



Neurodynamics

Iskias smerte? Smerter, sovende eller prikkende fornemmelse i arme og ben, hænder og fødder? Begrænset bevægelsesfrihed? Mindre end optimalt kropsholding?

Måske er Neurodynamics noget for dig?

Nervevævet er et sammenhængende kontinuum, der strækker sig fra hjernen til fingerspidserne og til huden i tæerne.

Man kan sammenligne nervesystemet med et træ, hvor roden er i hovedet, stammen i rygsøjlen og nerverødderne som grene. Forgreningerne når sammen med blodforsyningen, ud til hver en afkrog i kroppen.

Igennem nervesystemet opleves verden, og det er dette system der sørger for de elektro-kemiske impulser der får muskler, kirtler og organer til at udføre deres opgaver.

Udenom hver nervegren er der bindevævs indpakning. Dette udgør 20- 80 % af nervens diameter.

De nerver som ligger udenfor central nervesystemet, kaldes for det perifere nervesystem. Grenene af det perifere nervesystem, løber i baner, sammen med arterier og vener mellem musklerne.



Nervevævet skulle kunne bevæge sig frit i sin bane, i forhold til det omkringliggende væv og samtidig er selve nerverne lidt elastiske. Disse forhold gør det muligt for "træet" at tilpasse sig resten af kroppens strukturer, når kroppen indtager forskellige stillinger.

Nervevævet er meget sårbart og kan skades. Ved et slag, overstrækninger, brud, inflammationer, piskesmældstraumer etc., kan nervevævet miste sin strækbarhed og sammenklistres til det omkringliggende væv. Ensidigt gentaget arbejde i form af sport, eller en fastlåst jobfunktion er eksempler på årsager til at nervesystemets dynamik og tensionsforhold skades.

Disse problemer i nervevævet forårsager undertiden direkte og generende smerte, sovende fornemmelse eller en prikkende følelse i et lokalt område, men smerterne kan også være af springende karakter, eller give en generel utilpashed.

Funktionelt virker det, som om nerverne er for korte. Dette kan gøre sig gældende for hele systemet hos svært traumatiserede, eller kan begrænse sig til en enkelt nerve.

Bestemte bevægelser og kropsholdninger kan være udløsende for gener fra et forkortet nervesystem. Derfor ændres bevægemønstret og kropsholdningen, da man undgår bevidst eller ubevidst at komme i yderstillinger med kroppen.

Behandlingen går ud på at genskabe nervebanens frie bevægelse. Man lærer en meget varsom og blid metode, hvor man kan lokalisere hvilke nerver der er begrænsede. Ved meget præcise bevægelser og rul / mobilisering

af nerverne, frigøres sammenklistningerne. Smertelindring og god kropsholdning opleves ofte inden for få eller bare en enkelt behandling. Hos enkelte tager det længere tid og disse kan benytte sig af hjemmeøvelser.

Metoden er skabt af en fysioterapeut fra New Zealand og benyttes fortrinsvist af fysioterapeuter.

Kropsterapeuter kan bruge neurodynamics som behandling på snart sagt alle mennesker. Denne "massage" til nervesystemet virker vitaliserende også på et sundt system. Det er meget relevant og virksomt på alle skader.

Den kan også bruges som en meget blid behandling til klienter, der er hårdt fysisk eller psykisk belastede. Den virker hurtigt og effektivt ved sportsskader.

Stanley Rosenberg Institut

Silkeborg: Tlf. 86 82 04 00

Nygade 22 B II, 8600 Silkeborg

København: Tlf: 70 20 51 55

Vesterbrogade 20,1 tv., 1620 Kbh V.

www.stanleyrosenberg.com

mail: institut@stanleyrosenberg.com

Anbefalet behandler: