



ČLOVEŠKA STRAN BRAZGOTIN

od
Alastair McLoughlin LCSP, BTAA

*Spreminjanje
življenj
na bolje*



Avtorske pravice

Pravico Alastairja McLoughlina, da je označen kot avtor tega dela, je uveljavil v skladu z Zakonom o avtorskih pravicah, oblikovanju in patentih iz leta 1998.

To gradivo je predmet avtorskih pravic. Nobenega dela te publikacije ni dovoljeno reproducirati, kopirati, shranjevati ali kako drugače razširjati v kakršni koli obliki vezave ali ovitka ali ponovno tiskati na kakršen koli fizičen ali elektronski način ali uporabljati brez pisnega dovoljenja avtorja.

Skeniranje, nalaganje in distribucija te knjige brez dovoljenja je kraja avtorjeve intelektualne lastnine. Če želite dovoljenje za uporabo gradiva iz knjige (razen za namene recenzije), se obrnite na: info@mcloughlin-scar-release.com.

Hvala za vašo podporo avtorskim pravicam.

Ne poskušamo diagnosticirati ali zdraviti nobenega zdravstvenega stanja.

Če potrebujete zdravniški nasvet, se posvetujte z zdravnikom.

© 2022 Alastair McLoughlin

McLoughlin Scar Tissue Release® in MSTR® sta registrirani blagovni znamki.

VSEBINA

Stran 4 - Uvod
Stran 6 - Fascialni sistem
Stran 11 - Tega ne ve veliko ljudi! Stran 12 -
Akupunkturni sistem Stran 14 - Učinek
ledene gore
Stran 15 - Čustveni učinki brazgotin
Stran 17 - Disociacija
Stran 19 - Kimina zgodba
Stran 21 - Susanina zgodba
Stran 23 - Laurelina zgodba
Stran 25 - Naslednji koraki
Stran 26 - Za zdravstvene delavce

Dodatne informacije:

Člani javnosti iščejo pomoč zaradi brazgotin ...

[Click here](#)

Zdravstveni delavci, ki želijo izvedeti več ...

[Click here](#)

Zahvale

Fotografije na naslovnici: Sharon McCutcheon in Michelle Lemen

Uvod

V 'povprečni' 85-letni življenjski dobi 'povprečnega' človeka v povprečju opravi skoraj šest operacij v operacijski dvorani*. (Število je dejansko 5,97 posegov. Nisem povsem prepričan, kako lahko opravite 'skoraj' šest operacij. Ali kirurg nenadoma preneha, preden konča s šesto? To ni gotovo.)

Kaj je Gotovo je, da vse te operacije pustijo brazgotino. In brazgotina ostane do konca njihovega (ali vašega) življenja.

Ker se število operacij iz leta v leto povečuje, tudi *četi* Če nimaš brazgotine, potem bi stavil, da jo ima tvoj partner ali mama ali oče zagotovo.

Ker se število operacij v ZDA giblje okoli "milijonov na leto", obstaja velika statistična verjetnost, da boste imeli nekakšno brazgotino nekje na (ali v) telesu.

Zakaj je to pomembno? Kaj je tako pomembnega?

No, brazgotine vas lahko prizadenejo bolj, kot se zavedate, in namen te kratke, a dragocene knjige je, da vas opozori na nekatere stranske učinke, ki jih brazgotine imajo na naš način življenja, delovanja in delovanja.

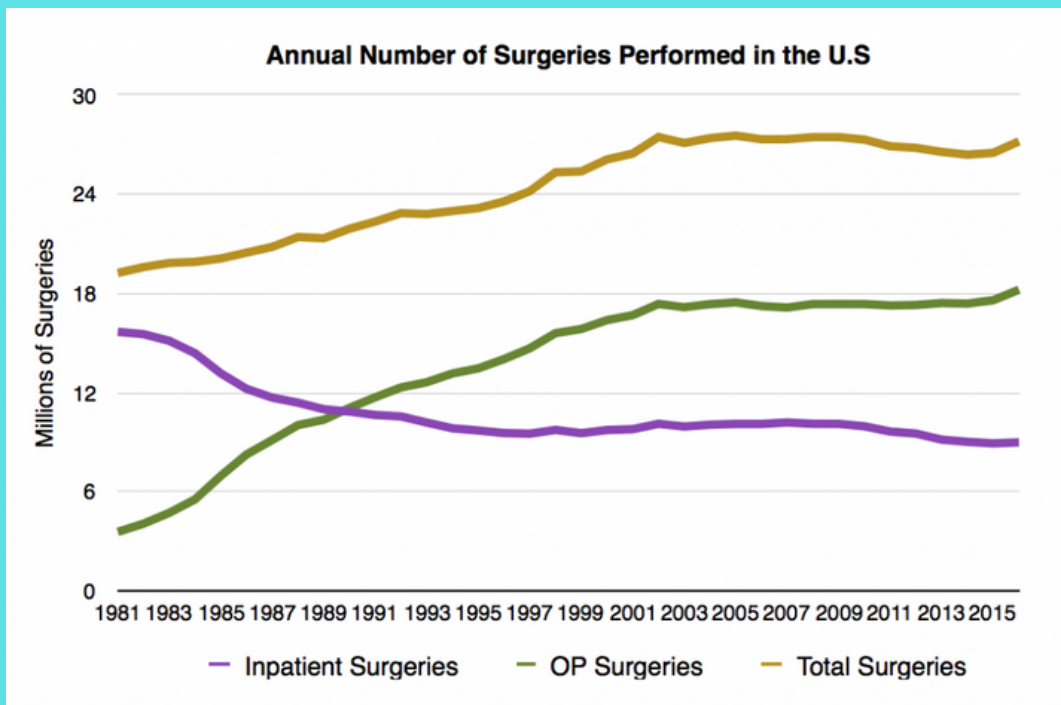
Žalostno je, da zdravniki, razen če ni očitne bolečine ali drugih resnih zapletov zaradi brazgotin, zdravljenja brazgotinskega tkiva pogosto ne obravnavajo kot prednostno nalogo. Občasno brazgotina prenaša bolečino ali povzroča težave drugje, brazgotine pa se pogosto ne štejejo za vzrok.

Še bolj žalostno je, da se brazgotine le redko zdravijo ali obravnavajo (kot bi se v resnici morale) kmalu po operaciji. Če bi se, bi se lahko odpravile večmesečne ali leta trajajoče zdravstvene težave, ki jih je težko rešiti.

Zakaj težko? No, kot sem rekel, zdravniki in kirurgi pogosto ne upoštevajo globljih in širših posledic, za katere so odgovorne brazgotine.

Ta knjiga vam lahko pomaga prepoznati, ali je kaj od tega pomembno za vas – tudi če imate brazgotino, ki vam na videz ne povzroča nobenih težav. In tu se začne vse skupaj zares zanimivo.

Najprej pa: Operacije. Kako pogosto se izvajajo? (Ne pozabite, dobite **BREZPLAČNO** brazgotina po vsaki operaciji!)



Vir: https://truecostofhealthcare.org/admissions_data/

Ti podatki predstavljajo samo operacije v ZDA. To številko je mogoče večkrat pomnožiti za oceno po vsem svetu. V Združenem kraljestvu se vsako leto izvede več kot 10 milijonov operacij –

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

Kot vemo, brazgotine nikoli ne izginejo. Ostanejo za vse življenje. Zato se število brazgotin kopiči iz leta v leto.

To ne upošteva operacij zaradi samopoškodb, nesreč, ki niso zahtevale operacije, in iz drugih virov. Zdaj pa si pogledjmo negativne učinke brazgotinjenja na različne telesne sisteme.

Fascialni sistem

V zadnjih letih je fascialni sistem postal prava »modna beseda« med tistimi, ki so specializirani za zdravljenje mišično-skeletnih bolečin, kot so osteopati, kiropraktiki, fizioterapevti, maserji in tako naprej. Zelo privlači (besedna igra je namerna) anatome in fiziologe.

Kaj pa je fascija in zakaj tako privlači delavce, ki delajo s karoserijo?

Če ste kdaj obiskali mesarja in izbrali čudovit kos mesa za nedeljsko pečenko (oprostite, vegetarijanci in vegani), ste morda opazili tanko, srebrno kožico, ki je obdajala meso.

In da bodo bralci, ki niso mesojedci, zadovoljni, je tukaj slika pomaranče.



The zanimivo stvar
Pri pomaranči je to, da je pomaranča razdeljena na krhlje s fascijo. Vsak krhelj je prekrit s fascijo. Ko krhelj odprete, je vsak sočen košček oranžnega mesa prekrit s - ja, uganili ste - fascijo.

Fascija na pomaranči opravlja svojo nalogo ločevanja posameznih sestavnih delov pomaranče. Lupina, krhlji in vlakna so prekriti z oranžno fascijo.

Kos mesa je pa čisto druga žival (oprostite za besedno igro). Srebrna koža na mesnem sklepu, čeprav je zelo tanka (lahko vidite skozenj), je izjemno trpežna. Celica za celico je fascija močnejša od jekla! Ta srebrna koža pokriva tudi različne strukture znotraj mesa. Pokriva zunanje, površinske plasti mesa in tudi globlje plasti. Te se imenujejo površinska in globoka fascialna plast (brez heca!).

Če mesarja vprašate za katero koli drobovje – običajno ledvice, jetra, srce, vampe (želodec) –, bodo imeli tudi svojo lastno srebrno fascialno kožico okoli sebe. Na tej točki čutim, kako se moji veganski bralci borijo proti želji po praznjenju želodca, zato bom hitro nadaljeval ...

Tudi pri ljudeh imamo veliko enakih fascialnih ovojníc. Če se poglobimo v telo, ugotovimo, da je vsaka mišica, organ, živec, žleza, krvna žila in kost obdana in zaprta s fascijami.

Kaj počne? Povezuje (in ločuje) vsak del telesa z vsakim drugim delom, se ovija okoli mišic in drži organe na mestu. Fascialni "trakovi" se raztezajo skozi telo kot poti ali sistem avtocest in cest, ki se razcepijo, a ostajajo povezani z "mrežo". Tekočina se zadržuje med membranami fascij in pomaga pri drsenju mišic druga ob drugi. Ta tekočina pomaga gladiti sklepe. Pomaga zmanjšati bolečino, povečati obseg gibanja ter služi za prehrano mišic in živcev.

Torej si lahko samo predstavljate, kaj se zgodi, ko vsa ta vezivna tkiva prereže skalpel kirurga ali pa pride do travme zaradi udarca, ki predre našo zunanjo ovojnico – kožo. Da – to je travmatično.

Ko si telo prizadeva za samozdravljenje, se brazgotinsko tkivo ustvari v nekaj dneh po poškodbi kože in drugih tkiv. V sedmih dneh od

V času poškodbe tkiva se začne tvoriti brazgotinsko tkivo. Proces doseže najvišjo raven približno 21 dni po poškodbi. Nato se tvorba brazgotinskega tkiva počasi upočasni. Glede na naravo in resnost poškodbe lahko tvorba brazgotinskega tkiva traja eno ali dve leti.

Predstavljajte si, da morate popraviti nogavice ali kavbojke. (Ali ljudje to danes sploh še počnejo?) Potem boste ugotovili, da predel, kjer je bila luknja zakrpana, ni več tako raztegljiv kot nekoč.

Kjer je bil uporabljen bombaž, je debelejšo območje in čutite lahko, kje je bila tkanina potegnjena skupaj.



Zdaj pa si samo predstavljajte, kaj se lahko zgodi, ko se koža, fascije, mišice in druga tkiva sešijejo na podoben način.

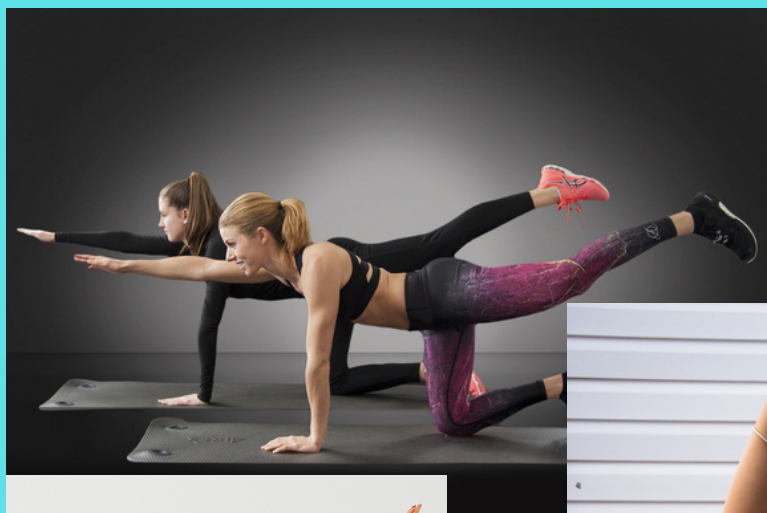
Drsno delovanje fascije je lahko močno ovirano.

Nastala brazgotina lahko ovira prosti pretok krvi in limfne tekočine. (Limfni sistem je kot sesalnik za telo. Izsesava toksine, kisline, odmrle celice in druge presnovne odpadke iz tkiv.) Limfa je zanič!

Prosto gibanje številnih plasti fascije ni več mogoče. Tako lahko na primer, ko ženski opravijo lumpektomijo zaradi razvoja bulice v dojki, nastalo brazgotinsko tkivo vpliva na

obseg gibanja rame, ker je fascija prsnega koša in prsnega koša tesno povezana z ramenskim sklepom in njegovim mišičjem.

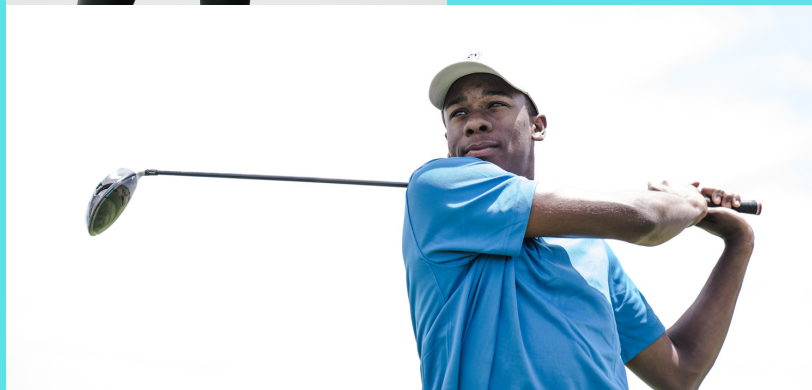
Če imate brazgotino od te vrste operacije (ali katere koli druge operacije prsnega koša ali rame operacija) ali je vaša rama nekoliko omejena ali pa vas pri izvajanju določenih gibov nekoliko vleče? Če je tako, potem je za to omejitev gibanja odgovorno brazgotinsko tkivo.



Še bolj zanimivo postane, če pomislimo, da je fascialni sistem povezan in medsebojno povezan - **desno po celem telesu!**



Poglejte fotografiji (levo in spodaj). Zelo enostavno je videti, kako se tkanina zaradi gibanja motiva vleče naokoli. To je **točnokaj** se zgodi z



naša fascija, ko se premikamo. Mora drseti in se premikati z našim telesom. Kaj pa mislite, da se zgodi, ko imamo brazgotino?

Ko kirurg prereže različne plasti tkiva – ali če je tkivo poškodovano zaradi kakršne koli poškodbe – se sčasoma oblikuje brazgotina, ki združi oba roba rane, da se lahko zaceli. Če je rez globok, bo brazgotina globoka in bo prežemala več plasti membranskega tkiva.

Ko se brazgotina zaceli, je manj elastična kot okoliška, zdrava koža. Je bolj toga, debelejša, bolj vlaknata in drsenje po sosednjih površinah postane omejeno.

Brazgotina je tudi šibkejša od zdravega tkiva. Ima le približno 80 % (ali manj) natezne trdnosti. trdnost nepoškodovane kože. Veže in omejuje tkiva, ki bi morala biti prosta in enostavno drseti druga čez drugo. To pa posledično omejuje tudi sosednje strukture in tu postane vse fascinantno in še bolj zanimivo.



Ko opazujete secirano človeško telo, vas ne more presenetiti osupljiv način, kako so telesni sistemi medsebojno povezani. Če ste kdaj s prsti potisnili v žele, ste opazili, kako se celoten žele premika?

Tako kot kapljica ustvari valove v bazenu vode, je tudi telo v resnici tako medsebojno povezano.

Ne moremo zanikati, da je celotno telo neprekinjena entiteta, ne pa niz telesnih delov, povezanih s sklepi. Vse teče neprekinjeno – razen kadar je brazgotina!



"Tega ne ve veliko ljudi." - Michael Caine



Ko pozabite na dejstvo, da Michael Caine tega v resnici ni rekel, čeprav skoraj vsi mislijo, da je, ali se zavedate, da bi bolečine v križu, ki jih občutite, lahko povzročila operacija trebuha, ki ste jo prestali pred leti? Ali pa ista operacija trebuha povzroča tudi omejitve v ramenih!

Brazgotina na stopalu lahko povzroči, da hodite nekoliko drugače, zaradi česar telo to na nek način kompenzira.

Ta sprememba hoje (načina hoje) lahko ustvari kompenzacije po vsem telesu. To lahko običajno povzroči veliko obremenitev vratu in ramen ter glavobole zaradi napetosti.

Obremenitev vratu, ki povzroči zmanjšan pretok krvi v mišice in živce, lahko negativno vpliva na komolce in zapestja.



Brazgotinsko tkivo se lahko zakoplje tudi globoko v trebušno votlino in povzroči težave s črevesjem in mehurjem, kot so inkontinenca, uhajanje, bolečine ali nelagodje v trebuhu in zmanjšana rednost delovanja. Korektivne operacije, ki se izvajajo pri dojenčkih, lahko povzročijo težave za vse življenje – vse zaradi brazgotinskega tkiva.

Poleg vpliva na mehaniko telesa ter način hoje in gibanja lahko kopičenje brazgotinskega tkiva resno ovira delovanje organov. Na žalost (za vas) se nekateri zdravstveni delavci ne zavedajo, da brazgotinsko tkivo povzroča vašo težavo.

Akupunkturni sistem

Model tradicionalne kitajske medicine (TKM) se že tisočletja uporablja za zdravljenje bolezni in poškodb. Nekatere sodobne operacije so bile izvedene z uporabo akupunkture kot edine metode anestezije.

Kitajski zdravniki verjamejo, da mora za ohranjanje dobrega zdravja v telesu teči življenjska sila (imenovana Xi ali Chi - izgovarja se 'či'). neprekinjeno, tako kot voda teče skozi reko. Vsaka prekinitev pretoka či lahko povzroči stagnacijo.

Pomanjkanje energije na določenem mestu vzdolž meridiana lahko povzroči disfunkcijo in bolezen.

Obstaja 12 glavnih poti (imenovanih meridiani), ki sprejemajo in prenašajo či do vsakega organa, žleze in celice v telesu.

telo. Imenujejo se: pljuča, debelo črevo, želodec, vranica, srce, tanko črevo, Mehur, ledvica, osrčnik, trojni grelec, žolčnik in jetra.



Obstajata tudi dva posebna meridiana: Upravljalna žila (teče vzdolž srednje črte na zadnji strani telesa) in Spočetna žila (teče vzdolž srednje črte na sprednji strani telesa).

Vsaka akupunkturna »točka« ima specifično ime in lokacijo vzdolž svojega meridiana. Akupunkturne točke so oštevilčene. V najpreprostejši obliki in na podlagi podrobne diagnoze akupunkturist na določen način »vbode« določene točke, da sprosti blokiran »či«, ki je odgovoren za bolezen ali težavo.



Zanimivo je, da akupunkturisti prepoznavajo tudi vlogo brazgotinskega tkiva pri stagnaciji in prekinitvi pretoka 'čija'.

Brazgotinsko tkivo vidijo kot oviro ali motnjo za prosti pretok energije. Zaradi prisotnosti brazgotinskega tkiva je gibanje energije ovirano ali celo preusmerjeno.

Starodavni akupunkturisti so razvili protokole, ki so pomagali premagati omejevalne in zaviralne učinke brazgotinskega tkiva.

Videli smo tudi zanimive primere, kako je brazgotinsko tkivo povezano z na videz nepovezano zdravstveno težavo.

Študija primera

44-letna ženska je zadnjih 25 let imela dismenorejo, ki je običajno potrebovala zdravila. mesečno za lajšanje bolečin.

Kot deklica se je poškodovala, zaradi česar so ji morali zašiti pet šivov.

v spodnjem delu noge. Brazgotina ni bila posebej očitna, je bila pa rahlo vdrta in je bila

Rahlo otrplost. Po treh 1-minutnih tretmajih z MSTR® je ženska izginila z bolečino.

Brazgotina se je nahajala na akupunkturni točki.

imenovana Vranica 6 - prikazana tukaj >>>.

Posledično brazgotina ni več vdrta ali otrpla.

Opomba: Brazgotina ni povzročala nobenih

stisko ali nelagodje za pacienta.



V zvezi s to študijo primera je treba omeniti nekaj točk. Prvič, brazgotinjeno območje pacientki ni povzročalo nobene stiske, bolečine ali nelagodja. Razen rahle otrplosti se je zdelo, da je skoraj asimptomatsko. Brazgotino je imela že leta in jo je preprosto »sprejela« kot pričevanje o nesreči, ki jo je doživela kot deklica. S tega vidika, *zakaj* Bi (ali bi sploh moral) zdravnik sploh pomisliti, da bi tej brazgotini namenil kakršno koli pozornost? Drugič, kako bi lahko bila ta povezana s katero koli določeno boleznijo, ki jo je imela?

Za jasnost se je treba le sklicevati na akupunkturni model. Indikacije za zdravljenje akupunkturne točke, znane kot Vranica 6, vključujejo (med drugim) dismenorejo.

Ker je ta pacientka več let mesečno jemala analgetike, je očitno, da pravi vzrok ni bil odkrit. Simptomatsko olajšanje, brez trajne "ozdravitve", je bilo najboljše, kar je lahko dosegla.

Čeprav mnogi akupunkturni sistem zavračajo kot nedokazan in neznanstven, ni mogoče zanikati, da je njegova uporaba do neke mere utemeljena, saj drugi medicinski modeli ne obravnavajo vzroka. V tem primeru se zdi, da je bil vzrok blokada meridiana vranice z brazgotinskim tkivom.

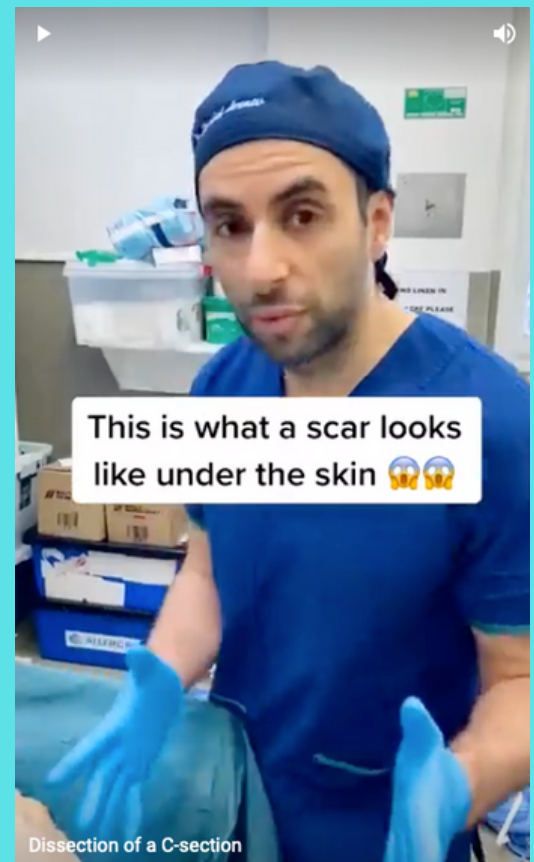
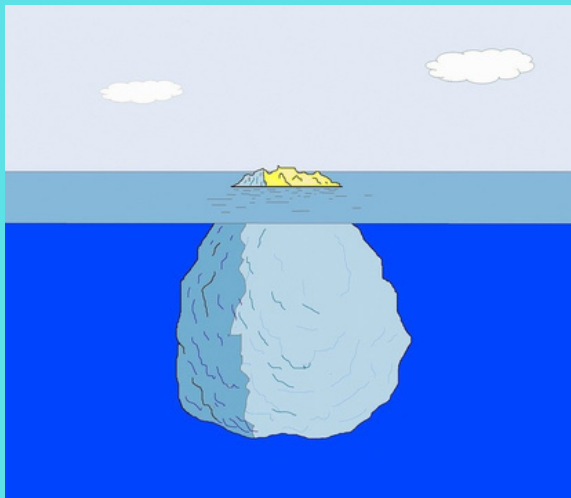
Učinek ledene gore - razmišljajte v 3D

Mnogi ljudje vidijo brazgotino in se ne zavedajo, kako globoko in široko se lahko brazgotinsko tkivo razteza stran od vidne površine brazgotine.

Veliko skritega brazgotinskega tkiva povzroča težave, ki se jih ne pacient ne zdravnik sploh ne zavedata.

Tako kot ledena gora se največja količina brazgotinskega tkiva nahaja pod površino.

Po abdominoplastiki ta kirurg razkriva, kako globoko brazgotinsko tkivo po carskem rezu lahko ... >>>



Čustveni učinki brazgotin

Brazgotinsko tkivo ne vpliva le na različne telesne sisteme, temveč ne smemo zanemariti ali prezreti tudi čustvenih in psiholoških učinkov brazgotin.

Vpliv brazgotin na čustva pacienta je lahko boleč in dolgotrajen. Pogled ali dotik brazgotine lahko sproži spomine iz časa, ko je brazgotina nastala. Ne glede na to, ali gre za travmo ali operacijo, so podrobnosti dogodka, ki jih je zaznamoval za vse življenje, lahko tako žive in surove kot dan, ko se je zgodil.

Morda imate vi, bralec, brazgotino? Morda jih imate več. Če je tako, se spomnite, kako ste jo dobili? Kje in kdaj se je ta dogodek zgodil? Kateri spomini in čustva se vam porodijo, ko se spomnite te operacije ali nesreče? Vzemite si trenutek in razmislite o svoji brazgotini. Kakšen je občutek? Se ga izogibate dotikati? Če da, zakaj?

Ljudje se pogosto spomnijo podrobnosti dogodkov tistega dne do najmanjših podrobnosti. Brazgotine so lahko na dotik neprijetne. Pravzaprav se mnogi ljudje izogibajo pogledu na svoje brazgotine ali dotikanju. Zelo jih ne marajo in jih poskušajo prekriti, še posebej, če so na vidnem mestu, na primer na obrazu.

Za nekatere ljudi so brazgotine znamenje preživetja. Simbolizirajo njihov osebni boj, skozi katerega so premagali preizkušnjo ali stisko. Nekatere brazgotine se nosijo kot »častni znak«. V nekaterih kulturah simbolizirajo obred prehoda in prejemniki so ponosni.

izmed njih.

Brazgotine zaradi samopoškodovanja so pogosto zunanji klic na pomoč in lahko postanejo simbol premagovanja in obvladovanja lastnih notranjih demonov.



Čustva, ki so pogosto povezana z brazgotinami (oziroma natančneje z bolnikovim odzivom na dogodke, ki so ustvarili brazgotine), vključujejo, vendar niso omejena na:

- nizka samozavest
- motnje spanja
- izguba libida/spolne sle,
- tesnoba, depresija
- jeza
- strah
- težave s samoprezirom / samopodobo
- občutek, kot da je telo na nek način "odklopljeno"

Če imate brazgotino, ali čutite katero od opisanih čustev?

Kot smo že omenili, nimajo vsi negativnih občutkov glede svojih brazgotin, včasih pa jih imajo. Ljudje lahko te občutke nosijo s seboj še leta po operaciji ali nesreči. Pogosto in sčasoma se lahko učinki poslabšajo. Čustva se sčasoma globlje zakoreninijo in utrdijo v njihovi psihi.

Nekatera od teh čustev bi lahko kategorizirali, kot so na primer tisti, ki doživljajo posttravmatsko stresno motnjo (PTSM).

Bolniki, ki občutijo nekatera od teh čustev, ko pomislijo na svoje brazgotine ali se jih dotaknejo, se ne zavedajo, da je mogoče karkoli storiti, da bi te občutke spremenili.



Na srečo se lahko negativna čustvena stanja spremenijo, pogosto precej hitro, ko se brazgotina zdi bolj »normalna«. To je precej zanimivo opazovati: čustvena in psihološka stanja se spreminjajo, ko se spreminja njihova fizična brazgotina.

Disociacija

Zanimivo opažanje glede brazgotin je disociativno stanje. To se včasih zgodi pri brazgotinah na okončinah (rokah ali nogah). Ko je brazgotina otrpla in desenzibilizirana, se oseba včasih počuti, kot da roka ali noga ne pripada več njej. Lahko se ji zdi, kot da je ta del telesa tujek in ni del nje. Ta odnos kaže na disociacijo znotraj same sebe. Tukaj je primer iz resničnega življenja:

55-letni moški je bil operiran zaradi uklešččnosti ulne (to je živec, ki boli, ko si udarite s "smešno kostjo" v komolcu).

Brazgotina je bila dolga približno 10 cm. Po operaciji so minili približno trije meseci in brazgotino na komolcu je opisal kot otrplo. Po lastnih besedah je čutil, da mu roka "ne pripada več". Zaradi pomanjkanja občutka v brazgotini se je od roke že oddaljil.

Po približno 8 ali 9 minutah zdravljenja brazgotine sem ga prosil, naj ponovno preveri otip brazgotine in mi pove, če se je kaj spremenilo.

„Da,“ je rekel z začudeno razširjenimi očmi, „čutim.“ Njegove naslednje besede so bile močne:

"Kot da bi spet dobil roko nazaj!"

Disociacija, ki jo je doživel zadnje tedne, je nenadoma izginila. Ker je zdaj lahko čutil brazgotino, je takoj postal bolj 'v stiku' s svojo roko. Nič več ni čutil, kot da mu roka ne pripada - kot da bi bila na nek način ločena. Ne, ponovno se je združila z njegovo celoto.



Podoben odziv sem opazila pri nekaterih ženskah z brazgotinami po carskem rezu. Lahko doživijo podobno disociativno stanje – njihov spodnji del telesa se zaradi otrplosti, ki jo občutijo skozi brazgotino, počuti nepovezanega z zgornjim delom telesa. Tudi po mnogih letih lahko to disociativno stanje preneha, ko se občutek vrne na brazgotinjeno območje.

Ko lahko vplivamo na psihološko in čustveno stanje pacienta tako, da mu pomagamo, da se mu vrne občutek v brazgotine, potem smo ustvarili zelo močan in transformativen dogodek. Dogodek, ki bo globoko segel v človekovo srce in dušo.

Ko lahko vplivamo na psihološko in čustveno stanje pacienta tako, da mu pomagamo, da se vrne v brazgotine, potem smo ustvarili zelo močan in transformativen dogodek. To je dogodek, ki se bo globoko dotaknil človekovega srca in duše. Pravzaprav smo ustvarili neverjeten zdravilni dogodek.
- ki vpliva na telo, um in duha. Resnično celosten rezultat zdravljenja, ki jim spremeni življenje na bolje.

Tisti, ki ne marajo svojih brazgotin, jih pogosto prekrijejo. Morda jih ne marajo gledati – in zagotovo ne želijo, da bi jih gledal kdo drug.

Brazgotine zaradi samopoškodovanja so pogosto skrite. Oseba se pogosto sramuje tega, kar si je v preteklosti storila. Za nekatere so brazgotine znak zmage nad stisko in res slabim obdobjem v življenju. Za druge velja ravno nasprotno. Sovražijo se zaradi tega, kar so storili. Sovražijo se gledati. Te brazgotine zaradi samopoškodovanja predstavljajo vse, kar je bilo narobe v njihovem življenju. Postali so »otrpel« do okolice in ljudi okoli sebe. Edini način, da so lahko ustvarili nekaj resničnega »občutka«, je bil, da so svojo jezo in frustracijo izrazili tako, da so si škodovali.

To je zelo zapletena tema in vpletenih je veliko čustev. Na srečo imamo veliko primerov ljudi, ki so si popolnoma spremenili pogled na življenje, ko so se čustva vrnila v njihove brazgotine.

Podobne spremembe in izboljšave opazamo tudi pri ljudeh, ki zaradi travmatičnih dogodkov, ki so jih doživeli, doživljajo PTSD (posttravmatsko stresno motnjo). Ti dogodki so lahko posledica širokega spektra vzrokov, od načrtovanih in nujnih operacij do tistih, ki so jih prizadeli nasilni odnosi, in celo bojišča vojne.



Ko so čustva povezana z dogodki, ki so ustvarili njihove fizične brazgotine, smo lahko priča neverjetnim preobrazbam. Tako kot lahko fizični dogodki negativno vplivajo na čustveno in psihično zdravje, lahko tudi pozitivno vplivamo na psihično stanje z zdravljenjem fizičnega telesa – z zdravljenjem teh brazgotin in vzpostavljanjem občutkov ter ponovnim povezovanjem s samim seboj.

To temo je očitno treba podrobneje raziskati, saj so koristi za ljudi z brazgotinami, ki prispevajo k posttravmatski stresni motnji, brazgotinami zaradi samopoškodovanja, nujnih operacij, žrtvami opeklin in celo vrsto situacij, ki povzročajo fizične brazgotine, ogromne.

Končno ...

Upam, da se že začenjate zavedati, da so brazgotine izjemno pomembne in vplivajo na ljudi na toliko različnih načinov. Majhne brazgotine lahko povzročijo velike posledice, tako na fizičnem kot čustvenem področju osebe.

To kratko e-knjigo zaključujem z nekaj zgodbami, ki so jih napisali sami subjekti ali pa so jih napisali njihovi praktiki. Z branjem teh zgodb upam, da vas bom prepričal o pomembnosti zdravljenja brazgotin ter o čistem užitku in transformacijskih učinkih, ki jih zdravljenje brazgotin prinaša.

Kimina zgodba:

»Brazgotina je od mojega carskega reza iz avgusta 2021. Oktobra 2021 sem bila prvič zdravljena zaradi brazgotine.« Brazgotina je na Kim vplivala na toliko načinov:

»Pred zdravljenjem brazgotine sem čutila, da je moje telo omejeno. Brazgotina je bila napeta in je vlekla moje telo naprej in navzdol. Trebuh mi je bil na čuden način otekel in imela sem težave s praznjenjem črevesja. Čutila sem tudi, da me brazgotina psihično prizadene. Počutila sem se potrto in žalostno ter zelo utrujeno in izčrpano.«

Kim nadaljuje: »Včasih sem imela tudi grozne bolečine tako v brazgotini kot v trebuhu, komaj sem lahko hodila ali celo obračala zgornji del telesa. Seveda ni tako nenavadno, da lahko okrevanje po nosečnosti in porodu traja nekaj časa, še posebej po obsežni operaciji trebuha. Ljudje so mi govorili, naj bom potrpežljiva, naj si vzamem čas, naj ne pričakujem, da se bom lahko prosto gibala in da bom lahko telovadila, dokler ne mine dlje časa.«

„Vendar sem čutila, da je v tem več, tako čustveno kot fizično, kot le to, da brazgotina potrebuje več časa. Nisem mogla sprejeti, da bi bil celoten porodniški dopust 'zapravljen' ali da bi bila tako omejena.“

»Na srečo sem ugotovila, da moja terapevtka Monika izvaja to zdravljenje brazgotin, in takoj sem jo kontaktirala. Deset tednov po carskem rezu sem prejela prvo zdravljenje.«

Zdravljenje: »Prvič, sredi zdravljenja, me je Monika prosila, naj se dotaknem svoje brazgotine, in takoj sem začel jokati. Občutek je bil kot jaz, čutil sem svoj trebuh in si upal dotakniti se brazgotine, česar si prej nisem upal. In bil je čudovit občutek, da se je moj občutek vrnil. Takoj po prvem zdravljenju sem se lahko počepnil in si zavezal vezalke. Iz Monikine klinike sem odletel z glavo v oblakih! Vse se je umirilo, spet sem se počutil svobodnega in srečnega.«

„Prejela sem še dva tretmaja in zdaj me brazgotina ne moti več, edini trenutek, ko jo čutim, je, ko me hči brcne po brazgotini, medtem ko jo dojim, ha ha.“

Telovadim, hodim na sprehode, nosim dojenčka, dvigujem voziček in tako otekanje v trebuhu kot težave s črevesjem so izginile. Spet imam iskrico v življenju.

»Niti za minuto mi ni žal, da sem šla k Moniki Lindblom (zdravnici MSTR®) po zdravljenje brazgotine.« - Kim Rolfsson - Švedska.



Predhodno zdravljenje



Po zdravljenju



Susanina šokantna zgodba

Susan* je prišla k meni s pritožbo o bolečinah, podobnih udarcem strele, na levi strani obraza, na katere se je morala pripraviti vsakič, ko se je sklonila, da bi si obula čevlje, zakašljala ali se zasmejala. Ima težave z ušesi in izgubo sluha. Med covidom je imela nujno operacijo trebušne slinavke, sledila je okužba in nekaj drugih posegov, da bi vse uredili. Povedala je, da je možu povedala, da se počuti, kot da v sebi umira, in da mora preprosto poskusiti nekaj drugačnega. Čutila je, da je medicinsko



Zdi se, da skupnost in njen kiropraktik nista razumela, kaj se z njo dogaja. K meni je napotila drugega družinskega člana. Zato je po šestih mesecih trpljenja pomislila, da bi morala sama poskusiti (vendar o MSTR® ni vedela ničesar).

Zgodovina brazgotin

Ko je Susan* naročila termin, sem ji rekla, naj razmisli o vseh svojih poškodbah, brazgotinah in operacijah ter naj v naslednjem tednu naredi seznam. O tem se bova pogovorili na posvetu. Nadaljevala mi je z razlago o več cevkah, ki jih ima vse življenje v ušesih, in da ima zaradi električne težave s srcem, ki povzroča "vagalni izpad", kot je to pojasnila (bolečina na isti strani obraza), vstavljen srčni spodbujevalnik.

Pogovarjali smo se o travmatičnem dogodku nujne operacije trebušne slinavke, odstranitvi žolčnika, odstranitvi vranice, laparoskopiji za odstranitev ciste na jajčniku, kako so ji med operacijo notranjega ušesa prerezali arterijo, brazgotini na desnem kolenu od razbitega stekla, brazgotini na levi roki od izpulitve jabolka in brazgotinah v dimljah zaradi vstavitve stenta. — - malo smo se smejali, kako se je igrala, da bi videla, brez koliko organov lahko živi!

Nato je povedala zgodbo o rojstvu sina s carskim rezom. V tistem trenutku, ko je miselno pregledala svoje telo od glave do pet, da bi videla, ali je kaj pozabila povedati, je rekla: "Oh! Pozabila sem ti povedati o svoji največji in najstarejši brazgotini!"

Pri sedmih letih je imela operacijo srčne zaklopke. Brazgotina sega približno od "leve" (stran električnih šokov v čeljust) strani mečaste kosti, pod levo dojko, potuje pod levo roko, čez

reber in okoli telesa, pod spodnjim kotom leve lopatice in se konča približno na T4/5. Na desni strani hrbtenice je tudi brazgotina nekoliko nižje od te končne točke, kjer je bil vstavljen dren.

Medicinska anamneza

Susan* se bori z luskavico neposredno na brazgotini pod levo dojko, pa tudi za ušesi in na lasišču. Diagnosticirali so ji psoriatični artritis, sladkorno bolezen, kronično utrujenost, fibromialgijo in tinitus.

Padla je na trtico, zaradi česar se je onesvestila. Ima migrene in ledvične kamne v preteklosti. Udeležila se je prometne nesreče, v kateri je bila trčena od zadaj. Nedavno si je zaradi padca utrdila tudi poškodbo rame. Bolečina je opisana kot 3/10 v spodnjem delu prsne hrbtenice (zdi se, da ima blago skoliozo), 1-8/10 v levi rami, odvisno od tega, kaj počne, 2/10 v predelu čela in nenadni električni sunki 8/10 v levi čeljusti/obrazu. Obseg abdukcije rame: desna roka: 145 stopinj, leva roka: 45 stopinj. Blaga do zmerna omejitev rotacije vratne hrbtenice tako levo kot desno ter lateralne fleksije in ekstenzije.

Seanse zdravljenja

Prva seansa: MSTR® na najstarejši in najdaljši brazgotini – popravku srčne zaklopke, ki se ovija okoli leve strani telesa. Delala sem zelo počasi in previdno, medtem ko je v kratkih sunkih pripovedovala o zgodbi. V prvem nizu prehodov sem delala približno 1–2 cm vzdolž zgornjega roba brazgotine vzdolž vrste pik uporabljenih šivov, od prsnega konca brazgotine proti dojkam. V drugem nizu prehodov sem lahko delala le neposredno čez brazgotino od prsnega konca do skoraj ravni aksilarnega predela. Za danes je imela dovolj. Presenečena je bila, kako jo je ponekod bolelo, saj je rekla, da se je »nikoli ne dotakne, pozabila je nanjo«.

Na tej seji nisem delal nobenega drugega dela. Ko je vstala z mize in prišla iz sobe, je rekla: »Ne morem verjeti, da sem se lahko sklonila, obula čevlje in si zavezala vezi BREZ KAKRŠNE KOLI BOLEČINE ALI SUHA v čeljusti ali obrazu.« Rekla je, da še vedno čuti nekaj pritiska, kot da je še vedno tam, vendar NIČ takega kot pred sejo! Po zdravljenju se je kot gibanja desne roke povečal na 180 stopinj, leva pa je ostala pri 45 stopinjah. Rotacija in ekstenzija vratu in vratne hrbtenice sta se dramatično izboljšali, medtem ko se je lateralna fleksija le blago izboljšala.

Druga seansa: Pred terapijo je Susan* izjavila, da jo leva roka še vedno boli, ko sega po stvareh ali si obleče plašč. Obraz jo boli le, ko kašlja ali se smeji. Imela je zelo stresen teden in si je želela le sproščujoče seanse, zato sem tokrat opravila Bowenwork® terapijo. Povedala je, da se je počutila trzajočo, lebdečo in prilepljeno na mizo.

Tretja in četrta seansa: Na brazgotini vranice/trebušne slinavke od mečaste kosti do in okoli popka ter kjer se stika s prečno brazgotino carskega reza. Opravili smo tudi nekaj tehnike Art of Bodywork®. Susan* še naprej napreduje, medtem ko nadaljujemo z delom na tem zapletenem primeru. Čaka nas še več dela na brazgotini carskega reza in brazgotini po popravku srčne zaklopke, kjer je trenutno aktivno območje vnete luskavice pod levo dojko, ki se mora najprej zaceliti.

Nagrada

Največja nagrada, ki se me je najbolj dotaknila, so bile besede:

»Ne samo, da je bolečina v mojem obrazu IZGINILA, ampak tudi nimam več občutka, da umiram v sebi.« Izjavila je tudi, da preprosto ne more verjeti, kako zelo lahko te subtilne, nežne poteze naredijo tako

dramatične spremembe. Susan* je povedala, da je

se je vedno počutila "nestabilno in brez ravnotežja na nogah" in je mislila, da je to zato, ker ima vse življenje težave z ušesi. Nekega dne, ko je parkirala na mestu, kjer parkira vsak teden, in hodila po istem robniku, je ugotovila, da se ne trudi več ohranjati ravnotežja. Rekla je, da se počuti tako prizemljeno in uravnoveženo ter da se ne bori več z občutkom nestabilnosti na nogah!

Čas mi ne dopušča, da bi pisal o vsakem primeru. Slišali smo že: "Če se nekaj sliši predobro, da bi bilo resnično, verjetno tudi je" ... no, MSTR®, Art of Bodywork® in Bowenwork® to teorijo ovržejo, VSAK DAN!

* Ime je bilo spremenjeno

avtorica Tina S. Hull, LMT - praktikantka in inštruktorica MSTR®, specialistka Bowenwork®

Laurelina zgodba

Brazgotinsko tkivo in neplodnost

Osemindvajsetletna prijateljica je prišla k meni, radovedna, ali bi ji lahko pomagalo zdravljenje s sproščanjem brazgotinskega tkiva, ki sem ji ga ponudila. Leta 2017 je imela zunajmaternično nosečnost in posledično nujno operacijo, od takrat pa je prestala številne travmatične večstopenjske splave. Obiskala je svojega zdravnika in mu je povedal, da ima hudo vnetje, povezano s ponavljajočimi se izgubami. Napotili so jo na laparoskopsko operacijo, da bi odstranili nastalo brazgotinsko tkivo. Vendar je menila, da mora obstajati alternativni pristop k zdravljenju, zato se je obrnila name glede zdravljenja brazgotinskega tkiva.

Z njo sem se dolgo pogovarjala o njeni operaciji in splavih. Pojasnila je, da se ni počutila udobno, ko se je dotikala svojih laparoskopskih brazgotin, in da je to povzročilo zelo neprijeten občutek, ki ga je opisala kot "gnusen". Po nadaljnji oceni je stopnjo čustev, povezanih z njenimi brazgotinami, ocenila kot 8-9/10 – kar bi kazalo na veliko stisko ali vznemirjenje. Kot njena prijateljica sem lahko z njo prebrodila globoko žalost in depresijo zaradi teh izgub.

Med zdravljenjem sem previdno delala okoli laparoskopskih rezov in globlje proti jajcevodnemu predelu. Nežna palpacija mi je omogočila, da sem našla globlje plasti vlaknatega tkiva, ki sem jih lahko obravnavala. Obravnavala sem podporne strukture, vključno z njeno diafragmo in upogibalkami kolka, da bi spodbudila sproščanje žalosti.

Ko je vstala z mize za zdravljenje, je imela mrzlico in slabost, pa tudi omotico. Zavila sem jo v toplo odejo in ji skuhala čaj. Hodila sem jo nazaj, da se je njeno telo lahko regeneriralo in ponovno integriralo, jaz pa sem bila tik za njo, da sem ji nudila ravnotežje in oporo.

Kasneje mi je povedala, da je med seanso doživela močna čustva žalosti in žalosti. Z nadaljevanjem dneva je občutila presenetljivo veliko utrujenost in kljub svoji zgodovini nespečnosti je lahko za nekaj ur zadremala in pozneje tisto noč trdno spala – nekaj, kar je bilo prej skoraj nedosegljivo.

Ko se je prvi dan zbudila iz dremeža, je šla na stranišče in opazila temen urin, ki ga je spremljal ponovni pojav mrzlice. V naslednjih dneh je delila, da je ohranila sposobnost trdnjše spanja in da v telesu doživlja vse večji občutek miru, kjer je prej čutila veliko čustveno bolečino ter nemir zaradi žalosti in depresije.

Nekaj tednov kasneje je obiskala kiropraktika in z ultrazvokom je potrdila, da je jajcevod odprt. V enem mesecu je zanosila in uspešno iznesla otroka do konca termina. Njen fantek je zdaj star 8 mesecev.

Kako čarobno ga je bilo držati v naročju, saj sem vedel za neverjetno pot njegove matere. To je bil eden mojih prvih primerov, ko sem v svoji praksi uporabil zdravljenje brazgotin z MSTR®, in se ga še danes pogosto spominjam kot enega največjih.

izkušnje, ki sem jih imel s telesnimi deli. Ponazarja kompleksne večsistemske učinke, ki jih ima lahko brazgotinsko tkivo na telo, in velik vpliv, ki ga lahko imamo na življenje naših strank, ko se naučimo premišljeno obravnavati brazgotinsko tkivo.



Avtorica: Medicinska masažna terapevtka Laurel Maier,
LMT – Lynwood, Washington, ZDA - izvajalka MSTR®



Naslednji koraki ...

Upam, da vam je ta kratka e-knjiga pomagala opozoriti na vlogo, ki jo brazgotine lahko igrajo ne le pri vašem fizičnem počutju, temveč tudi pri vašem čustvenem zdravju.

Mnogi ljudje mislijo, da se glede brazgotin ne da storiti veliko. Na stotine, če ne tisoče zgodb, ki sem jih prebral, potrjujejo, da je to stališče popolnoma napačno. Nasprotno, veliko se da storiti za izboljšanje fizičnih in duševnih učinkov brazgotin.

Če ste član javnosti Če iščete pomoč pri posledicah brazgotin, pa naj gre za odrevenelost, okorelost, bolečino in omejeno gibanje, ali če občutite nekatere čustvene in psihološke učinke brazgotinjenja, obiščite našo spletno stran in poiščite najbližjega usposobljenega izvajalca MSTR®. (Glejte stran 3)

Samo zdravljenje z MSTR® ni invazivno, boleče ali neprijetno. Nekateri ljudje celo menijo, da je zdravljenje z MSTR® sproščujoča izkušnja.

Izboljšave tako fizičnih kot čustvenih učinkov se pogosto pojavijo že po prvi seji.

Poleg brazgotinskega tkiva so zdravstveni delavci po vsem svetu opazili izboljšave pri predstavitvah, kot so:

- Plantarni fasciitis
- Omejitve gibanja ramen
- Športne poškodbe, kot so kvadricepsi in natrgane zadnje stegenske
- mišice Sindrom aksilarne mreže (AWS)
- Dupuytrenova kontraktura
- Peyroniejeva bolezen
- Osnovno vlaknasto tkivo zaradi preteklih poškodb, kjer koža ni bila prebodena
- Vsa področja gostega, vlaknatega tkiva

MSTR® je vsestranski, preprost in neboleč pristop k zdravljenju brazgotin in vlaknatega tkiva. Nizka cena te e-knjige se bo po uspešnem zdravljenju več kot povrnila in izkazala se bo za smiselno majhno naložbo.

Če ste zdravstveni delavec: MSTR se enostavno integrira v vašo obstoječo prakso in ga uporabljajo zdravniki iz najrazličnejših terapevtskih okolij, vključno z:

- Zdravniki
- Onkološke medicinske sestre
- Kiropraktiki
- Osteopati
- Fizioterapevti
- Miofascialni terapevti
- Maserji
- Učitelji pilatesa in joge

Ponujamo usposabljanje za to dosledno učinkovito in zanesljivo metodo zdravljenja brazgotin.

Ne uporabljajo se kreme, olja ali geli. Ni potrebna nobena oprema ali orodje. MSTR® se zanaša izključno na občutljivost rok izvajalca.

MSTR® je:

- Učinkovito
- Stroškovno učinkovito za učenje
- Enostavna integracija v vašo prakso
- Enostavno učenje in obvladovanje
- Zagotavlja visoko raven pozitivnih rezultatov

in nudimo ...

- Podporni okvir za učenje
- Strokovna ekipa inštruktorjev, ki jim je mar za njihovo delo.
- Odlična podpora študentom in praktikom.

Naši enodnevni tečaji usposabljanja vas naučijo, kako uspešno zdraviti pooperativne brazgotine in skrite, podkožne brazgotine. Nizka cena te e-knjige se vam bo več kot povrnila, ko se boste naučili, kako lahko učinkovito in uspešno zdravite brazgotine. Izkazalo se bo, da je to najboljša naložba, ki ste jo kdaj vložili.

O avtorju:

Arhitekt MSTR® je avtor te knjige, Alastair McLoughlin. Njegove izkušnje z manualnimi terapijami segajo v zgodnja osemdeseta leta prejšnjega stoletja.

Alastair je Britanec in živi ter dela v Hessnu v Nemčiji.

MSTR® se trenutno (sredi leta 2022) poučuje v 10 jezikih v 24 državah. z ekipo 25 inštruktorjev.

Če želite izvedeti več o usposabljanju in prenesti naša raziskovalna poročila, si oglejte tretjo stran te knjige.



Za dodatne informacije pišite avtorju na:

info@mcloughlin-scar-release.com





ČLOVEŠKA STRAN BRAZGOTIN

od
Alastair McLoughlin LCSP, BTAA

*Spreminjanje
življenj
na bolje*

