



OSTEOPATIA

OSTEOPATIA

Il trattamento osteopatico si basa sul contatto manuale e sulla manipolazione, principalmente per la cura dei disturbi che interessano l'apparato neuro-muscolo-scheletrico, cranio-sacrale e viscerale, inoltre, contribuendo alla cura di svariate sintomatologie, i suoi trattamenti risultano efficaci nel mantenimento del benessere generale dell'individuo.

Il trattamento osteopatico si basa sul contatto manuale e sulla manipolazione, principalmente per la cura dei disturbi che interessano l'apparato neuro-muscolo-scheletrico, cranio-sacrale e viscerale, inoltre, contribuendo alla cura di svariate sintomatologie, i suoi trattamenti risultano efficaci nel mantenimento del benessere generale dell'individuo.

L'approccio osteopatico si basa su una visione d'insieme del corpo umano e la sua applicazione può essere risolutiva o conservativa nel trattamento di diverse problematiche quali: lombosciatalgie, spondilosi cervicale, lordosi cervicale, sciatalgie, discopatie, dolori articolari e muscolari da trauma, cefalee, alterazioni dell'equilibrio, nevralgie ma anche otiti, sinusiti, disturbi ginecologici e digestivi.

Ssecondo il fondatore dottor A.T. Still, che dichiarò di aver scoperto l'osteopatia nel 1874, i quattro principi chiave della filosofia osteopatica sono:

- Il corpo è un'unità; la persona è un'unità di corpo, mente e spirito.
- Il corpo è capace di autoregolazione, di autoguarigione e di conservazione della salute.
- La struttura e la funzione sono in relazione reciproca.
- Una terapia razionale poggia sulla comprensione dei principi base dell'unità del corpo, dell'autoregolazione e dell'interrelazione di struttura e funzione.

In questi ultimi anni l'osteopatia è al centro di discussioni e critiche. Eppure può vantare numerosi contributi di ricerca, e da oltre un secolo viene studiata e praticata ottenendo ottimi risultati.

Ma ancora è troppo poco conosciuta in tutta la sua portata, anche per quanto riguarda la sua validità in ambito preventivo.

F.A.Q.

1. CHI PUÒ BENEFICIARE DELL'OSTEOPATIA?

Tutti indistintamente possono beneficiare dell'intervento dell'osteopata, dai neonati ai bambini in età infantile e adolescenziale, fino all'adulto e all'anziano. Anche la donna in gravidanza può trarre beneficio dai trattamenti, e trovare sollievo da alcuni problemi che insorgono durante la gestazione come problemi digestivi, dolori lombari, cefalea, ecc.

Non bisogna dimenticare l'osteopatia è un eccellente aiuto per qualsiasi programma di prevenzione. Il suo obiettivo principale è supportare la capacità della persona nel rispondere positivamente alle situazioni avverse (stress, infezioni, ecc.), e nel ridurre i tempi di recupero dopo una difficoltà o una malattia.

2. COME FUNZIONA UN TRATTAMENTO OSTEOPATICO? È UNA PRATICA SICURA?

Viene effettuato un ampio colloquio di raccolta dati, e poi una attenta osservazione e valutazione della persona. L'unico strumento utilizzato dall'osteopata sono le sue mani e con esse il paziente viene trattato secondo la tecnica più adatta al problema da affrontare. Le palpazioni e le manipolazioni sono sempre dolci e rispettose della persona, volte a portare i vari tessuti trattati ad uno stato di maggior salute e benessere.

L'osteopatia eseguita da un operatore esperto è una pratica sicura, non ha controindicazioni se non quelle di buon senso:

- malattie acute e contagiose
- ustioni
- neoplasie delle strutture che vengono stimulate dalle manipolazioni
- gravi patologie cardiache ed epatiche (in alcuni casi si può praticare, con estrema prudenza)
- psicosi se il paziente non è in grado di collaborare
- alcune forme di patologia in gravidanza o del mestruo
- perforazione gastrica o intestinale (ed in generale tutte le forme di addome acuto)
- trattamento di pazienti anziani molto defedati
- fratture, lussazioni vertebrali (in alcuni casi si può praticare, ma con cautela).

3. È POSSIBILE RICORRERE ALL'AIUTO DELL'OSTEOPATA INSIEME AD ALTRE TERAPIE?

L'osteopatia può essere integrata con altre terapie in quanto non ha controindicazioni. Può essere utilizzata come unica terapia (in virtù della sua scarsità di effetti collaterali) oppure essere affiancata alle normali terapie convenzionali o ad altri trattamenti, come ad esempio l'agopuntura, terapie farmacologiche, omeopatiche, fisioterapiche e di tipo psicologico incrementandone l'effetto terapeutico.

4. QUANTO DURA UNA SEDUTA DI OSTEOPATIA E QUANTE SEDUTE DOVRO' FARE?

I trattamenti osteopatici hanno una durata variabile tra i 30 e i 45 minuti a seconda dei casi.

Ogni paziente risponde in modo individuale. Questa differenza dipende dall'abilità del terapeuta, dalla profondità della patologia, dall'età del paziente e dal suo impegno nel seguire le indicazioni fornitegli. Non è possibile quindi stabilire a priori il numero e la frequenza delle sedute.

È importante sottolineare che effettuare periodicamente delle sedute è di grande utilità ai fini della prevenzione, e aiuta nel mantenimento della salute.

5. DOPO QUANTE SEDUTE POSSO AVERE UN BENEFICIO?

Generalmente alcuni effetti sono apprezzabili già dopo la prima seduta, e dalle 3 alle 5 sedute possono essere sufficienti per ripristinare lo stato di salute, quando possibile. Tuttavia, in altri casi il percorso terapeutico è più articolato e per mantenere i risultati raggiunti il paziente necessita di una fase di mantenimento, che consta di sedute periodiche la cui frequenza dipende da diversi fattori.

Normalmente un osteopata è in grado di determinare se la sua terapia si stia rivelando efficace o meno nel giro di poche sedute, consigliando di conseguenza una prosecuzione oppure l'interruzione della stessa, suggerendo eventualmente percorsi alternativi.

Può verificarsi un senso di spossatezza o un acutizzarsi dei sintomi nei giorni successivi al trattamento, soprattutto dopo le prime sedute, e non bisogna preoccuparsi. E' segno che il 'sistema' psicofisico sta reagendo e mobilizzando le sue energie per trovare un nuovo equilibrio. Si tratta di una condizione passeggera che si risolve spontaneamente.