

## Il trattamento

### Terapia manuale dell'area cervicale della colonna vertebrale

**Non** si tratta del noto "**aggiustamento**" chiropratico, ma di una tecnica che si serve di **impulsi delicati**.

Ci sono diversi metodi che usano gli impulsi. Il medico sceglierà quello che ha imparato durante la sua formazione.

Una delle possibili terapie è quella dell'atlante secondo Arlen.

Un'altra è quella secondo il Dr. Gutmann/ Biedermann.

Le tecniche variano e, a seconda della diagnosi, purtroppo anche i risultati.

1. La terapia dell'atlante secondo Arlen viene eseguita soltanto sulla vertebra dell'atlante e ha effetto pure soltanto in una direzione del trattamento. Di solito si ripete più volte.

2. Il trattamento, modificato dal Dr. Biedermann, secondo il Dr. Gutmann (tecnica HIO), riguarda le articolazioni della testa e cioè atlante C1, epistrofeo C2 e C3. L'impulso può essere dato su due livelli. In tal modo si possono raggiungere tutte le anomalie. HIO è un'espressione usata nel golf e significa "hole in one", e cioè mandare la pallina nella buca con un solo colpo oppure rimettere a posto tutto con un solo impulso.

La tecnica: l'impulso viene dato esercitando una piccolissima pressione laterale sulle articolazioni del cranio.

In tal modo scattano vari riflessi che hanno effetto sul corpo e/o si eliminano i blocchi o le asimmetrie dell'articolazione.

La terapia secondo Arlen ha l'effetto di ridurre la tensione di tutta la muscolatura del corpo, migliorare la coordinazione, la motricità fine (abilità di muoversi), le funzioni vegetative, la circolazione sanguigna e la respirazione.

Seguendo la terapia del Dr. Biedermann, dopo una visita manuale e l'analisi della postura delle prime vertebre cervicali in base alla radiografia, vengono dati più impulsi esattamente definiti, di durata estremamente ridotta, nell'area dei recettori della nuca (generalmente attraverso il processo trasverso della prima vertebra, e cioè dell'atlante).

La reazione è spesso un diretto miglioramento dell'equilibrio e un rilassamento altrettanto veloce della muscolatura portante. Si ritiene che con questi impulsi si attivano i sistemi sensoriali, presenti in gran numero nella regione della nuca e importantissimi per la postura. Trasmettendo gli impulsi ai centri di controllo del cervello è possibile modificarne la regolazione.

Il trattamento normalmente non provoca alcun dolore.

Contrariamente a quanto avviene durante un trattamento chiropratico ("aggiustamento") non vengono spostate le vertebre una rispetto all'altra e quindi non si sentono neppure i tipici scricchiolii.

Perciò la terapia dell'atlante secondo Arlen e anche la terapia manuale secondo il Dr.

Gutmann, se eseguite correttamente, **non sono pericolose**. Ad esse possono essere sottoposti pazienti di tutte le età (anche neonati).

Spesso ai neonati basta un unico trattamento.

Secondo il Dr. Heiner Biedermann circa il 15% dei neonati devono essere sottoposti ancora una volta al trattamento entro il primo anno di vita.

Dopo la terapia manuale il Dr. Biedermann raccomanda di aspettare almeno **tre settimane** prima di iniziare o riprendere una fisioterapia.

È pure consigliabile un controllo all'età di tre anni e poco prima che il bambino cominci la scuola.

Altrimenti si dovrebbe fare un controllo soltanto se la testa assume una posizione inclinata e la mantiene per più di una settimana o se ricompaiono i dolori.

I bambini, che hanno parenti affetti da "scogliosi della colonna vertebrale" o da malattie simili, dovrebbero essere sottoposti periodicamente a controllo, e cioè ogni tre mesi.

In complesso la terapia manuale **non** sostituisce l'ergoterapia, la fisioterapia e la psicomotricità, se le stesse sono necessarie.

La terapia manuale ottimizza la biomeccanica (funzionamento delle articolazioni e della muscolatura) e il controllo centrale (Dr. Hewera).

### **Terapia manuale dell'area cervicale della colonna vertebrale per adulti**

Per i ragazzi e gli adulti il trattamento richiede molto più tempo perché la colonna vertebrale è di solito già fissata nella postura errata e non è facile scioglierla.

La frequenza dipende in tal caso dalla diagnosi e all'inizio può essere necessario ripetere il trattamento ogni giorno o 2-3 volte la settimana (secondo Arlen).

Successivamente, sempre in dipendenza dalla diagnosi, gli intervalli possono allungarsi a più settimane o mesi.

Secondo il Dr. Reiner Lensch si dovrebbero anche sciogliere con un trattamento chiroterapeutico i blocchi di tutti i tratti di vertebre e articolazioni. Inoltre si sono rivelate valide anche forme terapeutiche osteopatiche, in particolare "tecniche riguardanti le parti molli" come "myofascial release" oppure "muscle energy technic" per stabilizzate l'esito positivo del trattamento.

Eventualmente sono necessarie terapie fisiche di accompagnamento (calore, freddo, massaggi, estensione, elettroterapia) oppure fisioterapia.

### **La terapia manuale dell'area cervicale della colonna vertebrale serve nei seguenti casi:**

- dolori nell'area cervicale
- colpo della strega alle vertebre cervicali
- vertigini
- disturbi dell'equilibrio
- disturbi motori (spasticità, Parkinson)
- mali di schiena cronici
- ernia del disco

- ronzii continui (tinnito),

Con un controllo di **routine** delle vertebre cervicali dei neonati (come è usuale per l'articolazione del femore) si potrebbe risparmiare a moltissime persone parte dei loro dolori di testa e di schiena da adulti.

I costi del trattamento (terapia dell'atlante secondo Arlen) normalmente non vengono pagati dal servizio sanitario nazionale (da 21 a 24 euro)

Il trattamento effettuato da medici secondo Gutmann/ Biedermann deve essere di solito pagato privatamente.