



SPOJITOST' MEDZI CHRBTICOU A VNUTORNÝMI ORGÁNMI

## Krčná chrbtica

### Stavec C1

Atlas: migrény, bolesti hlavy, závrate, dvojité videnie, strata pamäte, vysoký krvný tlak, chronická únava.

V psychickej rovine: problémy s nadhľadom tzn. pohľadom človeka k niektorým problémom s ľahkosťou. Človek musí všetko pochopiť hlavou aj keď tam práve nie je žiadna logika napr. zamilovanosť. Chýba intuícia a nápaditosť.

### Stavec C2

Axis: dutiny na tvári, bolesti uší, hluchota, očné nemoci - zrakový nerv, poruchy reči, čelo, jazyk.  
V psychickej rovine neschopnosť vidieť, ktorou cestou ísť, ktorou cestou sa dať. Človeku chýba rozhľad, alebo sa kuká až moc, ale nevidí to čo hľadá - nevidí súvislosť medzi videným a hľadaným.

### Stavec C3

Nervové potiaže, líčne nervy ich obtiaže a bolesti, ušné potiaže - hučanie v ušiach a ušný šelest (tinitus), zubné potiaže - bolesti, kazivosť, krvácanie ďasien.  
V psychickej rovine takmer rovnaké príznaky ako u vybočenia C4.

#### **Stavec C4**

Katar, dlhotrvajúca nádcha, polypy, strata sluchu, zášklby pier, popraskané pery, nos, Eustachova trubica.

V psychickej rovine labilita - neschopnosť zaujať pevné stanovisko, neschopnosť naslúchať a časté pocity viny. Je pre nich ťažké počúvať až do konca, rozhovor často prerušujú a skáču do rečí kvôli potrebe obhajovať sa stále.

#### **Stavec C5**

Zápal hrtanu, chraptivosť, hlasivky, bolesti šije, pažerák, krčné žľazy, chronické nachladnutie, pocit hrče v krku.

V psychickej rovine je podobnosť s C6 a navyše chýba schopnosť prekúsnuť sa cez ťažkú situáciu, veľmi ťažké vyjadrovanie sa dokonca v niektorých situáciách až neschopnosť prehovoriť.

### Stavec C6

Bolesti nadlaktia, zápal mandlí, tvorba strumy, dusivý kašeľ, vybočenie spôsobuje stuhnuté krčné svaly a ramená.

V psychickej rovine je to strnulosť, strach otvoriť sa novému a byť tolerantnejší. Prijímať nové, alebo ešte nie dostatočne overené veci.

## **Stavec C7**

Štítna žľaza, zápaly úponov na ramenách, vybočený palec, časté prechladnutia.

V psychickej rovine rôzne formy strachu, pocit utlačovania, ponižovania sa, tiché trpenie a žiadna obrana. Neriešenie problémov, len ich tiché znášanie a sebaobviňovanie sa za ich vznik.

Stavce od C2 po C6 sú tiež zodpovedné za správnu spoluprácu pravej a ľavej hemisféry.

## Hrudná chrbtica

### Stavec Th1

Bolesti v oblasti ramenného pletenca a ruky až ku končekom prstov, bolesti v zátylku, ramene, tenisový lakeť, zápal šliach na predlaktí, bolesti predlaktia a ruky, necitlivosť prstov, problémy s priedušnicou.

V psychickej rovine snaha preťažovať sa, všetko robiť sám, chýba dôvera v druhých a v schopnosti iných, neustále preceňovanie svojich síl

### Stavec Th2

Zastupuje citlivú oblasť srdca, srdečné problémy, poruchy rytmu, vysoký krvný tlak (stavec je posunutý dovnútra), bolesti v hrudníku, koronárne cievy.

V psychickej rovine je to úzkosť, ktorá bráni vyrovnáť sa s niektorými udalosťami, môžu prísť nočné mory, človek je uzavretý, nedokáže byť láskavý, zdá sa byť bezcitný a bez radosti. Nevie prejavovať lásku ani náklonnosť a nevie ju ani prijímať, cíti sa nemilovaný a zastiera to chladným chovaním sa.

### Stavec Th3

Ovplyvňuje dych, bronchitída, zápal pohrudnice, zápal pľúc, hrudný kôš, problémy s dýchaním, astma, chrípka, dráždivý kašeľ, priedušky, prsia, chronické problémy spôsobuje stavec posunutý dovnútra.

V psychickej rovine človek ustupuje, nechce nič pre seba, nemá žiadny vlastný názor, bojí sa nadýchnuť, bojí sa pripustiť, že by mohol mať pravdu.



### Stavec Th4

Žlčník, žlčníkové kamene, žltáčka, žlčové cesty, spánková bolesť hlavy.

V psychickej rovine zablokovanie tohto stavca vedie k zatrpknutosti a tvrdosti voči sebe samému. Človek nič nepustí von a trpí vnútorným hnevom (kypí v ňom žlč), nedokáže povedať, čo je dôvodom jeho trápenia.

### Stavec Th5

Ochorenia a poruchy pečene, chudokrvnosť, nízky krvný tlak, krvný obeh, únava, artritída,

slnečný pletenec, pásový opar.

V psychickej rovine zanedbávanie vlastných životných záujmov. Na jednej strane sa človek príliš veľa stará o svoje okolie a na druhej strane to vedie k problémom s "vnútorným dieťaťom", človeka potom často sprevádza smútok a plač. Bojuje sám so sebou a tým, čo si vlastne želá sám pre seba.

### Stavec Th6

Problémy so žalúdkom, čkanie, poruchy trávenia, pálenie záhy, diabetes.

V psychickej rovine problémy so závislosťou ako takou na čomkoľvek - alkohol, drogy, cigarety, láska, dieťa, rodina, práca, peniaze, túžby - čokoľvek, čo uspokojí závislosť.

### Stavec Th7

Problémy so žalúdkom a čkanie, dvanástorník a slinivka brušná.

V psychickej rovine ako pri Th6, problémy so závislosťou ako takou na čomkoľvek - alkohol, drogy, cigarety, láska, dieťa, rodina, práca, peniaze, túžby - čokoľvek, čo uspokojí závislosť.

### Stavec Th8

Problémy so slezinou a celkové oslabenie imunitného systému, bránica.

V psychickej rovine posun znamená strnulosť, neschopnosť prijať životný pohyb, večné starosti o seba, iných, so všetkým a so všetkými. Nemožnosť sa vyrovnáť so zmenami ako takými, či už sú to zmeny osobné alebo aj všeobecné - teda zmeny týkajúce sa napr: terajšieho prechodu na euro:-), zmena vládnucej strany, ale aj menšie zmeny, ako napr. úplné zatvorenie obľúbeného obchodu - to sú všeobecné, tie osobné zmeny všetci poznáme.

### Stavec Th9

Alergie všetkého druhu, kožné vyrážky, záchvaty, nadľadvinky.

V psychickej rovine potláčanie vlastnej agresivity. Prejavuje sa tu známy princíp: môj protihráč, protivník je mojím zrkadlom a vidím v ňom vlastné slabosti. To môže v človeku vyvolávať agresivitu, lebo nikto nemá rád konfrontáciu s vlastnou slabosťou a nedostatkami. Nie vždy sa však treba držať pravidiel, pretože človek má tendenciu sa neskôr do nich zamotať a podriaďiť im život. Prestane riešiť konkrétne a stupňuje sa v ňom nenávisť, zlosť a bezmocnosť, ktoré sa aj tak snaží potlačiť, aby sa nemusel konfrontovať s tým, čo cíti.

### Stavec Th10

Všetky problémy s obličkami, arterioskleróza, chronická únava.

V psychickej rovine sa prejavujú emocionálne bloky, problémy v partnerstvách akýchkoľvek!!!!

Takže myslím, že tento stavec je veľmi zaujímavý :-), ale určite nie všemocný - problémy v partnerstvách nemusí mať na svedomí stavec :-)! Skôr sa to môže prejavovať tým, že človek nevie prejsť emócie, bojí sa odhaliť svoje city, pocity, vášne - celkovo môže pôsobiť ako emocionálne nezrelý človek.

### Stavec Th11

Močovod a obličky, kožné problémy, vypadávanie vlasov, akné, zažívacie problémy.

V psychickej rovine problémy pri nadväzovaní kontaktov, strach vo vzťahu, úzkostlivosť, neistota, fixácia na vlastné slabosti, stále sebaobviňovanie sa alebo naopak ospravedlňovanie sa typu: no tak čo, ja už som raz taký/á a nič s tým nenarobíš alebo nič sa s tým nedá robiť... Človek sa bojí pri zoznamovaní sa s novými ľuďmi, že povie alebo urobí niečo nevhodné a tak mlčí alebo až moc "tára". Väčšinou to dopadne tak, že nech sa snaží koľko chce, aj tak sa stane presne to, čoho sa obáva.

### Stavec Th12

Problémy s tenkým črevom, nafúknutie, rôzne formy reumatizmu, poruchy rastu, neplodnosť, vajcovody, krvný obeh.

V psychickej rovine strach, problém vyrovnáť sa s minulosťou, naviazanosť na rodičov, partnera, deti, zvieratá, domov, majetok, zamestnanie. Problémom je akýkoľvek začiatok. Zlé znášané všetkého, čo naruší prirodzenú životnú stabilitu a rovnováhu. Dieťa začne strednú školu a pôjde na internát, manžel začne chodiť na týždňovky, preloženie v práci na inú pozíciu... všetko to nie sú až tak veľké zmeny, ako si človek pripúšťa.

Tak ako problémy s vyskočenými, vybočenými alebo len preťaženými stavcami a ich okolím majú vplyv na vnútorné orgány a našu duševnú rovnováhu, majú vplyv aj na prirodzenú statiku nášho tela. V praxi to znamená, že akýkoľvek problém na našej chrbtici sa odrazí na našom postoji, pohybe, zaťažení kĺbov. Možno ste sa už stretli s niekým, kto sa sťažoval na bolesti kolien a ani lekári nenašli "vodu v kolene" či nejaký iný známy kolenový problém. Nie je to tým, že by nevedeli, ako koleno funguje, alebo ako sledovať problémy jednotlivých kĺbov, len im možno nenapadne jednoduchosť riešenia. Stačí, ak človek kvôli bolestiam zmení trochu svoj postoj - preniesie váhu tela dopredu - dozadu a hneď sa, samozrejme, zmení aj zaťaženie jednotlivých kĺbov. Každá zmena na chrbtici, každý jeden problém s preťažením akéhokoľvek miesta na chrbte, zmení náš prirodzený postoj, preniesie os tela nie cez stred, ale posunie ju iným smerom a k bolestiam chrbta sa pridajú aj bolesti niektorých kĺbov.

Krčná chrbtica a prvá časť hrudnej chrbtice, tj. po stavec TH 7 ovplyvňuje lakťový kĺb a kolenný kĺb zozadu.

Hrudná chrbtica od TH 8 po TH 12, celá lumbálna časť a kostrč - ovplyvňujú kolenný kĺb, bedrový kĺb, členok vnútorná aj vonkajšia strana a kĺby na prstoch nohy.

### **Bedrová chrbtica**

### Stavec L1

Črevná, poruchy prekrvenia hrubého čreva alebo črevného traktu vôbec, zápcha alebo hnačka. V psychickej rovine podobne ako pri Th12. Jedná sa o strach, problém vyrovnať sa s minulosťou, naviazanosť na rodičov, partnera, deti, zvieratá, domove, majetku, zamestnanie. Problémom je akýkoľvek začiatok. Zlé znášanie všetkého čo naruší prirodzenú životnú stabilitu a rovnováhu. Dieťa začne strednú školu a pôjde na internát, manžel začne chodiť na týždňovky, preloženie v práci na inú pozíciu.. všetko to nie sú až tak veľké zmeny ako si človek pripúšťa.

### Stavec L2

Krčové žily, kolika, prekyslenie organizmu, slepé črevo, brucho, stehná.

V psychickej rovine sú to pocity paniky a krčovitého zovretia (leží mi to v žalúdku a mám z toho krče v žalúdku).



### **Stavec L3 – tzv. ženský stavec**

Problémy v klimaktériu či v tehotenstve, pohlavné orgány, neplodnosť, ochorenie močových ciest, bolesti kolien.

V psychickej rovine sa jedná o pocit chýbajúceho bezpečia.

### **Stavec L4**

Hlavne ischiatické problémy, bolesti sedacieho svalstva, dolné pánvové svalstvo, prostata, bolestivé alebo príliš časté močenie.

### Stavec L5

Poruchy prekrvenia dolnej časti nôh a chodidiel (studené nohy a ruky), tvorba kŕčových žíl a opuchy dolných končatín, členky, konečník, bedrové kĺby. V psychickej rovine ide o nepochopenie postihnutého, ktorý sa sťahuje dovnútra.

Všeobecne platí, že stavec L3 - L5 stavec lumbálnej oblasti zodpovedá za sexuálnu aktivitu. Zablokovanie týchto stavcov môže priniesť problémy v tejto oblasti a táto potom vedie k abnormálnemu zakriveniu v krížovej oblasti, hlavne l3, smerom dovnútra.

### SI skĺbenie

Prezradzuje ako človek nesie „bremeno života“ pokiaľ je táto oblasť zablokovaná, vychádzajú z nej ischiatické bolesti, bolesti v nohách a chodidlách, potiaže v podbrušku a chronická zápcha.

### Kostrč

Mnoho ľudí ani netuší, že malo zlomenú kostrč a teda nevedia mnoho krát pochopiť prečo majú problém v tejto oblasti, treba si len pospomínať na rôzne pády možno aj v detstve.

Hemoroidy, svrbenie v oblasti konečníka, bolesti pri sedení, znecitlivenie v nohe.  
V psychickej rovine človeku často chýba uzemnenie, príliš sa vznáša.

### **Ako vlastne dochádza k posunutiu stavcov a kíbov?**

Môže to byť v dôsledku fyzickej príčiny, ako napríklad rozdielna dĺžka končatín, ktorá vedie k chybnéj statike, skráteniu svalov, alebo k výronom - nehodám pri športe.

Aby bol výsledok trvalý, klient musí po ošetrení vykonávať doma samostatné cvičenia, zmeniť niektoré zvyky, ako je napríklad prekladanie si nohu cez nohu.

Pánvový sklon podstatne ovplyvňuje formu chrbtice. Správna rovnováha ako pánvi, tak aj svalstva upevňujúceho pánvu je základom správneho držania tela. Ak je zväčšená štrbina v bedrovom kíbe, dochádza ku vzniku rozdielnej dĺžky dolných končatín. Pánvový pletenec sa skladá z viac častí, pánvovej kosti a krížovej kosti. Pánvová kosť je tvorená z bedrovej kosti, sedacej kosti a lonovej kosti. V predu sa pánvový pletenec uzatvára lonovou sponou.

Rozdielna dĺžka nôh sa vyskytuje príliš často. Ale napriek tomu, môžeme s tým niečo urobiť, pretože 98% prípadov rozdielnej dĺžky končatín je funkčných. Asi 90% týchto posunutí vychádza z bedrového kíbu, ostatných 10% pochádza z blokáď krížovej kosti, kolenného alebo členkového kíbu. Len 2% prípadov majú anatomické príčiny ako nehody, predpôrodné infekcie (ktoré sa taktiež objavujú veľmi zriedka), alebo kosti nesprávne zrástli po úraze, napríklad po zlomenine. Ani pri zlomeninách spojených klinmi alebo po operáciách bedier bohužiaľ už šikmú

plochu pánvi nejde napraviť. V takýchto prípadoch má pri rozdielnej dĺžke nôh zvýšenie topánky od 1 cm zmysel. Napriek tomu by sa celková rozdielnosť nemala vyrovnávať, aby telo dostalo možnosť vyrovnáť jednu časť samo. Inak platí, že po vyrovnaní rozdielnej dĺžky nôh by už človek nemal nosiť zvýšené topánky. Pomocou cvičenia a s trochou sebadisciplíny sa môžeme natrvalo zbaviť príčin mnoho problémov s chrbticou a bedrami.

Ako dochádza k týmto 98% získaných rozdielov v dĺžke nôh? V tomto prípade zase raz platíme daň nášmu civilizovanému spôsobu života. Často sedíme celé hodiny v aute alebo si prekladáme jednu nohu cez druhú, čo je zvyk, s ktorým sa u "prírodných" národov nestretáme.

**Čo sa deje, keď si prekladáme nohu cez nohu?**

Stehenná kosť sa účinkom páky a malých vibrácií z voľne visiacej nohy ešte ďalej vysúva z

kĺbu. Keď vstaneme, napäté svaly zabránia tomu, aby kosť vkĺzla späť do kĺbu a dostala sa do normálneho stavu. Noha zostane tak povediac "dlhšia"- nohy sa javia ako nerovnako dlhé. To nás opäť núti, aby sme si prekladali opätovne nohu cez nohu, pretože sa tým odľahčuje bedro a sedíme tak pohodlnejšie. A tým sa kosť opäť vysúva z kĺbovej jamky - je to začarovaný kruh. V dôsledku toho stehenná oblasť pri chôdzi zasadzuje zväčšenou kĺbovou medzerou mikroúderu bedrovému kĺbu. Z toho môžu vznikať zápal a nevedomý obranný postoj. Okrem toho prekladanie nôh zabraňuje žilovému čerpaniu krvi a podporuje tak tvorbu kĺčových žíl. Kĺčové žily už tak dobre nevypadajú. Pritom sa zablokujú aj dôležité akupunktúrne dráhy, čo zapríčiňuje znížený či nerovnomerný tok energie. Môže to spôsobiť poruchy koncentrácie alebo nepozornosť.

Malý trik pre tých, ktorí si prekladajú nohy z psychických dôvodov, aby si tak vybudovali ochrannú stenu. Posadte sa a v oblasti brucha vo výške pupku si predstavte energetickú, prípadne svetelnú guľu a budete sa cítiť bezpečnejšie.

### **Prečo sú rovnako dlhé nohy dôležité?**

Vzniká nestabilita v členkovom kĺbe, chybné zaťaženie pri chôdzi, výrastok na pätovej kosti, neistota pri chôdzi, žilová pumpa je nedostatočne zásobená, vznik kĺčových žíl, opuchy, deformácia a problémy so stavcami chrbtice (skolióza), nedostatočne zásobované hemisféry - poruchy koncentrácie, zhoršenie hyperaktivity, závrate, bolesti hlavy a iné.

Maroš Majoroš

Som tu pre Vás každý deň. Neváhajte a objedajte sa na mobilnom čísle 0948 495 264  
alebo mi

napište na  
[info@tvojobrypocit.sk](mailto:info@tvojobrypocit.sk)

Prevzaté z: <http://tvojobrypocit.sk/>

