

IL TEST PER COMPRENDERE IN AUTONOMIA L'ORIGINE DEL TUO DISTURBO CRANIO CERVICO MANDIBOLARE

Quando parliamo di DCCM entriamo in un mondo che definire complicato è RIDUTTIVO.

Tra chi reputa che tutto debba partire dalla mandibola e che l'unica soluzione per uscirne sia un dispositivo intraorale...

chi, tra i miei colleghi, pensa di poter risolvere un DCCM trattando solo ed esclusivamente i muscoli masticatori facendo piegare dal dolore il paziente...

oppure, chi reputa che l'unico modo per uscire dalla tenaglia di questo dolore sia l'utilizzo di miorilassanti e antidepressivi perché "signora è lo stress" ...

la soluzione è sempre più lontana.

Ma qual è la verità?

Chi ha ragione?

La risposta è semplice: NESSUNO.

So che può sembrare spocchioso e presuntuoso ma è così.

Ed il motivo è semplice: **non può esistere un protocollo unico che risolva un disordine come questo nello stesso modo a tutti i pazienti che ne soffrono.**

È impossibile.

Sarebbe come dire che tutte le volte che una macchina si ferma è sempre colpa della benzina terminata.

Potrebbe essere che alcune autovetture si fermino per questo problema e che quindi una tanica e un distributore siano la salvezza assoluta, ma è alquanto improbabile – se non impossibile - che tutte le macchine si fermino per questo motivo

Nel caso succeda, sarà necessario fare una bella analisi della macchina e comprendere il motivo che ha portato il motore a fermarsi e successivamente trovare la soluzione opportuna.

Con il corpo, e in particolare con un DCCM, è esattamente la stessa cosa.

E se ci pensi non sono io a dirlo ma tutte le migliaia di persone che, nonostante gli stessi sintomi e la stessa terapia, stanno ancora soffrendo.

Ecco il motivo per cui ho deciso di inserire nella mia pratica un semplice test che mi permette di avere un dato in più nella mia anamnesi. Un test semplice e banale da fare ma che può dare moltissime informazioni.

Questo perché per ogni terapeuta l'aspetto più complesso di una visita è comprendere da dove partire.

Comprendere da quale struttura far iniziare tutto il nostro approccio manuale con l'obiettivo di risolvere nel minor tempo possibile il problema è la sfida di ogni visita che svolgiamo.

Di solito ci troviamo di fronte a tre possibilità:

- **Eziologia discendente**
- **Eziologia ascendente**
- **Eziologia mista**

Sostanzialmente, definiamo:

1. discendente una problematica che origina dal collo in giù
2. ascendente una problematica che origina dai piedi o dal bacino
3. mista invece è una situazione particolare in cui abbiamo due cause (ascendente e discendente) che coesistono

Capisci bene quanto sia fondamentale per te paziente e per me terapeuta comprendere da dove partire per gestire al meglio il tuo dolore.

Per questo motivo voglio svelarti un trucchetto che mi torna molto utile nelle visite e che potresti provare a fare da solo/a a casa per avere un'idea di massima sul problema che ti trascini dietro.

potresti iniziare a comprendere in autonomia da dove potrebbe partire il problema...

potresti comprendere se l'iter terapeutico che hanno scelto per te è corretto o no...

potresti scoprire che il problema che ti porti dietro da una vita nasce in una zona a cui tu e il tuo terapeuta non avevate mai pensato...

Ho deciso di condividerlo con te perché reputo che possa essere molto utile anche solo per entrare nell'ottica globale del corpo ma prima devo necessariamente fare una precisazione.

Chi comanda?

Quando ci troviamo di fronte ad un DCCM solitamente abbiamo un sintomo cardine che comanda più altri sotto-sintomi che si presentano più o meno assiduamente.

Per esempio, possiamo trovarci di fronte ad un'emicrania come sintomo cardine e ad un dolore cervicale come sotto-sintomo...

o ancora, possiamo avere un dolore all'ATM come sintomo cardine e cefalea tensiva come sotto sintomo...

o ancora, possiamo trovarci di fronte ad un dolore cronico al collo come sintomo cardine e ad un problema di cefalea come sotto sintomo.

Le possibilità sono molte e differenti ma sono tutte situazioni in cui tu potresti soffrire parecchio quindi la scelta di come iniziare e da dove iniziare risulta fondamentale.

Purtroppo, però quello che osservo riguardo ai miei colleghi o quello che mi raccontano i pazienti in riferimento ad altre visite, non è particolarmente incoraggiante.

Infatti, la maggior parte di loro iniziano a trattare le varie disfunzioni senza seguire un iter particolare.

Troviamo diverse tipologie di terapeuti.

Da quello che scrocchia ogni articolazione del corpo umano solamente per sentire quel fantastico crack...

Passando per quello che manda tutti i suoi pazienti, giovani e meno giovani, a fare i plantari perché "il problema è il piede" ...

Oppure, quello che pensa che l'unico modo per trattare un DCCM sia massaggiare i muscoli masticatori fino a far piangere dal dolore il paziente.

Fino ad arrivare a quello che vede il cranio come generatore di disfunzioni sempre e comunque e che quindi pensa si debba partire per forza da lui...

la realtà è che non dovremmo essere noi a decidere da dove partire, bensì il paziente.

Mi spiego.

In caso di dolore acuto o di una problematica presente durante la seduta il mio obiettivo deve essere quello di identificare una o massimo due strutture che, se resettate, mi spengono il dolore immediatamente come se avessi spento un interruttore.

Non posso pensare di trattare tutto indistintamente.

Non posso pensare di scrocchiare tutte le articolazioni dalla testa ai piedi.

E non posso neanche pensare di mandare tutti i miei pazienti dal dentista a fare un bite o un plantare o gli occhiali.

Ho bisogno di diversi test che mi facciano comprendere da dove parte il problema per poi passare alla fase di reset e poi, solo se l'esito della fase di reset è positiva, a quella di trattamento.

Questo è. Nulla di più.

Quindi, non devo scegliere io da dove partire. Devo TESTARE, RESETTARE E TRATTARE.

IL TEST PER COMPRENDERE MEGLIO IL TUO SINTOMO

Il test che ti sto per mostrare fa proprio parte dell'iter che uso io per comprendere meglio la natura del problema.

Nonostante sia molto semplice e anche molto banale le risposte che mi può dare sono tante e fondamentali.

Infatti, mi permette di fare una grossa distinzione tra un problema ascendente e discendente.

Ovviamente, questo è solo la fase iniziale, propedeutica al trattamento finale.

Questo test fa parte di un altro gruppo di test che sfrutto per comprendere meglio l'origine del disturbo.

Prima di andare avanti però c'è ancora una cosa che voglio dirti.

Questo test non funziona con tutti i disturbi.

Risulta invece molto utile in caso di:

- **Dolore cervicale con rigidità al movimento**
- **Emicrania**
- **Dolore all'ATM unilaterale**

In tutti e tre questi casi il test può darti una mano per comprendere meglio il tuo disturbo ma per adesso il consiglio che ti do è di provarlo solo in caso di **disturbi muscolari al collo con rigidità e pesantezza ai movimenti**.

Per poter sfruttare al meglio questo test dovrai per forza avere **la dote dell'ascolto**, e non sto parlando di ascoltare qualcosa all'esterno come un pezzo alla radio, bensì di ascoltare il tuo corpo e ciò che lui vuole riferirti.

Infatti, l'obiettivo di questo test è di paragonare un sintomo preciso durante tre differenti posizioni del corpo.

Fase 1 in piedi

In presenza di dolore, rigidità o blocco muscolare prova ad eseguire tutti i movimenti che puoi – senza evocare dolore – partendo dalle rotazioni fino alla flessione-estensione.

Voglio che tu ponga molta attenzione a:

- eventuale inizio di dolore
- fluidità dei movimenti e quali sono più fluidi
- rigidità generale e in che movimenti essa è maggiore

Nel caso in cui non riuscissi a svolgere un preciso movimento segnalo, perché sarà estremamente importante paragonarlo nella fase successiva.

Fase 2 sdraiato

Riproponi tutti i movimenti che hai fatto prima da in piedi anche in posizione supina – sdraiata – mantenendo molta attenzione agli stessi fattori che hai esaminato prima.

Dovrai valutare e segnare qualsiasi tipo di cambiamento sia avvenuto nel cambio di posizione:

- La sensazione di rigidità è uguale? È peggiorata? E' migliorata?
- Il dolore si presenta più tardi?
- Più fluidità in alcuni movimenti?

Valutare i cambiamenti nel passaggio da in piedi a sdraiato può portarci ad ipotizzare una problematica ben precisa che potrebbe essere l'origine del tuo disturbo.

E potrebbe anche essere ben lontano dalla zona in cui manifesti i sintomi.

Fase 3 seduto

Ed ecco che siamo giunti all'ultima fase: l'ascolto da seduto.

Ripeti esattamente la stessa cosa che hai fatto precedentemente ripetendo tutti i movimenti che hai provato sopra.

Riponi la stessa attenzione all'insorgenza del dolore, alla fluidità e alla eventuale rigidità e cerca di paragonare questi risultati con le altre due posizioni.

Nel caso in cui il cambiamento sia netto in meglio o in peggio possiamo aspettarci una problematica ben precisa visto che, da seduto, l'informazione che giunge al cervello dai piedi non c'è.

Quindi, ATTENZIONE A PORRE IL GIUSTO ASCOLTO AL TUO CORPO.

Alla fine di questo test ti sarai reso conto che il tuo sintomo cambia in base a come viene posizionato il corpo.

Il fatto importante è comprendere che ogni passaggio ha una spiegazione ben precisa ed un miglioramento da un passaggio all'altro può farci comprendere di dover andare a valutare una zona piuttosto che un'altra.

Adesso puoi tranquillamente provare a casa tua a studiare il tuo dolore e a percepire se, cambiando posizione, cambia anche il sintomo.

Ma voglio dirti ancora una cosa...

In presenza di questi disturbi il tempo la fa da padrone.

Più tempo passa, più il corpo ha possibilità di nascondere la causa del tuo dolore allontanandoti dalla remissione completa dei sintomi.

Per questo è fondamentale che prima di scegliere il trattamento da utilizzare si debba essere sicuri che quello sia il problema primario che genera il disturbo.

Altrimenti è tutto inutile. Anzi, può essere ancora peggio.

Pr questo ti invito a non attendere oltre e a prenotare subito una visita con il Protocollo di Reset Osteopatico da me creato così da identificare subito il colpevole del tuo dolore e poter intervenire senza rischiare di perdere tempo e soldi in trattamenti inutili.

Per prenotare dovrai solamente inviare una mail a daniele.aleo@hotmail.it e potrai subito sfruttare **lo sconto di 10 euro** sulla prima visita usufruibile solo per chi ha scaricato questa guida.

Non aspettare perché la promozione durerà fino al 31 marzo.

A presto

Daniele Aleo