

ÄRRVÄVNAD - Varför det inte ska ignoreras!

Kirurgiska ingrepp fortsätter att öka runt om i världen.

De resulterande ärren försvinner aldrig. De är en ständigt närvarande påminnelse om dagen för operationen.

Ärr uppstår också från olyckor, sår från krig och konflikter, personattacker och många andra trauman.

Ärrvävnad försummas ofta, för en stor andel av befolkningen. Effekterna av ärr är inte alltid förstådda. Effektiv behandling av ärrvävnad är förmodligen den mest förbisedda och underskattade färdigheten hos manuellterapeuten.

Varför ska sjukgymnasten vara intresserad av ärrvävnadsbehandling?

Effekterna av postoperativa ärr på människokroppen kan inte underskattas.

Enligt forskarna Karel Lewit MD och Sarka Olsanka:

"Om ärret är... obehandlat kan det vara orsaken till behandlingsmisslyckande och återfall."

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

Karel Lewit, MD,^a and Sarka Olsanka^b

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.

Källa: "Klinisk betydelse av aktiva ärr: Onormala ärr som orsak till myofascial smärta." Lewit & Olsanka - 2002

Med andra ord, oavsett vilken fysioterapiinsats som används, kan obehandlade ärr omintetgöra våra bästa ansträngningar att avhjälpa relaterad smärta och begränsad rörlighet.

Effekterna av postoperativa ärr på människokroppen är utbredda och kan skapa dysfunktion i områden långt från ärret.

Kroppen bildar ärrvävnad som en naturlig reaktion på trauma när huden skärs sönder eller punkteras, antingen av misstag eller avsiktligt, t.ex. genom operation. Kollagen som avsätts under reparationsprocessen resulterar i en förtjockad, fibrös massa som kan hindra korrekt blodcirkulation, blockera lymfflödet och till och med påverka rörelseomfånget.

Dessutom leder avskärning av känslig nervvävnad ofta till dystesi, inte bara i ärret utan även i den intilliggande, omgivande vävnaden. Eftersom ärret är fibröst och icke-elastiskt kommer det att ha en dragande och släpande effekt på den biomekaniska funktionen hos alla fysiologiska system, särskilt det fasciamembran som täcker muskler, organ och körtlar.

Effekten av ärrvävnad i kroppen är bara början:

De emotionella och psykologiska effekterna av ärrvävnad

Varje ärr representerar en händelse som skapade ärret. Många av dessa är traumatiska händelser:

- Akuta livshotande operationer
- Krigsskador
- Personliga attacker (knivskador/skottskador)
- Bilolyckor
- Många andra typer av olyckor i hemmet eller på jobbet • Icke-akuta operationer

Om vi bara tar ETT av dessa fall – kejsarsnittet.

**Mödravårdsstatistik för England för året som slutade i mars 2014:
Kejsarsnittsfrekvensen har ökat med 0,7 % till 26,2 % (166 081) under 2013–2014.
(Elektiva kejsarsnitt 13,2 % och akuta kejsarsnitt står för 13 %)**

Källa: www.nct.org.uk

Det finns ofta långvariga psykologiska och känslomässiga reaktioner på akuta kejsarsnitt. Dessa reaktioner inkluderar, men är inte begränsade till:

- Ilska
- Rädsla
- Ångest
- Chock
- Skuld-känslor
- Misslyckande
- Trauma
- Låg självkänsla och känsla av värdelöshet
- Känslor av "avkoppling" - underkroppen till överkroppen

Vi finner att när ärrets fysiska egenskaper förändras (textur, känsel) så kan de känslomässiga och psykologiska effekter som beskrivs ovan också förbättras. Dvs. integration och normalisering av vävnaden verkar ha en positiv effekt på klientens psykologiska och känslomässiga välbefinnande.

Om vi anser att effekterna av akut kejsarsnitt sannolikt kommer att orsaka liknande reaktioner som kategoriseras som ett PTSD-syndrom, då bör behandling av det fysiska äret förändras. Orsaker till PTSD kan vara ett intressant behandlingsalternativ som behöver forskning om ytterligare.

Postoperativa fysiska effekter av kejsarsnittsärr kan också inkludera:

- dyspareuni
- ländryggssmärta
- buksmärtor
- restriktion och smärta vid böjning och extension av ryggraden
- problem med blåsan och tarmarna

Det noteras många gånger att dessa fysiska effekter kan förbättras och i vissa fall elimineras tack vare framgångsrik behandling av ärrvävnad.

BIOMEKANISK BEGRÄNSNING:

Tänk på de fasciarestriktioner som sannolikt uppstår när ärrvävnad hämmar musklers och nervers glidande rörelser när de ligger i vävnaderna.

Det är inte svårt att föreställa sig hur funktionell rörelse hindras på grund av ärrvävnad när man tittar på sammankopplingen mellan fascialinjer och synergistiska och antagonistiska muskelgrupper...

BIOENERGETISK RESTRIKTION:

Att förstå meridianen som används vid akupunktur hjälper oss att inse att flödet av bioelektrisk energi (Qi, Chi) kan hindras av ärrvävnad.

Akupunktörer utvecklade en metod för att behandla ärrvävnad behandling för århundraden sedan eftersom de också vet att behandling av ärrvävnad var avgörande för att förbättra flödet av Qi/Chi.

Ett typiskt exempel i samband med ett mycket vanligt ingrepp: karpaltunnelkirurgi. Detta ärr kan potentiellt störa hjärtsäckens meridian.

En intressant bieffekt av MSTR®-behandling är den vanliga feedbacken från patienter att de känner sig mer energiska efter att ärrbehandling har utförts. Möjligen en ökning av energi (och blodflöde) genom dessa begränsade vägar...

Slutsats:

Behandling av ärrvävnad är en viktig del i behandlingen av muskuloskeletal och myofascial smärta. Obehandlad ärrvävnad kan hindra andra behandlingar från att få framgångsrika och mer långvariga resultat.

Psykologiska och emotionella tillstånd kan också förbättras när ärrvävnad åtgärdas och patienten upplever bättre integration och normalisering av vävnaderna.

Du kan lära dig denna snabba och effektiva metod för ärrvävnadsbehandling antingen online eller i klassrummet. Hitta din närmaste MSTR®-godkända instruktör genom att besöka:

www.McLoughlin-Scar-Release.com

©Alastair McLoughlin, designer av McLoughlin Scar Tissue Release Technique®

