

## TKANKA BLIZNOWA -

### Dlaczego nie można tego ignorować!

Liczba zabiegów chirurgicznych na całym świecie stale rośnie.

Powstałe blizny nigdy nie znikają. Są one nieustającą pamiątką dnia operacji.

Blizny powstają również w wyniku wypadków, ran odniesionych w wojnach i konfliktach, ataków osobistych i wielu innych traum.

Blizny są często zaniedbywane, i to przez znaczną część populacji. Skutki blizn nie zawsze są zrozumiałe. Skuteczne leczenie blizn jest prawdopodobnie najbardziej pomijaną i niedocenianą umiejętnością terapeuty manualnego.

### Dlaczego fizjoterapeuta powinien być zainteresowany leczeniem blizn?

Nie można lekceważyć wpływu blizn pooperacyjnych na organizm człowieka.

Według badaczy, dr. Karela Lewita i Sarki Olsanki:

*„Jeśli blizna nie jest leczona, może to być przyczyną niepowodzenia terapii i nawrotu choroby”.*

Źródło: „Znaczenie kliniczne aktywnych blizn: nieprawidłowe blizny jako przyczyna bólu mięśniowo-powięziowego”. Lewit i Olsanka – 2002

Innymi słowy, bez względu na rodzaj zastosowanej terapii fizycznej, nieleczone blizny mogą zniweczyć nasze wysiłki mające na celu złagodzenie związanego z nimi bólu i ograniczeń ruchowych.

Skutki blizn pooperacyjnych na ciele człowieka są rozległe i mogą powodować dysfunkcje w obszarach oddalonych od miejsca występowania blizny.

Ciało wytwarza tkankę bliznowatą jako naturalną reakcję na uraz, gdy skóra zostaje rozerwana lub nakłuta, przypadkowo lub celowo, np. podczas operacji. Kolagen odkładający się podczas procesu gojenia tworzy pogrubioną, włóknistą masę, która może utrudniać prawidłowe krążenie krwi, blokować przepływ limfy, a nawet ograniczać zakres ruchu.

Ponadto, przecięcie delikatnej tkanki nerwowej często prowadzi do dystezji nie tylko blizny, ale także otaczających ją tkanek. Ponieważ blizna jest włóknista i nieelastyczna, będzie ona wywierać efekt ciągnięcia i rozciągania na funkcje biomechaniczne wszystkich układów fizjologicznych, a w szczególności błony powięziowej pokrywającej mięśnie, narządy i gruczoły.

Wpływ tkanki bliznowatej na ciało fizyczne to dopiero początek:

### Emocjonalne i psychologiczne skutki tkanki bliznowatej

Każda blizna reprezentuje wydarzenie, które ją spowodowało. Wiele z nich to wydarzenia traumatyczne:

#### CLINICAL IMPORTANCE OF ACTIVE SCARS: ABNORMAL SCARS AS A CAUSE OF MYOFASCIAL PAIN

Karel Lewit, MD,<sup>a</sup> and Sarka Olsanka<sup>b</sup>

##### ABSTRACT

**Background:** Active scars are a model of soft tissue lesions. Soft tissues surround the locomotor system everywhere. These tissues shift and stretch in harmony with joints and muscles. Active scars interfere with this type of movement, thus disturbing the function of the entire motor system.

**Objective:** The purpose of this article is to show the importance of such scars, their diagnosis, and the importance of manipulative therapy.

**Methods:** After discussing the diagnosis, 51 cases are presented, the majority being scars after operation. The patients suffered from various types of myofascial pain from all sections of the locomotor system. The type of operation and the clinical symptoms are given. The method of treatment is soft tissue manipulation, making use mainly of the barrier phenomenon.

**Results:** In 36 of the cases, treatment of scars proved highly relevant, giving striking results at first treatment and in the course of therapy. In 13 further cases, the scar was partly relevant, ie, one of several pathogenic lesions. It proved irrelevant in 3 cases.

- Operacje w nagłych przypadkach zagrażających życiu
- Rany wojenne
- Ataki osobiste (rany nożowe/rany postrzałowe)
- Wypadki samochodowe
- Liczne inne rodzaje wypadków w domu lub w pracy • Operacje nie będące nagłymi wypadkami

Weźmy pod uwagę tylko JEDEN z takich przypadków – cesarskie cięcie.

**Statystyki dotyczące porodów w Anglii za rok kończący się w marcu 2014 r.:  
wskaźnik cięć cesarskich wzrósł o 0,7% do 26,2% (166 081) w latach 2013–2014.**

*(Cesarskie cięcia planowe stanowią 13,2%, a cesarskie cięcia w trybie nagłym stanowią 13%)*

Źródło: [www.nct.org.uk](http://www.nct.org.uk)

Cięcia cesarskie w trybie nagłym często wiążą się z długoterminowymi reakcjami psychologicznymi i emocjonalnymi. Reakcje te obejmują między innymi:

- Gniew
- Strach
- Lęk
- Wstrząs
- Wina
- Awaria
- Trauma
- Niska samoocena i poczucie bezwartościowości
- Uczucie „odłączenia” – od dolnej części ciała do górnej

Odkryliśmy, że gdy zmieniają się fizyczne cechy blizny (faktura, odczucia), wówczas opisane powyżej efekty emocjonalne i psychologiczne również mogą się poprawić, tzn. integracja i normalizacja tkanki wydaje się mieć pozytywny wpływ na psychologiczne i emocjonalne samopoczucie klienta.

Jeżeli weźmiemy pod uwagę, że skutki nagłego cięcia cesarskiego mogą powodować podobne reakcje, jak te klasyfikowane jako zespół stresu pourazowego (PTSD), wówczas leczenie blizny fizycznej *Inny*Przyczyny PTSD mogą okazać się interesującą opcją leczenia, wymagającą dalszych badań.

Do fizycznych skutków blizn po cesarskim cięciu mogą należeć również:

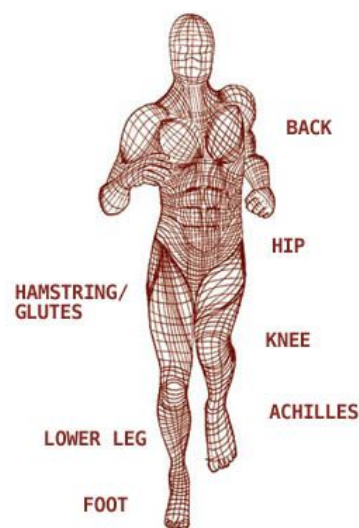
- dyspareunia
- ból dolnej części pleców
- ból brzucha
- ograniczenie i ból przy zginaniu i prostowaniu kręgosłupa
- problemy z pęcherzem i jelitami

Wielokrotnie zauważono, że te efekty fizyczne można poprawić, a w niektórych przypadkach całkowicie wyeliminować dzięki skutecznemu leczeniu tkanki bliznowatej.

## OGRANICZENIE BIO-MECHANICZNE:

Należy wziąć pod uwagę ograniczenia powięziowe, które mogą wystąpić, gdy tkanka bliznowata blokuje swobodny ruch mięśni i nerwów znajdujących się w tkankach.

Łatwo sobie wyobrazić, jak bardzo tkanka bliznowata utrudnia wykonywanie ruchów funkcjonalnych, gdy spojrzysz na wzajemne połączenia powięzi oraz synergistyczne i antagonistyczne grupy mięśni...



## OGRANICZENIE BIOENERGETYCZNE:

Zrozumienie meridianu wykorzystywanego w akupunkturze pomaga nam zrozumieć, że przepływ energii bioelektrycznej (Qi, Chi) może być utrudniony przez tkankę bliznowatą. Akupunkturzyści opracowali metodę leczenia blizn. Leczenie wieki temu, gdyż wiedzą również, że leczenie tkanki bliznowatej jest kluczowe dla poprawy przepływu Qi/Chi.

Typowy przykład związany z bardzo powszechną procedurą: operacją cieśni nadgarstka. Ta blizna potencjalnie zakłóca południk osierdza.

Jednym z interesujących efektów ubocznych terapii MSTR® jest częsta opinia pacjentów, że po zabiegu na bliznach czują się bardziej energiczni. Możliwe, że chodzi o wzrost energii (i przepływu krwi) przez te ograniczone szlaki...

## Wniosek:

Leczenie blizn jest kluczowym elementem leczenia bólu mięśniowo-szkieletowego i mięśniowo-powięziowego. Nieleczona blizna może utrudniać innym metodom leczenia osiągnięcie skutecznych i trwalszych rezultatów.

Stan psychiczny i emocjonalny może się również poprawić, ponieważ zabiegowi poddawana jest tkanka bliznowata, a pacjent doświadcza lepszej integracji i normalizacji tkanek.

Tej szybkiej i skutecznej metody leczenia blizn możesz nauczyć się online lub na zajęciach. Znajdź najbliższego instruktora zatwierdzonego przez MSTR®, odwiedzając stronę:

[www.McLoughlin-Scar-Release.com](http://www.McLoughlin-Scar-Release.com)

©Alastair McLoughlin, twórca techniki uwalniania tkanki bliznowatej McLoughlin®