

Остеопат

Послан ir-ina - 04.01.2019 18:21

Ранний осмотр предотвращает проблемы в будущем

Перевод статьи Виолы Фрайман

Эта статья написана Виолой Фрайман, одним из известнейших и старейших остеопатов мира.

Доктор Виола Фрайман, председатель правления и медицинский директор Остеопатического Центра для Детей и Семей в Сан-Диего, считает, что сразу после рождения ребенок должен быть осмотрен остеопатом и при необходимости должна быть проведена остеопатическая коррекция. Это превентивная медицина в лучшем своем проявлении. Чем скорее ребенку будет оказана необходимая помощь, тем быстрее в теле будет установлено оптимальное движение. Чем скорее будет оптимизировано дыхание и циркуляции, а также движения нервной системы, тем быстрее будут уменьшены негативные эффекты, которые могли быть созданы в процессе рождения. Это не значит, что все проблемы будут искорены, в случае, если они достаточно серьезны, но они могут быть уменьшены.

Прежде всего, я хочу немного поговорить об остеопатии в целом. Я хочу рассказать вам о том, чем отличается взгляд на проблему обычного врача от взгляда врача-остеопата.

Когда ваш ребенок только родился, его, прежде всего, осмотрел педиатр. Осмотр производится с целью убедиться, что у ребенка нет врожденных дефектов, видимых или скрытых, например, в легких или сердце или в пищеварительном тракте, а также, чтобы удостовериться, что все системы функционируют достаточно эффективно.

Врачи-остеопаты, каковыми мы являемся, фокусируют свое внимание на большем количестве признаков, так как понимают, что процесс рождения является, наверное, самым травматическим опытом, который большинство людей испытывают в своей жизни.

Исследование 1 250 новорожденных показало, что только 10% из них обладают здоровым, свободно движущимся черепным механизмом. Другими словами, все кости черепа правильно расположены и двигаются так, как должны. Этот показатель (10%) оставался постоянным в результатах различных исследований, проводимых среди новорожденных.

Доля детей с сильными, явными нарушениями черепного механизма, видимыми невооруженным глазом деформациями составляет около 8-10%.

Что касается оставшихся 80% новорожденных, проблемы в этой группе могут быть обнаружены врачом-остеопатом – специалистом с особыми навыками, позволяющими ощущать мелкие и неявные затруднения в работе механизма. В этом возрасте дети могут еще не проявлять крупных клинических проблем.

Ребенок может срыгивать. Ребенок может иметь трудности с обучением кормиться из груди, которые проходят через 24-48 часов. Рвота может продолжаться на протяжении дней, иногда недель, и часто мы слышим рассказы о том, что «предположительно, молоко не подходит ребенку», мать решает прекратить грудное вскармливание и использовать смеси. Перебрав много видов и не найдя решения проблемы, в смеси начинают добавлять хлопья, чтобы загустить их, и часто это, как кажется родителям, решает проблему.

Тот факт, что ребенка тошнило в ранний период после рождения или то, что у ребенка были трудности с обучением кормиться из груди, очень важен с диагностической точки зрения. Он сообщает нам, что в голове у ребенка есть определенное сдавливание, которое раздражает два важных нерва, выходящих из основания черепа: первый – это двенадцатый, подъязычный нерв, отвечающий за активность языка, и поэтому очень важный для процесса грудного кормления. Второй – это десятый краниальный нерв, который тесно связан с активностью пищеварительного тракта в этом возрасте. Эти два симптома являются очень важными указателями на наличие проблемы в это время.

На протяжении периода с рождения до пяти лет педиатры регулярно проверяют у детей уши, горло, глаза, сердце, легкие, пищеварительный тракт. Другими словами, функционирует ли тело ребенка эффективно?

Многие дети получают ушные инфекции. Проверяются уши и, если инфекции возникают много раз, проводится проверка слуха, а также различные другие тесты, связанные с ушами. Но ухо само по себе не является чем-то одиноко висящим в космосе. Ухо – это часть общего механизма в теле. Например, ухо держится на том, что мы называем височной костью. Если потрогать себя за ухом, то можно почувствовать заостренную кость, так называемый сосцевидный отросток.

Из внутренней части уха, известной под именем среднее ухо, в горло идет евстахиева труба. По этой причине происходящее в горле имеет отношение к происходящему в среднем ухе и наоборот. Часто проблема может начаться с ангины, простуды и развиться в ушную инфекцию. Вот почему состояние горла и состояние уха очень тесно связаны.

Давайте ненадолго вернемся к височной кости. Височная кость соединена или связана с большинством других костей головы, напрямую или через другую кость между ними. Таким образом, если ребенок упал на заднюю часть головы, и соединение между этой костью и затылочной костью сзади головы сжалось, кости не смогут свободно двигаться по отношению друг к другу.

Предположим, что ребенок после падения поплакал некоторое время, получил синяк или припухлость, и все прошло. А через несколько недель началась ушная инфекция. При этом вы можете обнаружить, что инфекция в ухе развилась с той же самой стороны, которая была повреждена при падении.

В результате падения могло нарушиться кровоснабжение уха через артерии, венозный отток через вены, лимфатический отток. Если же этого не произошло, то была прервана ритмическая мобильность височной кости. В случае травмы она нарушается в той же степени, в какой оказывается нарушенной присущая этой кости подвижность. Более того, при падении на заднюю часть головы, удар может нарушить положение костей шеи, а кровеносное снабжение идет через шею вверх к височной кости.

Таким образом, ушные проблемы не ограничиваются только ухом. Они могут быть связаны с определенными вещами, которые происходят гораздо ниже этого уровня. Теперь нам становится понятно, что невозможно локализовать инфекцию в ухе, так как она связана с другими частями тела. Кровеносный цикл начинается в сердце и заканчивается в сердце, поэтому все, что лежит между сердцем и височной костью может быть фактором. Лимфатический отток связан с определенными структурами в шее, уходя вниз за ключицу. Все, что находится в этой области, также может быть связано с ушной инфекцией.

Часто приходится слышать истории о том, как у ребенка снова и снова повторяются инфекции уха. Первая может произойти в возрасте шести лет. Его лечат антибиотиками и болезнь отступает. Но через пару месяцев возвращается. Его снова лечат антибиотиками и вылечивают, но через шесть месяцев – снова инфекция. И так продолжается снова и снова, возможно на протяжении нескольких лет, одна инфекция за другой.

В какой-то момент родители осознают, что должно быть существует и иной путь лечения. Однако к тому времени ребенок может уже потерять остроту слуха на одном или обоих ушах.

Теперь самое время вернуться назад и поинтересоваться, имеются ли какие-либо свидетельства родовой травмы, которая могла запустить этот процесс, и были ли какие-нибудь травмы с того времени, на которые ребенок отвечает этой восприимчивостью к инфекциям.

Все это приводит нас к первому аспекту остеопатической концепции – остеопатическому подходу к пациенту, что означает, что мы изучаем пациента в целом. Мы не смотрим только на точку, от которой идут симптомы, и не уделяем внимание исключительно ей. Что есть во всех частях ребенка, что вызывает такие проявления в определенной области? Проявлениями могут служить неврологические нарушения. Ребенок может быть гиперактивным: он не может спокойно сидеть за едой, не может спокойно вести себя в школе, вообще не сидит ни секунды. Родители или учителя говорят ему: не будешь сидеть спокойно – тебя отведут к директору. Но это только еще усугубляет его поведение.

У кого-нибудь из вас было такое состояние, которое описывается термином «беспокойные ноги»? Вы никогда не ощущали это в театре и не думали о том, что не можете успокоить свои ноги? А когда кто-то говорит вам «Не смей двигаться!», разве это не побуждает вас, наоборот, к движению? То же самое происходит и с ребенком, у которого имеется неврологическое нарушение, которое не дает ему сидеть спокойно. Чем больше мы будем давить на него, тем более беспокойным он будет становиться.

Существует много способов помочь таким детям. Один из них – медикаментозный, но лекарство не заставит ребенка сидеть спокойнее, оно лишь притупляет сознание. Такие дети смогут сидеть спокойно, и поэтому учатся чуть лучше, но не в полную силу, так как их сознание будет одурманено лекарством. Это лишь временная мера, не оказывающая влияние на саму гиперактивность. На самом деле, чем дольше ребенок принимает лекарство, тем сложнее становится преодолеть привычку, потому что после его отмены ребенок становится еще более гиперактивным, чем был до того, как ему стали давать лекарства.

В чем причина гиперактивности? Что заставляет ребенка постоянно двигаться, как заведенного? Дело в том, что он использует внешнюю активность для восполнения серьезных затруднений во внутреннем движении тех самых черепных костей, и, соответственно, всех структур, которые с ними связаны. Такие дети вынуждены проявлять внешнюю активность, чтобы восполнить недостаток активности внутренней.

В дело вовлечен не один участок центральной нервной системы, но мозг контактирует со всеми частями нервной системы тела, по этой причине мы рассматриваем всего пациента, а не один маленький его участок.

Мы говорим о целых людях, вне зависимости от того большие это люди или маленькие, и признаем то, что структура тела тесно связана с его функциями. Человеческое тело можно сравнить с часами, но не электронными, а старыми – механическими с большим количеством колесиков и шестеренок внутри. Если ваши часы вдруг стали отставать или спешить или даже вообще остановились, вы несете их часовщику и не спрашиваете, какое колесико не в порядке. Однако может быть часовщик и скажет: часы полностью надо перебрать, а потом я снова их соберу, чтобы все части работали как надо.

Тело работает похожим образом. В нем нет одной детали, которую надо смазать и вставить обратно. Все тело должно быть в сборе. Телесная структура причинна, она интегрирована.

Детство – это время падений, травм. Мы беспокоимся не только о травмах, в результате которых ломаются кости и ребенок отправляется в больницу. Нас заботят любые травмы, которые влияют на критические точки механизма движения. Порой единственным признаком, который вы можете заметить у вашего ребенка, является то, что он стал менее послушным. Обычно в таких случаях родители думают, что он капризничает. Как сказал один остеопат: не наказывайте своих детей, лечите их. Вы поймете, что когда вы лечите их, они меняются и иногда меняются мгновенно.

Некоторые дети, приходя в кабинет остеопата, ведут себя, как будто им все не нравится: они не хотят игрушек, не хотят играть, не желают, чтобы им что-либо делали. И вдруг внезапно, когда механизм начинает работать, они говорят: «А можно мне игрушку?» Это так удивительно, потому что происходит так быстро. Как только ключик поворачивается и освобождает механизм, ребенок снова становится самим собой. Но не всегда это происходит так просто, так как травм могло быть несколько. В наличии может быть целый «букет» травм, которые происходили одна за другой, на протяжении нескольких лет, поэтому проблема не решается мгновенно. Но принцип остается тем же – это взаимосвязь структуры и функций и единство тела, функционирующего как одно целое. Это не череда изолированных, независимых частей.

Внутри тела существует процесс, который позволяет ему излечиваться самостоятельно. Если это так, почему же ваши дети до сих пор не вылечились? Я уверена, что каждый из вас когда-либо порезал руку. Возможно, это был глубокий порез, который потребовал наложения швов и повязки. Тогда доктор сказал вам, что надо вернуться через пять дней для снятия швов. Доктор не вылечил порез. А кто вылечил? Вы сами. Вы сами вылечили свой порез. А иногда случается так, что вы возвращаетесь через пять дней, а порез не зажил.

То же самое относится и к сломанным костям. Кость ломается, хирург приближает два ее конца как можно ближе друг к другу и накладывает гипс. Обычно он говорит пациенту, чтоб тот пришел снова через шесть недель. Возможно, к тому времени кость заживет. Но порой этого не происходит. Иногда этого не случается и через шестнадцать месяцев, потому что в теле что-то не разрешает выполнение врожденного процесса исцеления.

Как врачи-osteопаты, мы хорошо осведомлены об этом врожденном процессе исцеления. К процессу исцеления относится не только соединение костей вместе, лечение раны или инфекции. С ним также связано движение телесной структуры. Возможно, многие из вас знакомы с ситуацией, когда требуется выполнение непривычной и тяжелой работы, например, в саду раз в три месяца. К моменту, когда вы добираетесь до кровати, каждая косточка в вашем теле кажется не на своем месте. Вы ложитесь спать, а на утро это чувство почти исчезает. Кто помог вам? Вы сами. Врожденная сила вашего тела, работающая на достижение его оптимальных функций, сделала это. Однако если напряжение или ограничение в свободном

движении вышло за определенный предел, телу потребуется небольшая помощь в преодолении этого. Если мы будем помогать телу сделать то, к чему оно стремится, мы получим положительный результат намного быстрее. Вот почему многое, из того, что мы делаем не видно. Я говорю о том, что мы не манипулируем телом с силой, так или иначе. Мы ищем то, как хочет двигаться тело, как оно стремиться преодолеть ограничения, а затем немного помогаем ему сделать это.

Есть три основных принципа, на которых базируется наша практика. Это не просто философские идеи в наших головах, с которыми мы соглашаемся, но реальные рабочие принципы:

Взаимосвязь структуры и функций.

Признание цельности тела.

Врожденная сила в теле.

Итак, как мы это делаем? Это вопрос на 64 тысячи долларов, не так ли?

Первый процесс – это знакомство. В процессе знакомства мы пробегаем пальцами по различным соединениям между костями головы, чтобы обнаружить, имеются ли там неправильные соединения, повышенное сопротивление или неровности, сжатия, асимметрия черепа, дисбаланс структуры костей.

Затем мы переходим к спине. Мы спускаемся вниз по шее, проходим через грудной отдел, грудную клетку, по позвоночнику и ниже к поясничному отделу.

После этого мы осматриваем нижние конечности, тазобедренные суставы, коленные суставы и голеностопные суставы. Далее мы осматриваем крестец. Крестец – это большая кость, которую вы можете нащупать рукой сзади. По размеру во взрослом возрасте она примерно соответствует размеру вашей ладони. В ритмичные движения крестец приводится дыханием. Каждый вдох вызывает движение крестца между тазовыми костями. Я кладу одну руку на крестец, а другую на тазовые кости и оцениваю, как крестец движется относительно них.

Так же, как мы приводим в состояние баланса таз и крестец, мы балансируем поясничный отдел. Эта область очень важна, потому что когда ребенок спускается через родовой канал, его голова открывает родовой канал, но таз и ягодицы принимают на себя давление матки, сокращающейся позади ребенка. Если по какой-либо причине ребенок не спускается мягко и постепенно по

родовому каналу, в то время как позвоночник ребенка должен устраиваться относительно позвоночника матери, а застревает в этом положении, это может привести к искривлению в области поясничного отдела. У новорожденных внешне это не проявляется, т.к. ребенок еще не стоит. Искривление может быть скрыто до времени, когда ребенок начинает стоять. Мы можем найти такое искривление в раннем возрасте при помощи пальпации и исправить его (это займет около шестидесяти секунд), расправив скручивание, которое было зафиксировано в процессе рождения.

Затем мы оцениваем голову. Чтобы ребенок был спокоен и счастлив, его в процессе осмотра и лечения можно покормить. Свой путь через родовой канал ребенок прокладывает затылочной областью, т.е. задней частью головы. Именно эта часть принимает на себя все сопротивление преграды, если роды задерживаются.

Иногда бывают длительные роды, продолжающиеся шестнадцать, двадцать или двадцать четыре часа для первого ребенка или более двенадцати часов для последующих детей. Порой мы наблюдаем схватки у матери на протяжении нескольких дней или, что более важно, ложные схватки до момента начала настоящих родов. Ложные схватки могут быть особенно травмирующими, так как они происходят в то время, когда голове ребенка некуда идти, потому что родовой канал еще закрыт. В этом случае ребенок оказывается сжат сверху и снизу. Во всех этих случаях основную тяжесть принимает на себя затылочная область. В этой области через череп к языку проходит подъязычный нерв и блуждающий нерв к пищеварительному тракту. Именно эти отделы первыми демонстрируют влияние стресса при рождении.

Родителей мы всегда спрашиваем, и это один из наиболее важных вопросов: у вашего ребенка случаются проблемы, связанные с рвотой? Если ответ положителен, становится понятно, что существует проблема с этой областью той или иной степени тяжести, полученная при рождении.

В затылке также расположено большое отверстие, через которое проходит спинной мозг. Пути всех нервов, существующих во всех структурах вашего тела, проходят через основание черепа сквозь отверстие в затылке. Следовательно, если затылок деформирован в результате родовых травм, повреждение нервной системы может выражаться в проблемах, степень серьезности которых варьируется от проблем с рвотой у ребенка до гиперактивности, неконтролируемости, агрессивности, сложностей в обучении, трудностей с поведением и полной гаммы проблем. Таким образом, затылок является наиболее важной областью, той областью, которую мы осматриваем в первую очередь у новорожденных.

Затем мы изучаем череп в целом. Череп состоит из двадцати шести костей. В этом возрасте некоторые из этих костей состоят из нескольких частей. По этой причине, возможность сдавливания в одной или нескольких областях достаточно велика, если при рождении голова ребенка была сдавлена в области таза матери.

Руки врача-остеопата – это чувствующие руки, это изучающие руки. Они не расталкивают части по сторонам. Они изучают, как работает механизм внутри, и как мы можем с ним договориться, чтобы он освободил суженные области.

Височная кость, которая держит ухо, также может быть зажата, так как находится очень близко к теменной области. Случается, что ребенок заболевает от ушной инфекции в течение первых недель жизни. Если это так, причиной может быть родовая травма. Когда этот механизм высвобождается, ребенок перестает страдать от постоянных инфекций.

Голова бывает сжата по направлению от передней части к задней. Это случается, когда ребенок был развернут в родовом канале и шел затылком назад, а не в перед. В этом случае череп сжимается в центре своего основания.

При рождении затылок представляет собой не одну кость, как у взрослого человека. У новорожденных он состоит из четырех костей, потому что к моменту рождения еще не развит полностью. Большое отверстие, через которое проходит спинной мозг (foramen magnum), окружено развивающимися частями затылка.

Область основания черепа, которая сжимается в таком случае, является областью, с которой мы работаем у маленьких детей. Проблемы, которые могут быть обнаружены в ней, способны впоследствии продолжаться и вызывать трудности.

Чем быстрее вы примите решение лечить вашего ребенка, тем проще будет все исправить. Никогда не говорите: «с этим ничего не поделать». Не важно большое или маленькое улучшение будет наблюдаться, любой прогресс ценен.

Жизнь никогда не стоит на месте. Жизнь всегда делается лучше или хуже. Мы можем не работать над проблемами часто. Мы можем интенсивно помогать на протяжении определенного периода, чтобы убрать основные проблемы, а потом наблюдать, как прогресс, который мы запустили, идет дальше. Но надо возвращаться. В процессе лечения мы отпираем дверь, чтобы то, что было заперто, могло свободно двигаться. Другими словами, мы разрешаем центральной нервной системе работать с лучшим качеством и постепенно повышать это качество. Лечение – это только начало процесса. Оно позволяет врожденному лечебному потенциалу делать то, что он не мог сделать ранее. Дети обычно падают, бьются головами, поэтому их надо осматривать и лечить регулярно, чтобы быть уверенным, что ни один из рассмотренных негативных моментов не заставил их сделать шаг назад вместо шага вперед.

www.facebook.com/mam.osteo/?_xts=%5B0%...2AF&tn-str=k%2AF

=====

Re: Остеопат

Послан ir-ina - 04.01.2019 18:23

Остеопатия и краниосакральная терапия

Прекрасный обучающий фильм об остеопатии и краниосакральной терапии для широкой публики.

youtu.be/b3KQabhkwww

=====

Re: Остеопат

Послан ir-ina - 04.01.2019 18:28

О важности носового дыхания

Дыхательные пути и ВНЧС. Русская версия

vk.com/video80818000_170450325?fbclid=Iw...tfRnTI5e8whgnfdKP9Rc

youtu.be/3e_mpgkWU2A

=====