μπορεί να εμποδίσει σοβαρά τη λειτουργία των οργάνων. Δυστυχώς (για εσάς) ορισμένοι επαγγελματίες υγείας δεν γνωρίζουν ότι ο ουλώδης ιστός δημιουργεί το πρόβλημά σας.

Το Σύστημα Βελονισμού

Για χιλιάδες χρόνια, το μοντέλο της Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής (ΠΚΙ) χρησιμοποιείται για τη θεραπεία ασθενειών και τραυματισμών. Ορισμένες σύγχρονες χειρουργικές επεμβάσεις έχουν πραγματοποιηθεί χρησιμοποιώντας τον βελονισμό ως τη μόνη μέθοδο αναισθησίας.

Οι Κινέζοι γιατροί πιστεύουν ότι για να διατηρηθεί η καλή υγεία, πρέπει να ρέει η Ζωτική Δύναμη του σώματος (που ονομάζεται Χι ή Chi - προφέρεται «chee»). αδιάκοπα, όπως ακριβώς το νερό ρέει μέσα από ένα ποτάμι. Οποιαδήποτε διακοπή της ροής του Τσι μπορεί να προκαλέσει στασιμότητα.

Η έλλειψη ενέργειας σε ένα συγκεκριμένο σημείο κατά μήκος του μεσημβρινού μπορεί να προκαλέσει δυσλειτουργία και ασθένεια.

Υπάρχουν 12 κύριες οδοί (που ονομάζονται μεσημβρινοί) που λαμβάνουν και μεταδίδουν το Τσι σε κάθε όργανο, αδένα και κύτταρο του οργανισμού.

σώμα. Αυτά ονομάζονται:

Πνεύμονας, Παχύ έντερο, Στομάχι,
Σπλήνας, Καρδιά, Λεπτό έντερο,

Κύστη, Νεφρός, Περικάρδιο, Τριπλός Θερμαντήρας, Χοληδόχος κύστη και Ήπαρ.



Υπάρχουν επίσης δύο ειδικοί μεσημβρινοί: το Κυβερνών Δοχείο (που εκτείνεται κατά μήκος της μέσης γραμμής στο πίσω μέρος του σώματος) και το Δοχείο Σύλληψης (που εκτείνεται κατά μήκος της μέσης γραμμής στο μπροστινό μέρος του σώματος).

Κάθε «σημείο» βελονισμού έχει ένα συγκεκριμένο όνομα και θέση κατά μήκος του μεσημβρινού του. Τα σημεία βελονισμού είναι αριθμημένα. Στην απλούστερη μορφή του, και με βάση μια λεπτομερή διάγνωση, ένας βελονιστής θα «βελονίσει» συγκεκριμένα σημεία με έναν συγκεκριμένο τρόπο για να απελευθερώσει το μπλοκαρισμένο «Τσι» που ευθύνεται για την πάθηση ή το παράπονό του.



Είναι ενδιαφέρον ότι οι βελονιστές αναγνωρίζουν επίσης τον ρόλο που παίζει ο ουλώδης ιστός στη στασιμότητα και τη διακοπή της ροής του «Τσι».

Θεωρούν τον ουλώδη ιστό ως ένα «εμπόδιο» ή παρεμβολή στην ελεύθερη ροή της ενέργειας. Η κίνηση της ενέργειας αναστέλλεται ή ακόμη και εκτρέπεται λόγω της παρουσίας ουλώδους ιστού.

Οι αρχαίοι βελονιστές ανέπτυξαν πρωτόκολλα για να βοηθήσουν στην υπερνίκηση των περιοριστικών και ανασταλτικών επιδράσεων του ουλώδους ιστού.

Έχουμε επίσης δει ενδιαφέροντα παραδείγματα για το πώς ο ουλώδης ιστός συνδέεται με ένα φαινομενικά άσχετο πρόβλημα υγείας.

Μελέτη περίπτωσης

Μια 44χρονη γυναίκα έπασχε από δυσμηνόρροια τα τελευταία 25 χρόνια, συνήθως απαιτώντας φαρμακευτική αγωγή.

σε μηνιαία βάση για τον έλεγχο του πόνου.

Ως κορίτσι τραυματίστηκε και χρειάστηκαν 5 ράμματα.

στο κάτω μέρος του ποδιού της. Η ουλή δεν ήταν ιδιαίτερα εμφανής, αλλά ήταν ελαφρώς βυθισμένη και ήταν

λίγο μούδιασμα. Μετά από τρεις θεραπείες MSTR®

1 λεπτού, η γυναίκα δεν έπαψε να πονάει. Η ουλή βρισκόταν στο σημείο βελονισμού.

ονομάζεται Σπλήνας 6 - φαίνεται εδώ >>>. Στη

συνέχεια, η ουλή δεν είναι πλέον πιεσμένη ή

μουδιασμένη. Σημείωση: Η ουλή δεν προκαλούσε καμία

δυσφορία ή δυσφορία στον ασθενή.



Υπάρχουν μερικά αξιοσημείωτα σημεία σχετικά με αυτήν την μελέτη περίπτωσης.

Πρώτον, η ουλωμένη περιοχή δεν προκαλούσε καμία δυσφορία, πόνο ή δυσφορία στην ασθενή. Εκτός από ένα μικρό μούδιασμα, φαινόταν σχεδόν ασυμπτωματικό. Είχε την ουλή για χρόνια και απλώς την «αποδέχτηκε» ως μαρτυρία του ατυχήματος που είχε ως κορίτσι. Από αυτή την άποψη, *Γιατί* θα σκεφτόταν (ή θα έπρεπε) μια επαγγελματίας να δώσει έστω και μια προσοχή σε αυτή την ουλή; Δεύτερον, πώς θα μπορούσε να σχετίζεται με οποιαδήποτε συγκεκριμένη πάθηση που αντιμετώπιζε;

Αρκεί να ανατρέξει κανείς στο μοντέλο βελονισμού για λόγους σαφήνειας. Οι ενδείξεις για τη θεραπεία του σημείου βελονισμού που είναι γνωστό ως Σπλήνας 6 περιλαμβάνουν (μεταξύ πολλών άλλων) - δυσμηνόρροια.

Καθώς η ασθενής έπαιρνε αναλγησία σε μηνιαία βάση για πολλά χρόνια, είναι προφανές ότι η πραγματική αιτία δεν είχε ανακαλυφθεί. Η συμπτωματική ανακούφιση, χωρίς μόνιμη «θεραπεία», ήταν το καλύτερο που είχε καταφέρει να επιτύχει.

Παρόλο που το σύστημα βελονισμού απορρίπτεται από πολλούς ως μη αποδεδειγμένο και αντιεπιστημονικό, δεν υπάρχει αμφιβολία ότι υπάρχει κάποια εγκυρότητα στην εξέταση του συστήματος βελονισμού, όταν άλλα ιατρικά μοντέλα αποτυγχάνουν να αντιμετωπίσουν την αιτία. Σε αυτήν την περίπτωση, φαίνεται ότι η αιτία ήταν η απόφραξη του μεσημβρινού του σπλήνα από ουλώδη ιστό.

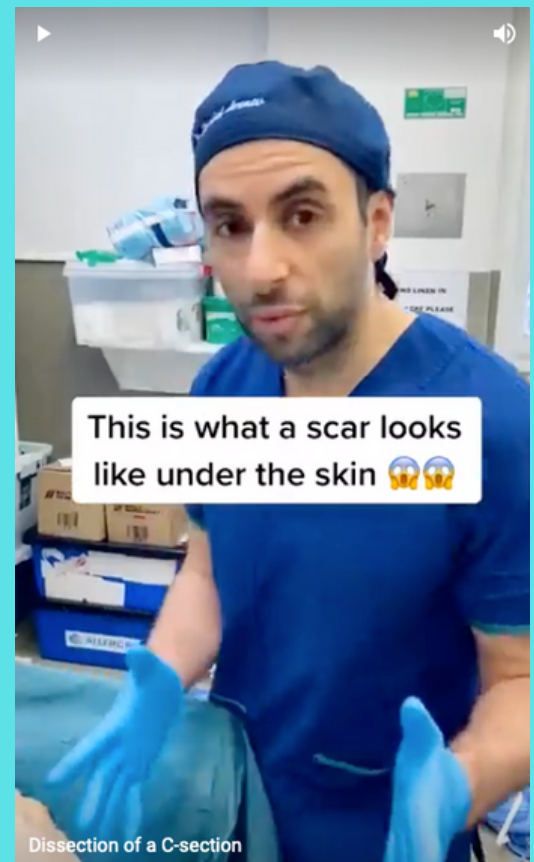
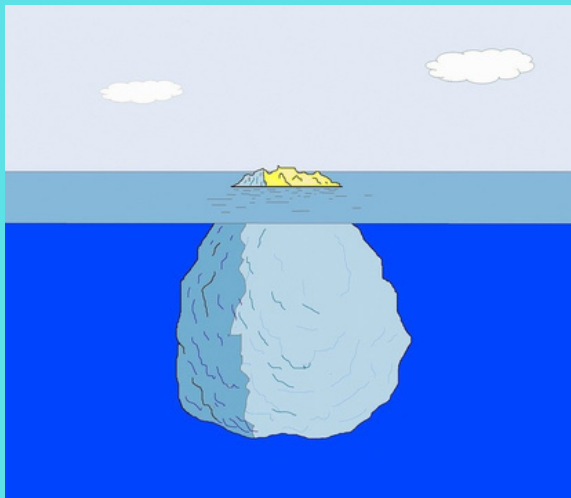
Το Φαινόμενο του Παγόβουνου - Σκεφτείτε σε 3D

Πολλοί άνθρωποι βλέπουν μια ουλή και δεν συνειδητοποιούν το βάθος και το πλάτος που μπορεί να εκτείνεται ο ουλώδης ιστός από την ορατή επιφάνεια της ουλής.

Η ύπαρξη πολλών κρυφών ουλωδών ιστών προκαλεί προβλήματα για τα οποία τόσο ο ασθενής όσο και ο θεραπευτής δεν γνωρίζουν καθόλου.

Όπως ακριβώς ένα παγόβουνο, η μεγαλύτερη ποσότητα ουλώδους ιστού βρίσκεται κάτω από την επιφάνεια.

Μετά από μια κοιλιοπλαστική, αυτός ο χειρουργός αποκαλύπτει πόσο βαθύς μπορεί να είναι ο ουλώδης ιστός από μια καισαρική τομή... >>>



Συναισθηματικές Επιπτώσεις των Ουλών

Όχι μόνο διάφορα συστήματα του σώματος επηρεάζονται από τον ουλώδη ιστό, αλλά οι συναισθηματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις των ουλών δεν πρέπει να αγνοούνται ή να παραβλέπονται.

Οι επιπτώσεις των ουλών στα συναισθήματα του ασθενούς μπορεί να είναι οδυνηρές και μακροχρόνιες. Η θέα ή το άγγιγμα της ουλής μπορεί να πυροδοτήσει αναμνήσεις από τη στιγμή που εμφανίστηκε η ουλή. Είτε πρόκειται για τραύμα είτε για χειρουργική επέμβαση, οι λεπτομέρειες του γεγονότος που τον σημάδεψε για μια ζωή μπορεί να είναι τόσο ζωντανές και ωμές όσο την ημέρα που συνέβη.

Ίσως εσείς, ο αναγνώστης, να έχετε μια ουλή; Μπορεί να έχετε αρκετές. Αν ναι, μπορείτε να θυμηθείτε πώς αποκτήσατε την ουλή; Πού και πότε συνέβη αυτό το γεγονός; Ποιες αναμνήσεις και συναισθήματα σας έρχονται στο μυαλό όταν θυμάστε εκείνη την επέμβαση ή το ατύχημα; Αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε τη δική σας ουλή. Πώς νιώθετε; Αποφεύγετε να το αγγίζετε; Αν ναι, γιατί;

Οι άνθρωποι συχνά θυμούνται τις λεπτομέρειες των γεγονότων εκείνης της ημέρας με κάθε λεπτομέρεια. Οι ουλές μπορεί να φαίνονται και να είναι δυσάρεστες στην αφή. Στην πραγματικότητα, πολλοί άνθρωποι αποφεύγουν να κοιτάζουν ή να αγγίζουν τις δικές τους ουλές. Τις αντιπαθούν πάρα πολύ, προσπαθώντας να τις καλύψουν, ειδικά όταν είναι σε κοινή θέα, όπως στο πρόσωπο.

Για ορισμένους ανθρώπους, οι ουλές είναι σημάδι επιβίωσης. Σηματοδοτούν την προσωπική τους μάχη, μέσω της οποίας ξεπέρασαν τη δοκιμασία ή τη δοκιμασία τους. Ορισμένες ουλές φοριούνται σαν «έμβλημα τιμής». Σε ορισμένους πολιτισμούς συμβολίζουν μια ιεροτελεστία μετάβασης και οι αποδέκτες τους είναι περήφανοι από αυτούς.

Οι ουλές από αυτοτραυματισμό είναι συχνά μια εξωτερική έκκληση για βοήθεια και μπορεί να γίνουν σύμβολο υπερνίκησης και κατάκτησης των δικών τους εσωτερικών δαιμόνων.



Τα συναισθήματα που συχνά συνδέονται με τις ουλές (ή πιο συγκεκριμένα η αντίδραση του ασθενούς στα γεγονότα που δημιούργησαν τις ουλές του) περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων:

- χαμηλή αυτοεκτίμηση
- **διαταραχές ύπνου**
- απώλεια λίμπιντο/σεξουαλικής
- επιθυμίας, άγχος, κατάθλιψη
- **θυμός**
- φόβος
- προβλήματα αυτοαπέχθειας / αυτοεικόνας
- αίσθημα ότι το σώμα είναι «αποσυνδεδεμένο» με κάποιο τρόπο

Αν έχετε κάποια ουλή, νιώθετε κάποιο από τα συναισθήματα που περιγράφονται;

Όπως είπαμε, δεν έχουν όλοι αρνητικά συναισθήματα για τις ουλές τους, αλλά μερικές φορές οι άνθρωποι έχουν. Οι άνθρωποι μπορούν να κουβαλούν αυτά τα συναισθήματα για χρόνια μετά την επέμβαση ή το ατύχημα. Συχνά, και με την πάροδο του χρόνου, οι επιπτώσεις μπορεί να χειροτερέψουν. Τα συναισθήματα γίνονται πιο βαθιά ριζωμένα και εδραιωμένα στην ψυχή τους με την πάροδο του χρόνου.

Μερικά από αυτά τα συναισθήματα θα μπορούσαν να κατηγοριοποιηθούν, όπως αυτά που βιώνουν **Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες (ΔΜΤΣ)**.

Οι ασθενείς που νιώθουν κάποια από αυτά τα συναισθήματα όταν σκέφτονται ή αγγίζουν τις ουλές τους, δεν συνειδητοποιούν ότι μπορεί να γίνει κάτι για να αλλάξουν αυτά τα συναισθήματα.



Ευτυχώς, οι αρνητικές συναισθηματικές καταστάσεις μπορούν να αλλάξουν, συχνά αρκετά γρήγορα, μόλις η ουλή γίνει πιο «φυσιολογική». Είναι αρκετά ενδιαφέρον να παρατηρήσουμε: οι συναισθηματικές και ψυχολογικές καταστάσεις αλλάζουν καθώς αλλάζει η φυσική ουλή.

Διάσταση

Μια ενδιαφέρουσα παρατήρηση σχετικά με τις ουλές είναι αυτή της διασχιστικής κατάστασης. Αυτό συμβαίνει μερικές φορές με ουλές των άκρων (χέρια ή πόδια). Όταν η ουλή είναι μουδιασμένη και απευαίσθητοποιημένη, μερικές φορές κάνει το άτομο να νιώθει σαν το χέρι ή το πόδι να μην του ανήκει πλέον. Μπορεί να νιώθει σαν το συγκεκριμένο μέρος του σώματος να είναι ξένο και όχι μέρος του. Αυτή η στάση δείχνει διασχιστική στάση μέσα στον ίδιο του τον εαυτό. Ακολουθεί ένα παράδειγμα από την πραγματική ζωή:

Ένας 55χρονος άνδρας υποβλήθηκε σε χειρουργική επέμβαση για παγίδευση σερβίς στην ωλένη (αυτό είναι το νεύρο που πονάει όταν χτυπάς το «αστείο κόκκαλο» σου στον αγκώνα σου.

Η ουλή είχε μήκος περίπου 10 εκατοστά (4 ίντσες). Είχαν περάσει περίπου τρεις μήνες από την επέμβαση και περιέγραψε την ουλή στον αγκώνα ως μουδιασμένη. Με δικά του λόγια, ένιωθε ότι το χέρι του «δεν του ανήκε πλέον». Είχε ήδη αποσυνδεθεί από το χέρι του λόγω της έλλειψης αίσθησης στην ουλή του.

Μετά από περίπου 8 ή 9 λεπτά θεραπείας για την ουλή, του ζήτησα να ελέγξει ξανά την αίσθηση της ουλής και να μου πει αν είχε αλλάξει κάτι.

«Ναι», είπε με μάτια ορθάνοιχτα από έκπληξη, «το νιώθω». Τα επόμενα λόγια του ήταν δυνατά:

«Είναι σαν να ξαναβρήκα το χέρι μου!»

Η αποσύνδεση που βίωνε τις τελευταίες εβδομάδες είχε ξαφνικά εξαφανιστεί. Λόγω του γεγονότος ότι μπορούσε πλέον να νιώσει την ουλή του, αμέσως ήρθε σε μεγαλύτερη «επαφή» με το χέρι του. Δεν ένιωθε πλέον σαν να μην του ανήκε το χέρι του - σαν να είχε αποσπαστεί με κάποιο τρόπο. Όχι, επανενώθηκε με το σύνολό του.



Έχω παρατηρήσει μια παρόμοια αντίδραση σε ορισμένες γυναίκες με ουλές από καισαρική τομή. Μπορεί να βιώσουν μια παρόμοια διασχιστική κατάσταση, όπου το κάτω μέρος του σώματός τους αισθάνεται αποσυνδεδεμένο από το πάνω μέρος του σώματος, λόγω του μουδιάσματος που βιώνουν μέσω της ουλής. Ακόμα και μετά από πολλά χρόνια, αυτή η διασχιστική κατάσταση μπορεί να σταματήσει μόλις το αίσθημα επιστρέψει στην ουλωμένη περιοχή.

Όταν μπορούμε να επηρεάσουμε την ψυχολογική και συναισθηματική κατάσταση ενός ασθενούς βοηθώντας τον να νιώσει ξανά και ξανά τις ουλές του, τότε έχουμε δημιουργήσει ένα πολύ ισχυρό και μεταμορφωτικό γεγονός. Ένα γεγονός που θα φτάσει βαθιά στην καρδιά και την ψυχή ενός ατόμου.

Όταν είμαστε σε θέση να επηρεάσουμε την ψυχολογική και συναισθηματική κατάσταση ενός ασθενούς βοηθώντας τον να νιώσει ξανά και ξανά τις ουλές του, τότε έχουμε δημιουργήσει ένα πολύ ισχυρό και μεταμορφωτικό γεγονός. Είναι ένα γεγονός που θα φτάσει βαθιά στην καρδιά και την ψυχή ενός ατόμου. Στην πραγματικότητα, έχουμε δημιουργήσει ένα απίστευτο θεραπευτικό γεγονός. - επηρεάζοντας το σώμα, το μυαλό και το πνεύμα. Ένα πραγματικά ολιστικό θεραπευτικό αποτέλεσμα που αλλάζει τη ζωή τους προς το καλύτερο.

Όσοι δεν τους αρέσουν οι ουλές τους συχνά τις καλύπτουν. Μπορεί να μην τους αρέσει να τις κοιτάζουν - και σίγουρα δεν θέλουν να τις κοιτάζει κανείς άλλος.

Οι ουλές από αυτοτραυματισμό συχνά είναι κρυφές. Το άτομο συχνά ντρέπεται για όσα έχει κάνει στον εαυτό του στο παρελθόν. Για κάποιους, οι ουλές τους είναι ένα σημάδι θριάμβου επί των αντιξοοτήτων και μιας πραγματικά κακής περιόδου στη ζωή τους. Για άλλους, ισχύει το αντίθετο. Μισούν τον εαυτό τους για αυτό που έκαναν. Μισούν να κοιτάζουν τον εαυτό τους. Αυτές οι ουλές από αυτοτραυματισμό αντιπροσωπεύουν όλα όσα ήταν λάθος στη ζωή τους. Έγιναν «μούδιασμα» στο περιβάλλον τους και στους ανθρώπους γύρω τους. Ο μόνος τρόπος για να δημιουργήσουν κάποιο πραγματικό «συναίσθημα» ήταν να εκφράσουν τον θυμό και την απογοήτευσή τους βλάπτοντας τον εαυτό τους.

Αυτό είναι ένα πολύπλοκο θέμα και εμπλέκονται πολλά συναισθήματα. Ευτυχώς, έχουμε πολλά παραδείγματα ανθρώπων που άλλαξαν ολόκληρη την οπτική τους για τη ζωή όταν τα σημάδια επέστρεψαν.

Παρόμοιες αλλαγές και βελτιώσεις έχουμε επίσης με άτομα που βιώνουν διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD) λόγω των τραυματικών γεγονότων που έχουν βιώσει. Αυτά τα γεγονότα μπορεί να προέρχονται από ένα ευρύ φάσμα αιτιών, που κυμαίνονται από προγραμματισμένες και επείγουσες χειρουργικές επεμβάσεις, έως άτομα που επηρεάζονται από κακοποιητικές σχέσεις, ακόμη και από το πεδίο της μάχης του πολέμου.



Όταν τα συναισθήματα συνδέονται με τα γεγονότα που δημιουργήσαν τις σωματικές τους ουλές, μπορούμε να γίνουμε μάρτυρες εκπληκτικών μεταμορφώσεων. Όπως ακριβώς η συναισθηματική και ψυχολογική υγεία μπορεί να επηρεαστεί αρνητικά από σωματικά γεγονότα που συμβαίνουν σε ένα άτομο, μπορούμε επίσης να επηρεάσουμε θετικά την ψυχολογική κατάσταση μέσω της θεραπείας του φυσικού σώματος - αντιμετωπίζοντας αυτές τις ουλές και φέρνοντας συναίσθημα και επανασύνδεση με τον εαυτό μας.

Αυτό το θέμα προφανώς χρειάζεται περαιτέρω διερεύνηση, καθώς τα οφέλη για άτομα με ουλές που συμβάλλουν στη διαταραχή μετατραυματικού στρες, ουλές από αυτοτραυματισμό, επείγουσες χειρουργικές επεμβάσεις, θύματα εγκαυμάτων και μια πληθώρα καταστάσεων που προκαλούν σωματικές ουλές, είναι τεράστια.

Τελικά...

Ελπίζω πλέον να αρχίζετε να συνειδητοποιείτε ότι οι ουλές είναι εξαιρετικά σημαντικές και επηρεάζουν τους ανθρώπους με τόσους πολλούς διαφορετικούς τρόπους. Οι μικρές ουλές μπορούν να προκαλέσουν μεγάλες επιπτώσεις, τόσο στη σωματική όσο και στη συναισθηματική υπόσταση του ατόμου.

Ολοκληρώνω αυτό το μικρό ηλεκτρονικό βιβλίο με μερικές ιστορίες, γραμμένες από τα ίδια τα άτομα ή από τους θεραπευτές τους. Διαβάζοντας αυτές τις ιστορίες, ελπίζω να σας κάνω να καταλάβετε τη σημασία της θεραπείας των ουλών και την απόλυτη ευχαρίστηση και τα μεταμορφωτικά αποτελέσματα που προσφέρει η θεραπεία των ουλών.

Η ιστορία της Κιμ:

«Η ουλή είναι από την καισαρική τομή μου, από τον Αύγουστο του 2021. Τον Οκτώβριο του 2021 έκανα την πρώτη μου θεραπεία για την ουλή». Η ουλή επηρέασε την Κιμ με τόσους πολλούς τρόπους:

«Πριν από τη θεραπεία της ουλής, ένιωθα ότι το σώμα μου ήταν περιορισμένο. Η ουλή ήταν τεταμένη και τραβούσε το σώμα μου προς τα εμπρός και προς τα κάτω. Η κοιλιά μου ήταν πρησμένη με έναν περίεργο τρόπο και είχα προβλήματα με την κένωση των εντέρων μου. Ένιωθα επίσης ότι η ουλή με επηρέαζε ψυχολογικά. Ένιωθα πεσμένη και λυπημένη και ήμουν πολύ κουρασμένη και εξαντλημένη.»

Η Κιμ συνεχίζει: «Μερικές φορές είχα επίσης τρομερό πόνο τόσο στην ουλή όσο και στην κοιλιά μου, μετά βίας μπορούσα να περπατήσω ή ακόμα και να περιστρέψω το πάνω μέρος του σώματός μου. Φυσικά, δεν είναι τόσο περίεργο που μπορεί να χρειαστεί χρόνος για να αναρρώσω μετά την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, ειδικά μετά από μια μεγάλη χειρουργική επέμβαση στην κοιλιά. Μου έλεγαν να κάνω υπομονή, να δώσω χρόνο, να μην περιμένω να κινηθώ ελεύθερα και να μπορώ να ασκηθώ μέχρι να περάσει περισσότερος χρόνος».

«Αλλά ένιωθα ότι υπήρχε κάτι περισσότερο σε αυτό, τόσο συναισθηματικά όσο και σωματικά, από το ότι η ουλή χρειαζόταν απλώς περισσότερο χρόνο. Δεν μπορούσα να δεχτώ ότι ολόκληρη η άδεια μητρότητά μου θα πήγαινε «χαμένη» ή ότι εγώ θα ήμουν τόσο περιορισμένη.»

«Ευτυχώς ανακάλυψα ότι η θεραπεύτριά μου, η Μόνικα, κάνει αυτή τη θεραπεία για τις ουλές και επικοινωνήσα αμέσως μαζί της. Δέκα εβδομάδες μετά την καισαρική τομή, έκανα την πρώτη μου θεραπεία.»

Θεραπεία: «Την πρώτη φορά, στα μισά της θεραπείας, η Μόνικα μου ζήτησε να αγγίξω την ουλή μου και αμέσως άρχισα να κλαίω. Ένιωθα σαν εμένα, μπορούσα να νιώσω την κοιλιά μου και τόλμησα να αγγίξω την ουλή, κάτι που δεν τολμούσα να κάνω πριν. Και ήταν ένα υπέροχο συναίσθημα ότι οι αισθήσεις μου είχαν επιστρέψει.

Αμέσως μετά την πρώτη θεραπεία μπόρεσα να καθίσω για να δέσω τα κορδόνια των παπουτσιών μου. Πέταξα έξω από την κλινική της Μόνικα με το κεφάλι μου ψηλά στα σύννεφα! Όλα είχαν ηρεμήσει, ένιωθα ξανά ελεύθερη και χαρούμενη.»

«Έκανα άλλες 2 θεραπείες και τώρα η ουλή δεν με ενοχλεί πια, η μόνη φορά που μπορώ να νιώσω ότι υπάρχει είναι όταν η κόρη μου με κλωτσάει στην ουλή ενώ τη θηλάζω, χαχα.»

Γυμνάζομαι, πηγαίνω βόλτα, κουβαλάω το μωρό μου, σηκώνω το καρότσι και τόσο το πρήξιμο στην κοιλιά μου όσο και τα προβλήματα με τα έντερα μου έχουν εξαφανιστεί. Έχω ξαναβρεί τη σπίθα μου στη ζωή.

«Δεν μετανιώνω ούτε λεπτό που πήγα στη Monika Lindblom (ιατρός MSTR®) για να περιποιηθεί την ουλή μου.» - Kim Rolfsson - Σουηδία.



Προεπεξεργασία



Μετά τη θεραπεία



Η συγκλονιστική ιστορία της Σούζαν

Η Σούζαν* ήρθε σε μένα με το παράπονό της για πόνους «σαν κεραυνό» στην αριστερή πλευρά του προσώπου της, για τους οποίους έπρεπε να προετοιμαστεί κάθε φορά που έσκυβε για να φορέσει παπούτσια, να βήξει ή να γελάσει. Έχει ιστορικό προβλημάτων στα αυτιά με απώλεια ακοής. Κατά τη διάρκεια της Covid υποβλήθηκε σε επείγουσα χειρουργική επέμβαση στο πάγκρεας, ακολουθούμενη από λοίμωξη και μερικές άλλες επεμβάσεις για να γίνουν όλα σωστά. Είπε ότι είπε στον άντρα της ότι ένιωθε σαν να πέθαινε μέσα της και ότι έπρεπε απλώς να δοκιμάσει κάτι διαφορετικό. Ένιωσα ότι η ιατρική...



Η κοινότητα και ο χειροπράκτης της δεν φαινόταν να καταλαβαίνουν τι της συνέβαινε. Μου είχε παραπέμψει ένα άλλο μέλος της οικογένειάς της. Έτσι, μετά από 6 μήνες ταλαιπωρίας, σκέφτηκε ότι θα έπρεπε να έρθει να το δοκιμάσει η ίδια (αλλά δεν ήξερε τίποτα για το MSTR®).

Ιστορικό ουλών

Όταν η Σούζαν* έκλεισε το ραντεβού, της είπα να σκεφτεί όλους τους τραυματισμούς της, τις ουλές και τις χειρουργικές επεμβάσεις της και να κάνει μια λίστα για την επόμενη εβδομάδα. Θα τα συζητούσαμε στη συμβουλευτική συνεδρία. Συνέχισε να μου λέει για τους πολλαπλούς σωλήνες στα αυτιά της σε όλη της τη ζωή, έχει επίσης βηματοδότη λόγω ενός ηλεκτρικού προβλήματος με την καρδιά που προκαλεί «πνευμονογαστρική πτώση», όπως το εξήγησε, (πόνος στην ίδια πλευρά του προσώπου).

Μιλήσαμε για το τραυματικό συμβάν της επείγουσας χειρουργικής επέμβασης που αφορούσε το πάγκρεας της, επίσης για την αφαίρεση της χοληδόχου κύστης, την αφαίρεση του σπλήνα της, μια λαπαροσκοπική χειρουργική επέμβαση για την αφαίρεση μιας κύστης σε μια ωοθήκη, πώς έσκισαν την αρτηρία της κατά τη διάρκεια χειρουργικής επέμβασης στο έσω αυτί, την ουλή στο δεξιό γόνατο από σπασμένο γυαλί, την ουλή στο αριστερό χέρι από την αφαίρεση πυρήνα από ένα μήλο, τις ουλές στη βουβωνική χώρα από την τοποθέτηση στεντ.

— - γελάσαμε λίγο που έπαιζε το παιχνίδι του να βλέπει πόσα όργανα μπορεί να ζήσει χωρίς!

Έπειτα, μου διηγήθηκε την ιστορία γύρω από τη γέννηση του γιου της με καισαρική τομή. Εκείνη τη στιγμή, καθώς σάρωνε νοερά το σώμα της από την κορυφή ως τα νύχια για να δει αν ξέχασε να μου πει κάτι, είπε: «Ω! Ξέχασα να σου πω για τη μεγαλύτερη και παλαιότερη ουλή μου!»

Στα επτά της χρόνια υποβλήθηκε σε χειρουργική επέμβαση επιδιόρθωσης καρδιακής βαλβίδας. Η ουλή εκτείνεται περίπου από την «αριστερή» (πλευρά ηλεκτροσόκ στη γνάθο) πλευρά της ξιφοειδούς απόφυσης, κάτω από το αριστερό στήθος, ταξιδεύοντας κάτω από το αριστερό της μπράτσο, κατά μήκος του

πλευρά και γύρω από το σώμα, κάτω από την κάτω γωνία της αριστερής ωμοπλάτης και καταλήγοντας περίπου στο Θ4/5. Υπάρχει επίσης μια ουλή στη δεξιά πλευρά της σπονδυλικής στήλης ελαφρώς κάτω από αυτό το τελικό σημείο, όπου εισήχθη η παροχέτευση.

Ιατρικό Ιστορικό

Η Σούζαν* παλεύει με ψωρίαση που εντοπίζεται ακριβώς στην ουλή κάτω από το αριστερό στήθος, καθώς και πίσω από τα αυτιά της και στο τριχωτό της κεφαλής της. Έχει διαγνωστεί με ψωριασική αρθρίτιδα, διαβήτη, χρόνια κόπωση, ινομυαλγία και εμβοές.

Έχει υποστεί μια σημαντική πτώση στον ουραίο οστό της, η οποία την προκάλεσε λιποθυμία. Έχει ιστορικό ημικρανιών και λίθων στα νεφρά. Ενεπλάκη σε τροχαίο ατύχημα όπου υπέστη οπίσθια κάκωση. Επίσης, πρόσφατο τραύμα στον ώμο από πτώση. Πόνος που περιγράφεται ως 3/10 στην κάτω θωρακική μοίρα της σπονδυλικής στήλης (φαίνεται να έχει κάποια ήπια σκολίωση), 1-8/10 στον αριστερό ώμο ανάλογα με το τι κάνει, 2/10 στην περιοχή του μετώπου και αιχμές ξαφνικών ηλεκτρικών σοκ 8/10 στην αριστερή γνάθο/ πρόσωπο. Περιοχή απαγωγής ώμου: Δεξί χέρι: 145 μοίρες, Αριστερό χέρι: 45 μοίρες. Ήπιος-Μέτριος περιορισμός στην αυχενική στροφή τόσο αριστερά όσο και δεξιά, καθώς και στην πλάγια κάμψη και έκταση.

Συνεδρίες Θεραπείας

Πρώτη συνεδρία: MSTR® στην παλαιότερη και μακρύτερη ουλή— την επισκευή καρδιακής βαλβίδας που τυλίγεται γύρω από την αριστερή πλευρά του σώματος. Δούλεψα πολύ αργά και προσεκτικά καθώς μιλούσε σε μικρές δόσεις για την ιστορία. Στο πρώτο σετ περασμάτων δούλεψα περίπου 1-2 εκατοστά κατά μήκος της άκρης της ουλής κατά μήκος της σειράς των κουκκίδων από τα ράμματα που χρησιμοποιήθηκαν, δουλεύοντας από το θωρακικό άκρο της ουλής προς το στήθος. Στο δεύτερο σετ περασμάτων μπόρεσα να δουλέψω απευθείας πάνω στην ουλή μόνο από το θωρακικό άκρο μέχρι περίπου στο επίπεδο της μασχαλιαίας περιοχής. Είχε χορτάσει για την ημέρα. Εξεπλάγη από το πόσο επώδυνη ήταν σε ορισμένα σημεία, καθώς είπε ότι «δεν την αγγίζει ποτέ, την έχει ξεχάσει».

ΔΕΝ έκανα καμία άλλη δουλειά σε αυτή τη συνεδρία. Όταν σηκώθηκε από το τραπέζι και βγήκε από το δωμάτιο, είπε «Δεν μπορώ να το πιστέψω, μπόρεσα να σκύψω, να βάλω τα παπούτσια μου και να τα δέσω ΧΩΡΙΣ ΚΑΝΕΝΑΝ ΔΥΣΤΥΧΙΚΟ ΠΟΝΟ Ή ΣΟΚ στο σαγόνι ή το πρόσωπό μου». Είπε ότι εξακολουθούσε να αισθάνεται κάποια πίεση, σαν να είναι ακόμα εκεί, αλλά ΤΙΠΟΤΑ όπως ήταν πριν από τη συνεδρία! Η περιστροφή του δεξιού βραχίονα μετά τη θεραπεία αυξήθηκε στις 180 μοίρες, ενώ το αριστερό παρέμεινε στις 45 μοίρες. Η αυχενική στροφή και έκταση του αυχένα παρουσίασαν δραματική βελτίωση, ενώ η πλάγια κάμψη μόνο ήπια βελτίωση.

Δεύτερη Συνεδρία: Πριν από τη θεραπεία, η Susan* δήλωσε ότι το αριστερό της χέρι εξακολουθεί να πονάει όταν ψάχνει για πράγματα ή φοράει το παλτό της. Το πρόσωπό της πονάει μόνο όταν βήχει ή γελάει. Είχε μια πολύ αγχωτική εβδομάδα και ήθελε απλώς μια χαλαρωτική συνεδρία, οπότε έκανα θεραπεία Bowenwork® αυτή τη φορά. Είπε ότι ένιωθε τρέμουλο, να αιωρείται και να κολλάει στο τραπέζι.

Τρίτη και Τέταρτη Συνεδρία: Έκανα MSTR® στην ουλή σπλήνα/πάγκρεας από ακριβώς έξω από το ξιφοειδές μέχρι και γύρω από τον ομφαλό μέχρι το σημείο που συναντά την εγκάρσια ουλή καισαρικής τομής. Κάναμε επίσης και κάποια Art of Bodywork®. Η Susan* συνεχίζει να σημειώνει πρόοδο καθώς συνεχίζουμε να επεξεργαζόμαστε αυτήν την περίπλοκη περίπτωση. Έχουμε περισσότερη δουλειά να κάνουμε στην ουλή καισαρικής τομής, καθώς και στην ουλή επιδιόρθωσης καρδιακής βαλβίδας, η οποία επί του παρόντος έχει μια ενεργή περιοχή φλεγμονώδους ψωρίασης κάτω από το αριστερό στήθος που πρέπει πρώτα να επουλωθεί.

Ανταμοιβή

Η μεγαλύτερη ανταμοιβή που άγγιξε περισσότερο την καρδιά μου ήταν να ακούσω τα λόγια:

«Όχι μόνο ο πόνος στο πρόσωπό μου έχει φύγει, αλλά δεν έχω πλέον την αίσθηση του θανάτου μέσα μου».

Δήλωσε επίσης ότι απλά δεν μπορεί να πιστέψει πόσο πολύ μπορούν να κάνουν αυτές οι ανεπαίσθητες, απαλές κινήσεις...

δραματικές αλλαγές. Η Σούζαν* μοιράστηκε ότι

Πάντα ένιωθε «ασταθής και χωρίς ισορροπία στα πόδια της» και πίστευε ότι αυτό οφειλόταν στο ότι είχε πρόβλημα με τα αυτιά της σε όλη της τη ζωή. Τότε, μια μέρα, αφού είχε παρκάρει σε ένα μέρος που παρκάρει κάθε εβδομάδα και περπατούσε στο ίδιο πεζοδρόμιο, συνειδητοποίησε ότι δεν δυσκολευόταν να κρατήσει την ισορροπία της. Είπε ότι νιώθει τόσο προσγειωμένη και ισορροπημένη και δεν δυσκολεύεται πλέον να νιώθει ασταθής στα πόδια της!

Ο χρόνος δεν μου επιτρέπει να γράφω για κάθε περίπτωση. Έχουμε ακούσει «αν κάτι ακούγεται πολύ καλό για να είναι αληθινό, πιθανότατα είναι».....λοιπόν, οι MSTR®, Art of Bodywork® και Bowenwork® καταρρίπτουν αυτή τη θεωρία, ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ!

* Το όνομα έχει αλλάξει

από την Tina S. Hull, LMT - MSTR® Practitioner & Instructor Bowenwork® Specialist

Η ιστορία της Λόρελ

Ουλώδης Ιστός και Υπογονιμότητα

Μια 28χρονη φίλη μου ήρθε σε μένα περίεργη αν η θεραπεία απελευθέρωσης ουλώδους ιστού που της πρόσφερα θα μπορούσε να τη βοηθήσει. Είχε υποστεί μια έκτοπη κύηση και επακόλουθη επείγουσα χειρουργική επέμβαση το 2017 και από τότε είχε υποστεί πολλές τραυματικές αποβολές πολλαπλών σταδίων. Επισκέφτηκε τον γιατρό της και της είπαν ότι είχε σοβαρή φλεγμονή που σχετιζόταν με τις επαναλαμβανόμενες απώλειές της. Την παρέπεμψαν σε λαπαροσκοπική χειρουργική επέμβαση για την αφαίρεση του ουλώδους ιστού που είχε αναπτυχθεί. Ωστόσο, ένιωθε ότι πρέπει να υπάρχει μια εναλλακτική προσέγγιση επούλωσης και ήρθε σε μένα για θεραπεία ουλώδους ιστού.

Μίλησα μαζί της εκτενώς για την επέμβαση και τις αποβολές της. Μου εξήγησε ότι δεν ένιωθε άνετα να αγγίζει τις λαπαροσκοπικές ουλές της και ότι κάτι τέτοιο της προκαλούσε μια πολύ δυσάρεστη αίσθηση που περιέγραψε ως «αηδιαστικό». Μετά από περαιτέρω αξιολόγηση, βαθμολόγησε το επίπεδο συναισθημάτων που συνδεόταν με τις ουλές της με 8-9/10 σε σοβαρότητα - κάτι που θα υποδήλωνε έντονη δυσφορία ή αναστάτωση. Ως φίλη της, μπόρεσα να πορευτώ μαζί της μέσα από τη βαθιά θλίψη και την κατάθλιψη που ένιωθε μέσα από αυτές τις απώλειες.

Κατά τη διάρκεια της θεραπείας, δούλεψα προσεκτικά γύρω από τις λαπαροσκοπικές τομές και βαθύτερα προς την περιοχή των σαλπίνγων. Η απαλή ψηλάφηση μου επέτρεψε να εντοπίσω βαθύτερα στρώματα ινώδους ιστού, τα οποία μπόρεσα να αντιμετωπίσω. Ασχολήθηκα με υποστηρικτικές δομές, όπως το διάφραγμα και τους καμπτήρες του ισχίου, για να ενθαρρύνω την απελευθέρωση από τη θλίψη.

Αφού σηκώθηκε από το κρεβάτι θεραπείας, ένιωσε ρίγη και ναυτία, καθώς και ζάλη. Την τύλιξα σε μια ζεστή κουβέρτα και έφτιαξα λίγο τσάι. Την περπάτησα ανάποδα για να επιτρέψω στο σώμα της να επεξεργαστεί και να επανενταχθεί, με εμένα ακριβώς από πίσω για ισορροπία και υποστήριξη.

Αργότερα, μου είπε ότι κατά τη διάρκεια της συνεδρίας βίωσε έντονα συναισθήματα θλίψης και θλίψης. Καθώς περνούσε η μέρα, ένιωθε εκπληκτικά βαθιά κόπωση και, παρά το ιστορικό αϋπνίας που είχε, μπόρεσε να κοιμηθεί για αρκετές ώρες και αργότερα το ίδιο βράδυ, να κοιμηθεί ήσυχα - κάτι που ήταν σχεδόν ανέφικτο πριν.

Μόλις ξύπνησε από τον υπνάκο της την πρώτη μέρα, πήγε στην τουαλέτα και παρατήρησε σκούρα ούρα συνοδευόμενα από επανεμφάνιση ρίγων.

Μέρες, θα έλεγε ότι είχε διατηρήσει την ικανότητα να κοιμάται πιο ήσυχα και ότι βίωνε μια αυξανόμενη αίσθηση γαλήνης στο σώμα της, εκεί που πριν υπήρχε μεγάλος συναισθηματικός πόνος και η αναταραχή της θλίψης και της κατάθλιψης.

Επισκέφτηκε τον χειροπράκτη της μερικές εβδομάδες αργότερα και με υπερηχογράφημα επιβεβαίωσε ότι η σάλπιγγα είχε πλέον ανοίξει. Έμεινε έγκυος μέσα σε ένα μήνα και κατάφερε να κυοφορήσει με επιτυχία το μωρό της μέχρι την ωορρηξία. Το αγοράκι της είναι τώρα 8 μηνών.

Πόσο μαγικό να τον κρατάω στην αγκαλιά μου, γνωρίζοντας το απίστευτο ταξίδι της μητέρας του. Αυτή ήταν μια από τις πρώτες μου περιπτώσεις που χρησιμοποίησα θεραπεία ουλών MSTR® στο ιατρείο μου και συχνά μου έρχεται στο μυαλό μέχρι σήμερα ως μια από τις καλύτερες.

εμπειρίες που είχα στην αμαξωματοθεραπεία. Αποτελεί παράδειγμα των πολύπλοκων πολυσυστημικών επιδράσεων που μπορεί να έχει ο ουλώδης ιστός στο σώμα και του μεγάλου αντίκτυπου που μπορούμε να έχουμε στη ζωή των πελατών μας όταν μαθαίνουμε να αντιμετωπίζουμε τον ουλώδη ιστό με σύνεση.



Από την Θεραπεύτρια Ιατρικού Μασάζ Laurel Maier, LMT –
Lynwood, Washington, ΗΠΑ - επαγγελματίας MSTR®



Επόμενα βήματα...

Ελπίζω αυτό το μικρό ηλεκτρονικό βιβλίο να σας βοήθησε να επιστήσετε την προσοχή στον ρόλο που μπορούν να διαδραματίσουν οι ουλές όχι μόνο στη σωματική σας ευεξία, αλλά και στη συναισθηματική σας υγεία.

Πολλοί άνθρωποι πιστεύουν ότι δεν μπορούν να γίνουν πολλά για τις ουλές. Οι εκατοντάδες, αν όχι χιλιάδες, ιστορίες που έχω διαβάσει επιβεβαιώνουν ότι αυτή η άποψη είναι εντελώς αναληθής. Αντιθέτως, πολλά μπορούν να γίνουν για να βελτιωθούν οι σωματικές και ψυχικές επιπτώσεις των ουλών.

Εάν είστε μέλος του κοινού Αναζητώντας βοήθεια με τις επιπτώσεις των ουλών σας, είτε πρόκειται για μούδιασμα, δυσκαμψία, πόνο και περιορισμό της κίνησης, είτε εάν αντιμετωπίζετε κάποιες από τις συναισθηματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις των ουλών, τότε επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας και βρείτε τον πλησιέστερο εξειδικευμένο επαγγελματία MSTR®. (Δείτε τη σελίδα 3)

Η ίδια η θεραπεία MSTR® δεν είναι επεμβατική, επώδυνη ή δυσάρεστη. Μερικοί άνθρωποι βρίσκουν ακόμη και μια χαλαρωτική εμπειρία για τη θεραπεία MSTR®.

Οι βελτιώσεις τόσο στις σωματικές όσο και στις συναισθηματικές επιπτώσεις συχνά βελτιώνονται από την πρώτη συνεδρία.

Εκτός από τον ουλώδη ιστό, οι επαγγελματίες υγείας σε όλο τον κόσμο έχουν παρατηρήσει βελτιώσεις σε παρουσιάσεις όπως:

- Πελματιαία απονευρωσίτιδα
- Περιορισμοί στην κίνηση του ώμου
- Αθλητικοί τραυματισμοί όπως τετρακέφαλοι και ρήξεις οπίσθιων μηριαίων
- Σύνδρομο μασχαλιαίου ιστού (AWS)
- Σύσπαση Dupuytren
- Νόσος Peyronie
- Υποκείμενος ινώδης ιστός από παλαιότερους τραυματισμούς όπου το δέρμα δεν είχε τρυπηθεί
- Οποιοσδήποτε περιοχές πυκνού, ινώδους ιστού

Το MSTR® είναι μια ευέλικτη, απλή και μη επώδυνη προσέγγιση για τη θεραπεία ουλών και ινώδους ιστού. Το χαμηλό κόστος αυτού του ηλεκτρονικού βιβλίου θα αποσβεστεί με το παραπάνω μετά από επιτυχή θεραπεία και θα αποδειχθεί μια αξιόλογη μικρή επένδυση.

Εάν είστε επαγγελματίες υγείας: Το MSTR ενσωματώνεται εύκολα στην υπάρχουσα πρακτική σας και χρησιμοποιείται από επαγγελματίες από ένα ευρύ φάσμα θεραπευτικών υποβάθρων, όπως:

- Γιατροί
- Νοσηλευτές ογκολογίας
- Χειροπρακτικοί
- Οστεοπαθητικοί
- Φυσικοθεραπευτές
- Μυοπεριτονιακοί
- Θεραπευτές Μασέρ
- Δάσκαλοι Pilates και Γιόγκα

Προσφέρουμε εκπαίδευση σε αυτήν την σταθερά αποτελεσματική και αξιόπιστη μέθοδο θεραπείας ουλών.

Δεν χρησιμοποιούνται κρέμες, έλαια ή τζελ. Δεν απαιτείται εξοπλισμός ή εργαλεία. Το MSTR® βασίζεται αποκλειστικά στην ευαισθησία των χεριών του θεραπευτή.

Το MSTR® είναι:

- Αποτελεσματικός
- Οικονομικά αποδοτικό για μάθηση
- Εύκολη ενσωμάτωση στην πρακτική σας Εύκολο
- στην εκμάθηση και την τελειοποίηση
- Παράγει υψηλά επίπεδα θετικών αποτελεσμάτων

και παρέχουμε...

- Ένα υποστηρικτικό πλαίσιο για μάθηση
- Μια έμπειρη ομάδα εκπαιδευτών που νοιάζονται για τη δουλειά τους.
- Εξαιρετική υποστήριξη από φοιτητές και επαγγελματίες.

Τα μονοήμερα εκπαιδευτικά μας μαθήματα σάς διδάσκουν πώς να αντιμετωπίζετε με επιτυχία τις μετεγχειρητικές ουλές, καθώς και τις κρυφές, υποκείμενες ουλές. Το χαμηλό κόστος αυτού του ηλεκτρονικού βιβλίου θα αποσβεστεί με το παραπάνω όταν μάθετε πώς μπορείτε να αντιμετωπίζετε τις ουλές αποτελεσματικά και με επιτυχία. Θα πρέπει να αποδειχθεί ότι είναι τα καλύτερα χρήματα που έχετε επενδύσει ποτέ.

Σχετικά με τον συγγραφέα:

Αρχιτέκτονας του MSTR® είναι ο συγγραφέας αυτού του βιβλίου, Alastair McLoughlin. Το υπόβαθρό του στις χειροθεραπείες ξεκινά στις αρχές της δεκαετίας του 1980.

Ο Άλαστερ είναι Βρετανός και ζει και εργάζεται στην Έσση της Γερμανίας.

Το MSTR® διδάσκεται αυτήν τη στιγμή (μέσα του 2022) σε 10 γλώσσες σε 24 χώρες από μια ομάδα 25 εκπαιδευτών.

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με την εκπαίδευση και να κατεβάσετε τις ερευνητικές μας εκθέσεις, ανατρέξτε στην τρίτη σελίδα αυτού του βιβλίου.



Για περισσότερες πληροφορίες, παρακαλούμε στείλτε email στον συγγραφέα στη διεύθυνση:

info@mcloughlin-scar-release.com





Η ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΠΛΕΥΡΑ ΤΩΝ ΟΥΛΩΝ

με
Alastair McLoughlin LCSP, BTAA

*Αλλάζοντας
ζωές προς το
καλύτερο*

