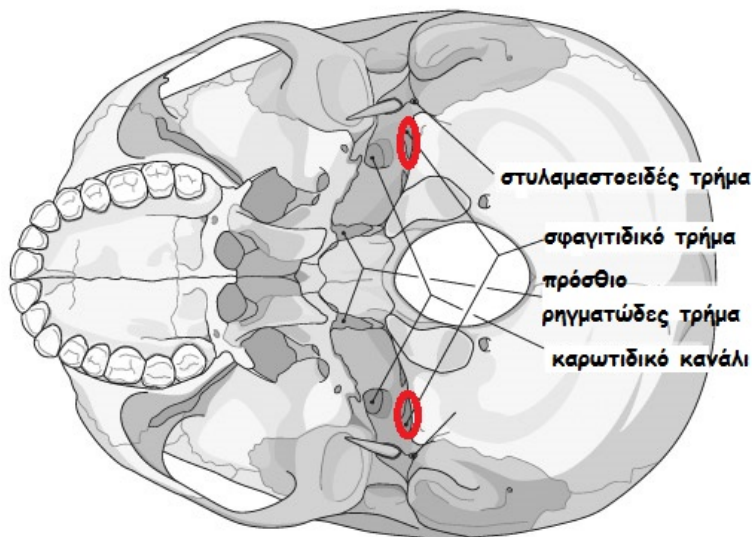


# ΣΦΑΓΙΤΙΔΙΚΟ ΤΡΗΜΑ: ΤΟ ΛΙΚΝΟ ΤΗΣ ΟΜΟΙΟΣΤΑΣΗΣ

## ΣΦΑΓΙΤΙΔΙΚΟ ΤΡΗΜΑ: ΤΟ ΛΙΚΝΟ ΤΗΣ ΟΜΟΙΟΣΤΑΣΗΣ



Το 'σφαγιτιδικό τρήμα' (jugular foramen), είναι ένα από τα πιο σημαντικά μονοπάτια στο ανθρώπινο κρανίο. Βρίσκεται στη βάση του κρανίου. Σχηματίζεται από το ινιακό και το κροταφικό οστό. Συνήθως περιγράφεται σαν να χωρίζεται σε δυο τμήματα, ένα προθιο έσω διαμέρισμα και ένα οπισθιο πλευρικό. Η **Wikipedia** αναφέρει πως το τρήμα είναι μεγαλύτερο από την δεξιά πλευρά σε σχέση με την αριστερή, ενώ η **Radiopaedia** αναφέρει ότι το μέγεθος του ανοίγματος είναι αξιοσημείωτα μεταβλητό και ασύμμετρο.



Στο μικρότερο και περισσότερο εμπρόσθιο τμήμα βρίσκονται **φλεβικά αγγεία** που παροχετεύουν τον εγκέφαλο και το **γλωσσοφαρυγγικό κρανιακό νεύρο**, ενώ από το μεγαλύτερο οπίσθιο τμήμα περνούν επιπρόσθετα **φλεβικά αγγεία**, η **ανιούσα φαρυγγική αρτηρία**, και δυο κρανιακά νεύρα, το **πνευμονογαστρικό** και το **παραπληρωματικό νεύρο**.

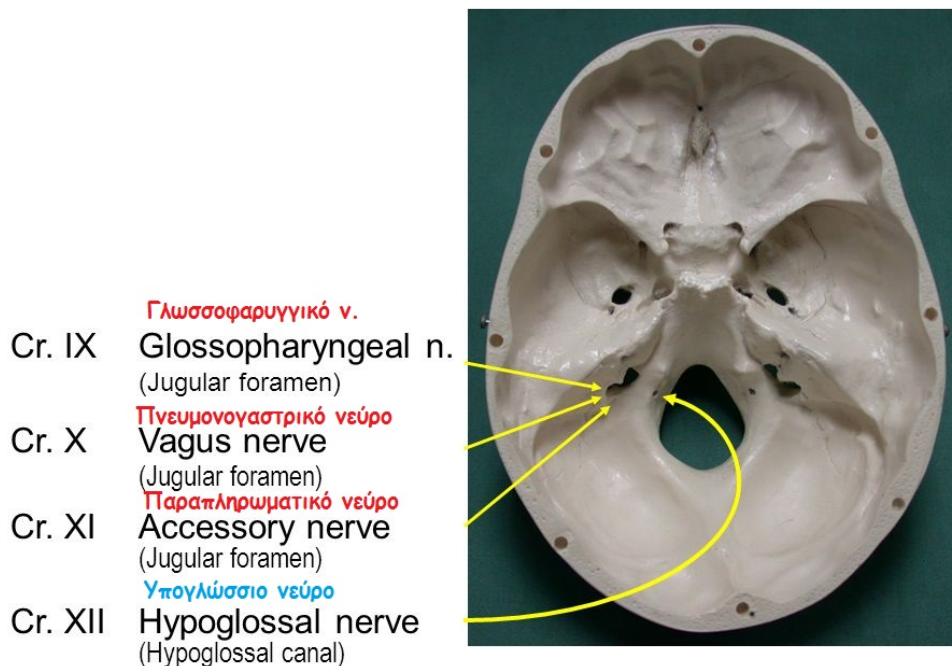
Τα δυο σφαγιτιδικά τρήματα συχνά συμπιέζονται, με αποτέλεσμα να επηρεάζεται η λειτουργικότητα των αγγείων και των νεύρων που διέρχονται από αυτά τα ανοίγματα. Στα αγγεία δημιουργείται μια συμφόρηση των υγρών, ενώ στα νεύρα η δυνατότητα να μεταφέρουν, να λαμβάνουν και να ερμηνεύουν με ακρίβεια τις αισθητικές πληροφορίες, μπορεί να μειωθεί ή να υπερδιογκωθεί, με επίπτωση την δυσλειτουργία στην ανταπόκριση του νευρικού συστήματος προς αυτά.

Για παράδειγμα: Δυσλειτουργία του παραπληρωματικού νεύρου θα προκαλέσει σφικτούς τραπεζοειδής μύες και σπασμό στους στεροκλειδομαστοειδής. Δυσλειτουργία του γλωσσοφαρυγγικού νεύρου θα προκαλέσει δυσκολίες στην κατάποση. Μια σειρά καρδιακών και γαστρεντερικών διαταραχών σχετίζονται με την ικανότητα του πνευμονογαστρικού νεύρου να ενεργεί ως δίαυλος δεδομένων βιοπληροφορικής προς αμφότερες τις κατευθύνσεις,

δηλαδή τόσο σε προσαγωγές, όσο σε απαγωγές κατευθύνσεις.

Υπάρχει μεγάλη λίστα πιθανών αιτιών που θα οδηγήσουν στη συμπίεση αυτών των μονοπατιών: κρανιακό τραύμα, σύνδρομο μαστιγίου στον αυχένα, εκτεταμένες οδοντιατρικές εργασίες, χρόνια ένταση (στρες), είναι μόνο μερικές από τις αιτίες.

**Μια συνηθισμένη συνέπεια της συμπίεσης στα σφαγιτιδικά τρήματα είναι ο χρόνιος πονοκέφαλος, είτε λόγω μειωμένης παροχέτευση των φλεβών από τον εγκέφαλο, είτε λόγω παρεμπόδισης της αρτηριακής ροής προς τον εγκέφαλο.**



Ο **John Upledger DO**, ο εμπνευστής της Κρανιοϊερής Θεραπείας, ισχυρίζονταν στις διδασκαλίες του πως το 85% της εγκεφαλικής φλεβικής παροχέτευσης περνά μέσα από τα σφαγιτιδικά τρήματα.

**Σε ασθενείς που διαμαρτύρονται για χρόνια σωματική δυσλειτουργία ή πόνο, σε μεγάλο βαθμό ενδέχεται να υπάρχει συμπίεση και αιματική συμφόρηση στα σφαγιτιδικά τρήματα.**

Όλα τα προηγούμενα οδηγούν σε ανισορροπία της συντονισμένης επικοινωνίας και λειτουργίας στα τρία τμήματα του αυτόνομου

νευρικού συστήματος –το συμπαθητικό, το παρασυμπαθητικό και το εντερικό. Αυτό συμβαίνει επειδή το πνευμονογαστρικό νεύρο χρησιμεύει ως συνδετικός κρίκος μεταξύ του συμπαθητικού και του εντερικού τμήματος.

## **Αποκωδικοποιώντας ΤΟ Πνευμονογαστρικό νεύρο**

**Το πνευμονογαστρικό νεύρο συνεχώς μεταφέρει επικαιροποιημένες αισθητικές πληροφορίες που αφορούν την κατάσταση των σπλάχνων στον εγκέφαλο, μέσω των προσαγωγών νευρικών ινών του. Στη πραγματικότητα, το 80%-90% των νευρικών ινών στο νευρικό δίκτυο του πνευμονογαστρικού είναι αφιερωμένο στην ενημέρωση της κατάστασης των σπλάχνων προς τον εγκέφαλο.**

Αυτο υποδηλώνει ότι μόνο το 10%-20% από αυτές τις νευρικές ίνες στέλνουν κινητικές οδηγίες που συντονίζουν το σύμπλεγμα καρδιάς/πνεύμονα, τις πεπτικές λειτουργίες και τα πρώιμα στάδια της αφοδεύσης μέσω του παχέος εντέρου. Αυτός είναι και ο λόγος που ο Dr Upledger τόνισε τη σημασία της ενίσχυσης της παρασυμπαθητικής εκροής πληροφοριών ως βάση για την ενεργοποίηση των εγγενών αυτο-διορθωτικών ικανοτήτων του σώματος.

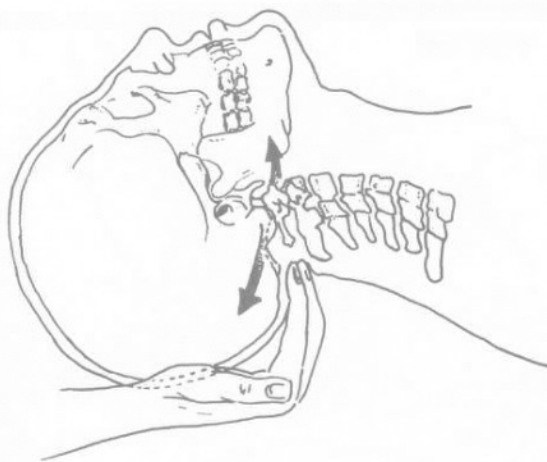


Η πρωτογενής παρασυμπαθητική εκροή πληροφοριών από τον εγκέφαλο περνά μέσα από κάθε ένα από τα σφαγιτιδικά τρήματα μέσω του πνευμονογαστρικού νεύρου. Γι' αυτό χαρακτηρίζονται ως το λίκνο της αυτόνομης ισορροπίας. Σύμφωνα με τον Dr Upledger, εδώ βρίσκετε το κλειδί για τον ασθενή να ξανακερδίσει την κατάσταση της αρμονίας στη λειτουργικότητα του, δηλαδή της ομοιόστασης.

## **Αποσυμπίεση στη βάση του κρανίου και στα σφαγιτιδικά τρήματα**

Η βάση του κρανίου είναι η περιοχή που βρίσκονται οι υποϊνιακοί μύες, ανάμεσα στο ινιακό οστό και τον άτλαντα (1ος

αυχενικός σπόνδυλος). Ο σωλήνας της 'σκληράς μήνιγγας' ενώνεται απευθείας με το «μέγα τρήμα» και με την οπίσθια επιφάνεια των σπονδυλικών σωμάτων του 1ου και 2ου αυχενικού σπονδύλου. Σε κάκωση από βίαιο τράνταγμα, ή σε επαναλαμβανόμενη κακή στάση του αυχένα οι υποϊνιακές δομές συμπιέζονται. Το ίδιο συμβαίνει και στους κονδύλους του ινιακού οστού πάνω στις αρθρικές επιφάνειες του 'άτλαντα' (1ος αυχενικός σπόνδυλος). Η περιοχή αυτή επιβάλλεται να κινείται ελεύθερα, ώστε ο άτλαντας να περιστρέφεται σωστά πάνω στο 'άξονα' (2ος αυχενικός σπόνδυλος). Η απελευθέρωση της κρανιακής βάσης είναι, επίσης, ωφέλιμη για τους ιστούς που συνδέονται με το 'σφαγιτιδικό τρήμα'. Πέραν της αποσυμπίεσης της σφαγίτιδας φλέβας, τόσο το γλωσσοφαρυγγικό, όσο και το πνευμονογαστρικό και το παραπληρωματικό νεύρο περνούν μέσα από το τρήμα και έτσι ο ασθενής μπορεί πολλαπλώς να ωφεληθεί από την απελευθέρωση της.



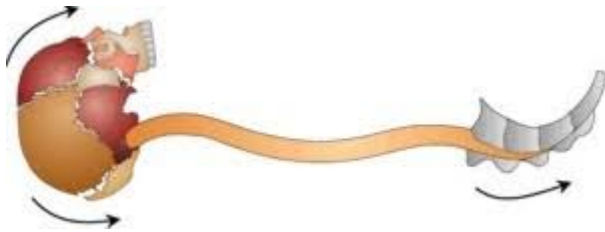
Στο **δεύτερο βήμα του πρωτοκόλλου θεραπείας της Κρανιοϊερής Θεραπείας του Dr Upledger**,

απελευθερώνονται οι περιορισμοί στα οριζόντια περιτονιακά διαφράγματα, που βρίσκονται στο ύψος της πυέλου, στο αναπνευστικό διάφραγμα, στη θωρακική έξοδο (είσοδο), στο νοειδές οστόν και στην βάση του

κρανίου ή την υποϊνιακή χώρα. Ο θεραπευτής εφαρμόζει μυοπεριτονιακές τεχνικές, με σκοπό να απελευθερώσει τους περιορισμούς, οι οποίοι βρίσκονται ανάμεσα στα χέρια του.

**Πολλές φορές η τάση συμπίεσης που αναπτύσσεται στη βάση του κρανίου μπορεί να οφείλετε σε μυοπεριτονιακή δυσλειτουργία στη περιοχή της πυέλου, που μεταφέρεται μέσω του σπονδυλικού σωλήνα προς τα επάνω. Εφόσον η περιτονία βρίσκεται παντού, και οι συμφύσεις της μπορούν να παράγουν και να εκτείνουν την επίδραση τους με πολλούς τρόπους και σε πολλές κατευθύνσεις**

οπουδήποτε μέσα στο σώμα. Έχοντας υπόψη αυτό το μοντέλο, οι θεραπευτές είναι απαραίτητο να μάθουν να αντιμετωπίζουν το περιτονιακό σύστημα ως μια ολοκληρωμένη μονάδα, αντί να εστιάζουν απλά στη περιοχή του συμπτώματος ή της κάκωσης.



Αφού απελευθερωθούν όλα τα περιτονιακά οριζόντια διαφράγματα, **έρχεται το τρίτο βήμα στο πρωτόκολλο του Dr Upledger** για να αποκαταστήσει

την ελευθερία στη λειτουργικότητα του ιερού οστού σε σχέση με τη κατώτερη οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης και τα λαγόνια οστά. Η σκληρά μήνιγγα έχει άμεση πρόσφυση στο ύψος του δεύτερου ιερού σπονδύλου. Έτσι περιορισμοί σε αυτό μπορούν άμεσα να επηρεάσουν δυσμενώς την λειτουργικότητα του συστήματος όχι μόνο στο ύψος του οσφυϊκού τμήματος της σπονδυλικής στήλης, αλλά και σε όλη τη διαδρομή προς τον αυχένα και το κεφάλι. Ο σωλήνας της σκληράς μήνιγγας προορίζεται να γλιστρά ελεύθερα μέσα στον σπονδυλικό σωλήνα, ενώ το ινιακό οστό του κρανίου και το ιερό οστόύν είναι σχεδιασμένα με τρόπο ώστε να κινούνται συγχρονισμένα το ένα με το άλλο.

Μετά την απελευθέρωση του ιερού οστού, ο θεραπευτής εφαρμόζει έλξη στο σωλήνα της σκληράς μήνιγγας μέσω του ιερού οστού και **ακολουθεί το τέταρτο βήμα, η "ταλάντευση και ολίσθηση» του σωλήνα της σκληράς μήνιγγας**. Στο τέταρτο αυτό βήμα ο θεραπευτής ακουμπά τα χέρια του και εφαρμόζει ταλάντευση και ολίσθηση στο ιερό και το ινιακό οστό του ασθενή συγχρονισμένα. Επιχειρεί, δηλαδή, να βελτιώσει την ελαστικότητα της σκληράς μήνιγγας μέσα στο σπονδυλικό σωλήνα.

## **Τα παραπάνω μπορούν να βοηθηθούν:**

□ Με ήπια κινητοποίηση στα σπονδυλικά τμήματα του άτλαντα με τον άξονα και του δεύτερου (A2) με τον τρίτο(A3) αυχενικό σπόνδυλο.

□ Μείωση του μυϊκού τόνου στην ανώτερη αυχενική μοίρα.

□ Μείωση της τάσης στους στερνοκλειδομαστοειδή μύες. Ο Dr Richard MacDonald αναφέρεται σε αυτούς χαρακτηρίζοντας τους ως «τους σκύλους φύλακες που προστατεύουν το κρανίο». Καθώς προσφύονται στις μαστοειδής αποφύσεις, είναι εύκολο να αντιληφθεί κανείς γιατί η αντανακλαστική τάση τους κλείνει την περιφέρεια γύρω από τα σφαγιτιδικά τρήματα.

## Συμπέρασμα

Λαμβάνοντας υπόψη πως ο στόχος του θεραπευτή είναι να αποκαταστήσει την αρμονία και την ισορροπία στη λειτουργία του οργανισμού, ενισχύοντας την προσαρμοστική του ικανότητα, κυρίαρχο συστατικό στοιχείο της ομοιόστασης, η απελευθέρωση των περιορισμών γύρω από τα σφαγιτιδικά τρήματα είναι υψίστης σημασίας. Κυρίως όταν καλείται να αντιμετωπίσει ασθενείς με χρόνια προβλήματα.

## ΠΗΓΕΣ

1. Wikipedia. "Foramen." Wikipedia.com, 2017.
2. Neuroangio. "Ascending Pharyngeal Artery." Neuroangio.org, 2017.
3. Radiopaedia. "Juglar Foramen." Radiopaedia.org, 2017.
4. Alexander DG. "A Look At Compression, Congestion, & Dis-coordination." Massage Today, August 2014;14(8).
5. Dr. Mark Sircus. "Function of the Vagus Nerve." DrSircus.com, 2014.
6. John E. Upledger DO. CranioSacral courses (class notes). The Upledger Institute, 1986-93.
7. Richard MacDonald, DO. Functional Anatomy courses (class notes). The Upledger Institute, 1988-1989.
8. ΧΡΟΝΙΟΣ ΠΟΝΟΣ – Η παραφωνία του εγκεφάλου – Μια εναλλακτική πρόταση, Χαράλαμπος Τιγγινάγκας