

# Κύηση - Τοκετός - Νεογνά - Βρέφη

Η κύηση, ο τοκετός, τα νεογνά, τα βρέφη και η Κρανιοϊερή Θεραπεία του Upledger.



Μία ώρα περίπου Κρανιοϊερής Θεραπείας κατά τη διάρκεια της κύησης μπορεί να βοηθήσει να ελαττωθεί η δυσφορία και άλλα προβλήματα, τόσο κατά την τελευταία περίοδο της κύησης, όσο και κατά τον ίδιο τον τοκετό. Η διάθεση μερικών λεπτών Κρανιοϊερής Θεραπείας στο νεογνό μπορεί να απαλείψει πολλές από τις επιδράσεις του εμβρυϊκού stress και του stress του τοκετού, συμβάλλοντας στην εξασφάλιση της καλής ανάπτυξης και υγείας στην ενήλικη ζωή του.

Η όλη ουσία της Κρανιοϊερής Θεραπείας του Upledger είναι να βοηθάει τις φυσιολογικές διαδικασίες να λειτουργούν όπως η φύση σχεδιάζει. Ο θεραπευτής της Κρανιοϊερής Θεραπείας, ή ορθότερα ο επίκουρος (εκείνος που διευκολύνει όλη τη διαδικασία), το επιτυγχάνει αυτό επιδρώντας ενεργά στον συνδετικό ιστό του ατόμου, καθώς και στα συστήματα ενέργειας και κίνησης των υγρών του σώματος, ώστε να βοηθήσει να μειωθούν ή να εξαλειφθούν οι παράγοντες που καταστέλλουν τις διαδικασίες φυσικής ίασης, ζωογόνησης και ανάπτυξης.



Η φύση έχει σχεδιάσει την αναπαραγωγή, τον τοκετό και την ανάπτυξη του νέου ατόμου να συντελείτε βάση ενστίκτου, καθοδηγούμενα από κάποια εν σειρά πυροδοτικά συμβάματα, ορμόνες κι ευκαιρίες. Έχει ένα μόνο σκοπό: να επιτρέπει σε υγιείς μητέρες να δημιουργούν υγιή βρέφη που θα αναπτυχθούν σύμφωνα με τους μηχανισμούς που ήταν οι πιο επιτυχείς. Οτιδήποτε διακόπτει ή άλλως παρεμποδίζει αυτή τη φυσική αλληλουχία των γεγονότων ενδεχομένως να βλάψει το αναπτυσσόμενο νέο άτομο και πιθανώς τη μητέρα του.

Δύο ομάδες παραγόντων παρεμβαίνουν σ' αυτόν τον σχεδιασμό. Η πρώτη είναι πως κατά την περίοδο που οι περισσότερες γυναίκες είναι γόνιμες, υπόκεινται σε πολλές καταπονήσεις ή άλλες επιβλαβείς επιδράσεις για τις οποίες δεν έχουμε εξελιχθεί τόσο ώστε να τις αντιμετωπίζουμε αποτελεσματικά. Η δεύτερη είναι πως έχουν επενδυθεί σημαντικοί πόροι στην ενθάρρυνση τεκνοποίησης από γυναίκες, που εκ φύσεως έχουν πρόβλημα να ολοκληρώσουν επιτυχώς τη διαδικασία χωρίς ιατρική παρέμβαση.

Σε τελική ανάλυση όμως οι περισσότερες σύγχρονες μαμάδες θα μπορούσαν να ωφεληθούν, σε κάποιο βαθμό, από την Κρανιοϊερή Θεραπεία του Upledger, με τη βοήθεια που προσφέρει στις συμπιεσμένες δομές τους και τα κατεσταλμένα συστήματά τους, ώστε να φέρουν στον κόσμο υγιή βρέφη. Το ίδιο ισχύει και για πολλά σύγχρονα βρέφη που έχουν υποστεί κάποιου είδους αφύσικου stress ή παρέμβαση την ώρα που γεννιόντουσαν.

**Πριν τον τοκετό η Κρανιοϊερή Θεραπεία βοηθάει τους συνδετικούς ιστούς να προσαρμοστούν στις τεράστιες αλλαγές που επιφέρει η κύηση στις δομές και στα υγρά του σώματος.**

Η κύηση επιφέρει ουσιαστικές αλλαγές στην κατανομή του βάρους, στη στάση του σώματος και στο ισοζύγιο υγρών. Παλαιές κακώσεις, τα επακόλουθα κάποιας προγενέστερης εγχείρησης και προβλήματα στη σπονδυλική στήλη μπορεί να κάνουν την εγκυμοσύνη μία δυσάρεστη εμπειρία, καθώς ο συνδετικός ιστός εξωθείται κοντά στα όρια της ελαστικότητάς του όσο στεγάζει το μικρό επιβάτη και το προστατευτικό περίβλημά του. Μακροχρόνιοι

περιορισμοί στο συνδετικό ιστό που προηγουμένως να μην είχαν ενοχλήσει, τώρα μπορεί να γίνουν βάσανο. Οι βαθιά απελευθερωτικές επιδράσεις της Κρανιοϊερής Θεραπείας, βοηθούν στην προσαρμογή σε αυτές τις αλλαγές, ειδικά κατά τη διάρκεια των τελευταίων σταδίων όταν η πύελος προσπαθεί να φιλοξενήσει το έμβρυο που κατεβαίνει. Επιπροσθέτως θα βοηθήσει στον ίδιο τον τοκετό να είναι πιο εύκολος για την μητέρα και πιο ακίνδυνος για το βρέφος.



Θα πρέπει επίσης να θυμόμαστε ότι η διαδικασία του τοκετού προσφέρει τις δικές της προκλήσεις στο αφικνούμενο έμβρυο. Το ταξίδι μέσα από το γεννητικό σωλήνα υποβάλλει το βρέφος σε καταπονήσεις και του επιβάλλει ασυνήθεις απαιτήσεις.

Γνωρίζουμε ότι ένας σκοπός αυτού είναι να πυροδοτήσει αλλαγές στο μηχανισμό των αντανακλαστικών που είχαν σχεδιαστεί για να βοηθήσουν το βρέφος να αναπτυχθεί καλά μέσα στην μήτρα, αλλά που θα αποτελούσαν εμπόδιο έξω από αυτήν. Τα αντανακλαστικά του εμβρύου πρέπει να αντικατασταθούν από τα αντανακλαστικά του βρέφους. Κάθε απόκλιση από το ιδεώδες, όπως το μερικώς αυτο-προωθούμενο ταξίδι μέσα από το γεννητικό σωλήνα μπορεί, ως φαίνεται, να καταστήσει αυτή τη διαδικασία μετασχηματισμού ατελή, αφήνοντας το νέο βρέφος ελλιπώς προετοιμασμένο για το επόμενο στάδιο του ταξιδιού του. Ένα ολόκληρο σύνολο δυσλειτουργιών, τόσο κατά τη βρεφική ηλικία όσο και κατά τη μετέπειτα ζωή, συνδέονται με αυτού του τύπου την περίπτωση.

Μία άλλη λειτουργία του φυσιολογικού ταξιδιού μέσα από το γεννητικό σωλήνα φαίνεται να είναι το να δοθεί στο βρέφος ένα πραγματικά βαθύ μασάζ. Όλοι οι μύες υφίστανται συσπάσεις και οι αρθρώσεις κινητοποιούνται. Επιπλέον το κρανίο – ή το οστέινο κουτί μέσα στο οποίο έρχεται τυλιγμένος ο εγκέφαλος – συμπιέζεται και παίρνει σχήμα. Αυτό είναι απαραίτητο εν μέρει προκειμένου να επιτραπεί στο κεφάλι να στενέψει αρκετά ώστε να

περάσει μέσα από τον τράχηλο. Για να εξασφαλιστεί αυτό χωρίς μόνιμη βλάβη, σε αυτό το στάδιο οι οστεώδεις πλάκες του κρανιακού θόλου του νεογνού είναι ατελώς σχηματισμένες, δεν είναι παρά μεγάλες μερικώς άκαμπτες επιφάνειες εντός των σκληρών μεμβρανών, από τις οποίες τελικά θα σχηματισθούν πλήρως. Σε μερικά νεογνά αυτές οι πλάκες θα παραμείνουν σε κάποια σημεία αλληλοκαλυπτόμενες. Η έγκαιρη αρωγή του φυσιοθεραπευτή στην επίλυση αυτού του προβλήματος βοηθάει να διασφαλιστεί πως θα εξαλειφθούν αναστρέψιμες καταπονήσεις που θα μπορούσαν αλλιώς να επιδράσουν στην κυκλοφορία των υγρών προς τον εγκέφαλο και πιθανώς και σε άλλες λειτουργίες, ουσιώδεις για τη υγεία και την σωστή ανάπτυξη του βρέφους.

Αυτό το πρώτο ταξίδι φαίνεται επίσης να αποτελεί μία ακόμη δοκιμασία ώστε να διασφαλιστεί πως μόνο τα υγιέστερα βρέφη θα επιβιώσουν. Ως εκ τούτου είναι σχεδιασμένο να είναι δύσκολο. Μολονότι τα περισσότερα βρέφη που βλέπουμε στα εργαστήρια μας έρχονται διότι υπάρχει κάποιος λόγος ανησυχίας, θα ήταν χρήσιμο προληπτικά να υποβάλλουμε σε έλεγχο όσο το δυνατόν περισσότερα τις πρώτες μέρες μετά τη γέννησή τους. Ακόμη δεν έχει παρουσιαστεί περίπτωση νεογνού με κάποιο σημαντικό περιορισμό στο κρανιοϊερό σύστημά του, που δεν ανταποκρίθηκε στη θεραπεία, ενώ χρειάζονται λίγα μόνο λεπτά για να εκτιμήσουμε και στη συνέχεια αποκαταστήσουμε τους τυχόν περιορισμούς στη λειτουργικότητα του. Έτσι έχουμε υγεία βρέφη με μεγαλύτερη ευεξία, που είναι ευλογία από όλες τις απόψεις.



Πιστεύουμε πως το να κάνουμε μασάζ στο βρέφος είναι απίστευτα πολύτιμο για εκείνο, και δεν είναι περίεργο ότι αποτελεί ρουτίνα σε πολλές κοινωνίες. Ωστόσο, αυτό που η Κρανιοϊερή Θεραπεία από τη δική της σκοπιά προσθέτει στο μασάζ του

βρέφους, είναι η ικανότητα να αξιολογούμε και να εκτιμούμε τη σοβαρότητα συγκεκριμένων περιορισμών και τάσεων, όπως αυτά σχετίζονται με τη σωματική δομή του βρέφους και το κεντρικό

νευρικό σύστημά του, ενώ είμαστε σε θέση να αντιλαμβανόμαστε με την ευαισθησία των χεριών μας, τότε αυτοί οι περιορισμοί και οι τάσεις έχουν απαλειφθεί.

**Ως μέρος της πρώτης πλήρους κρανιοϊερής αξιολόγησης και θεραπείας της, η σπονδυλική στήλη του βρέφους ελέγχεται για ασύμμετρες τάσεις που άλλως ενδέχεται να οδηγήσουν σε προβλήματα στην στάση του σώματος και στην ευστάθεια.**

Επομένως το ταξίδι μέσα από το γεννητικό σωλήνα αποτελεί την τελική δοκιμασία του εμβρύου. Καθώς το έμβρυο ανοίγει τον δρόμο του προς την ζωή το κρανίο του πλάθεται, και τα πρωτογενή αντανακλαστικά μετατρέπονται σε αυτά που απαιτούνται για τα αρχικά στάδια της ζωής στον κόσμο. Όταν οι συνθήκες για την ολοκλήρωση αυτού του ταξιδιού δεν είναι ιδανικές, ή εάν το βρέφος πρέπει να υποβοηθηθεί από τον γιατρό κατά την έξοδό του, ενδεχομένως να απαιτηθούν υπερεκτάσεις, κυρίως στις κροταφικές χώρες της κεφαλής (γύρω από τα αυτιά), στη βάση του κρανίου, στις αρθρώσεις του ισχίου και στην πύελο όπως και στο συνδετικό ιστό της σπονδυλικής στήλης. Το Ινστιτούτο Upledger, έχοντας ήδη εφαρμόσει τεχνικές θεραπείας με εικόνες και συζητήσει με πολλές χιλιάδες ασθενών οδηγήθηκε στο συμπέρασμα ότι τα έμβρυα, ακόμη κι εκείνα των πρώτων εφτά ή οκτώ εβδομάδων, επηρεάζονται από συναισθηματικά μηνύματα καθώς και από το γενικό συναισθηματικό περιβάλλον που τα πλαισιώνει όσο αυτά παραμένουν στη μήτρα. Η πρώιμη κρανιοϊερή αξιολόγηση θα αποκαλύψει πολλά προβλήματα, τα οποία συνήθως θα ανταποκριθούν γρήγορα σε πολύ ήπιες τεχνικές απελευθέρωσης. **Έχει διαπιστωθεί ότι η πρώιμη θεραπευτική αγωγή βοηθάει σε κωλικούς, σε αποκλίσεις από την ορθή στάση του σώματος, στο ραιβόκρανο, σε προβλήματα του ισχίου και σε ορισμένες μαθησιακές δυσλειτουργίες.**

**Οι φυσιοθεραπευτές της Κρανιοϊερής Θεραπείας εφιστούν ιδιαίτερα την προσοχή τους και σε άλλα προβλήματα που εκδηλώνονται σε βρέφη και νήπια. Δυσκολίες στο θηλασμό και στην κατάποση, ωτίτιδες, κακής ποιότητας ύπνος και αναπνευστικά προβλήματα.**



Η Κρανιοϊερή θεραπεία του Upledger είναι ένα σύστημα πρακτικής αξιολόγησης και ήπιας αλλά δραστηκής βοήθειας, που διευκολύνει την απελευθέρωση των περιορισμών στο συνδετικό ιστό. Ο συνδετικός ιστός είναι ακριβώς αυτό που λέει

ότι είναι. Συνδέει όλα μας τα οστά, τους μύες, τα νεύρα, τα όργανα και τους σωλήνες μαζί, με τρόπο τέτοιο που να μπορούν όλα να αλληλοβοηθούνται ώστε να λειτουργούν όπως έχουν σχεδιαστεί, ακόμη και σε έντονες καταπονήσεις. Η όποια μείωση της ελαστικότητας του συνδετικού ιστού, οπουδήποτε μέσα στο σώμα, δύναται να οδηγήσει σε δυσλειτουργία, τόσο στο σημείο εκείνο, όσο και σε οποιοδήποτε άλλο σημείο του σώματος. Μείωση της ελαστικότητας μπορεί να προκληθεί από ατύχημα, εγχείρηση, ασθένεια, ακινησία ή συναισθηματικό stress. Η Κρανιοϊερή θεραπεία παρέχει βοήθεια που υποστηρίζει κι ενισχύει τις διαδικασίες φυσικής ίασης και ανάπτυξης χωρίς να τις πιέζει ή να τις καταστέλλει. Περισσότερες πληροφορίες παρέχονται

στο [www.craniosacral.gr](http://www.craniosacral.gr)

**Νέες μητέρες που ακολουθούν αγωγή Κρανιοϊερής Θεραπείας βρίσκουν πως μπορεί να διευκολυνθεί πολύ η ανάρρωσή τους μετά τον τοκετό.**

Νέες μητέρες που ακολουθούν αγωγή Κρανιοϊερής Θεραπείας για τον τοκετό μπορούν να ανακουφιστούν πολύ. Η Κρανιοϊερή θεραπεία είναι βαθιά χαλαρωτική κι ενισχύει την ελεύθερη κίνηση σε όλα τα συστήματα υγρών: αίμα, λέμφο, εγκεφαλονωτιαίο υγρό και σωματικές απεκκρίσεις, γεγονός που σημαίνει βέλτιστη ανάληψη όλων των συστημάτων ίασης. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τη μητέρα στην περίπτωση που ο τοκετός είχε κάποιες πρόσθετες δυσκολίες όπως αναισθησία κι έλεγχο του άλγους (που πιστεύεται ότι αναστέλλουν τις φυσικές μηχανικές και ορμονικές απαντήσεις επάνω στις οποίες βασίζονται οι κατά φύση διαδικασίες τοκετού), παρατεταμένο τοκετό, περιορισμένες επιλογές στη στάση του σώματος, καισαρική τομή και άλλα

συμβάματα που απαιτούν αποκατάσταση, επαγωγή ή κάποιου είδους επείγουσα παρέμβαση.