

A tünetek tükrében – Neuropátia

Vannak betegségek, amik súlyos következményekkel járnak. Vannak tünetegyüttesek, amik „ordítva” közlik velünk, hogy hol zártuk el magunkban az energia áramlását. Fájdalmas éjszakák, nehéz nappalok jelzik, hogy: Ember, vedd észre, lásd meg, halld meg, hogy mi a feladatod!

Ilyen betegség a neuropátia is. Sokkal több embert érint, mint azt gondolnánk. Bennem pedig felmerül a kérdés: Vajon mi lehet annak a hátterében, hogy sokan ennyire megakasztják a testükben az egészséges áramlást? Járjuk most körbe ezt a témát, s gondolkodjunk együtt.

A perifériás neuropátia érinthet egy, vagy akár több ideget is a környéki (perifériás) idegrendszerben. Amikor a perifériás idegrendszer idegei károsodnak, akkor a központi idegrendszerrel való kommunikációjuk sérül. Vagyis nem lesz megfelelő az agy, és a sérült ideg által beidegzett terület közötti információ áramlás, legyen az a terület a bőr, az izmok, a zsigerek vagy az erek birodalma. Ha csak egy ideg sérült, azt nagy valószínűséggel a fizikai szinten valami trauma okozza, vagy például mankó által hosszú ideig fennálló nyomódás. Ha a károsodás több ideget is érint, akkor olyan okok is szóba kerülhetnek, mint például a cukorbetegség, az alkoholizmus, a vesebetegség, a pajzsmirigybetegség, vírusfertőzés, vagy különböző veleszületett betegségek, esetleg az öröklött hajlam a neuropátia kialakulására.

A tünetek igen beszédeseek, és nagyon meg tudják keseríteni az emberek hétköznapijait, hát még az éjszakáit. Az érzőidegek esetén zsibbadás, bizsergés érzése jelentkezik a lábakban, a kezekben. Úgy érezzük, mintha kesztyű, vagy zokni lenne rajtunk, pedig nincs. Túlérzékenységgel mutatkozik a tapintás során, vagy, amikor más finoman megérinti a kezét-lábat fájdalommal reagál az adott testrészünk. Nem kell ahhoz semmilyen külső inger, hogy a fájdalom jelen legyen. Az érintett területen jelentkezhet égő érzés, de olyan is előfordul, mintha villám hasítana bele. Elveszítheti a koordinációs képességét, gyengülhet az érzékelése, sőt, teljesen érzéketlenné is válhat a károsodott ideg által beidegzett terület.

A mozgató idegek esetén a beidegzett izmok meggyengülnek, vagy akár meg is bénulhatnak.

Az autonóm idegrendszer idegei esetén az akaratunktól függetlenül működő belső szerveinket érinti a probléma, és ennek megfelelő tüneteket fogunk tapasztalni: pl.: vizeletürítési nehézség, pulzusszám emelkedés, kipirulás, és társai.

Mindezek a fizikai szinten értendők. Hogy mélyebb betekintést nyerjünk, és mindenki személyre szabottan megtalálhassa a látszólagos okok közös gyökerét induljunk el befelé – Önmagunkba – és figyeljük meg, hogyan segít a testünk megfejtani a rejtvényt. Vizsgáljuk meg minden tünetünket, és jusson eszünkbe, hogy itt most csak a totális őszinteség segít. Nincs értelme eltusolni, észre nem venni, elhallgatni dolgokat, hiszen a testünk teljes valójában mutatja épp mindazokat a dolgokat, amik eddig a pillanatig nem kerültek feldolgozásra.

A megértéshez segít, ha tisztában vagyunk az egyes testrészek szervezetünkben lévő funkcióival, s egymáshoz való viszonyaival. Vegyük azt az esetet, amikor a lábak jelzik, hogy baj van, s ezért a bennük megjelenő tünetekkel kérnek több figyelmet.

Az idegrendszer szempontjából a központi idegrendszerhez tartozik az agy és a gerincvelő, míg a lábak a környéki idegrendszer részei, a perifériás idegek által kapják a beidegzést. A testrészek szempontjából a lábak szintén a perifériához tartoznak (a karjainkkal együtt), míg a

törzsünk képviseli a középpontot. A lábak az aktív, cselekvő részeink, amik fontos szerepet játszanak a dolgok kivitelezésében, a haladásban, az irányváltásokban, a megállásban és az elindulásban, valamint a rugalmasságban. A lábaink ezáltal a férfi (masculin) minőséget képviselik, míg a törzsünk a női (feminin) minőség, a bázis, a biztonság, ahonnan elindulunk, s ahova visszatérünk. Ehhez a csípőízület segítségével kapcsolódnak a lábak. A csípőízületben ott a mozgékonyosság, a rugalmasság, a hajlékonyság lehetősége és az egyensúly. A lábak önmagukban nem jutnak messzire, de a törzzsel való egészséges kapcsolódás által hatalmas távolságokat képesek átívelni. Képesek arra menni, amit a fej (szintén aktív, logikusan gondolkodó, masculin minőség) diktál, de képesek a szív (feminin minőség, szeretet, a lélek tervét megvalósítandó vágyak képviselője) vezetése által is haladni. Amikor a fejünk és a szívünk egymással együttműködik, egymással harmóniában van, akkor járunk fájdalommentesen, könnyedén az utunkon. Amikor kibillenünk az egyensúlyunkból, s ezt nem vesszük észre, vagy esetleg észrevevesszük, de nem foglalkozunk vele, no akkor, abban pillanatban lépjük át a labirintusunk kapuját, ahonnan visszafelé nincs kijárat. Csakis előre haladhatunk, s csakis akkor szabadulunk, ha megtaláltuk a helyes utat. Egyébként minduntalan falakba ütközünk. Megállhatunk, és letáborozhatunk a fal tövében, de az azt is jelenti, hogy még életünkben a stagnálást, vagyis a halált választjuk. A másik lehetőség, ha a hatalmas falak között járkálva keressük a kiutat, amit vagy megtalálunk még életünkben, vagy nem. Ám van egy harmadik lehetőség is. Erre hívlak minden alkalommal, amikor azt mondom: indulj el befelé, Önmagadba. Ilyenkor ugyanis megtörténik az a csoda, hogy a falak közé szorított tudatod kitágul, és emelkedni kezd, emelkedsz Te magad is. Megemelkedik a rezgésszinted, megváltozik a kép, amit látsz. Olyan ez, mintha egy részed helikopterre ülne, s a labirintusod fölé emelkedne. Egyetlen probléma sem oldható meg azon a tudatossági szinten, amelyen az keletkezett – mondta Einstein. A helikopter egy magasabb szintre visz, ahol élesen kirajzolódik a labirintusból kivezető útvonal.

Bármelyik lehetőséget választjuk a három közül, nincs jobb vagy rosszabb, mert mindegyik helyénvaló – ott és akkor – a saját életünkben, a saját fejlettségi szintünknek megfelelően.

Visszatérve a példánkhoz, a lábak fájdalmas jelzéseire érdemes feltenni a kérdéseket is: Fájdalmas a járás, a haladás? Fájdalmas az irányváltoztatás? Milyen félelmet rejt maga mögött ez a fájdalom?

Éjjel sem hagy pihenni a lábaimban lévő hasogató érzés? Hogy lehet az, hogy képtelenné váltam a pihenésre, hogy nem tudok ellazulni? Mi ez az örült kontroll, ami fenntartja folyamatosan a figyelmemet?

Túlérzékeny vagyok az érintésre? Fájdalmas, ha hozzáérek valamihez, vagy valakihez? Hogyan függ össze és mit mutat nekem ez a másokkal és Önmagammal való kapcsolódásomról?

Úgy érzem, mintha zoknit viselnék, pedig nincs is rajtam? Olyasmi frusztrál, ami nincs is, talán csupán az elmém szüleménye? Hogyan mutatkozik ez meg az életem kapcsolódó területein: párkapcsolat, szülő – gyerek kapcsolat, munkahelyi kapcsolatok, stb.?

Mire akar ráébreszteni a villámcsapásszerű érzés a lábamban?

Érzéketlenné vált a lábam? Érzékeltelenné váltam a külvilág ingereire? Milyenek a kapcsolataim, hogyan kommunikálok a családommal, a barátaimmal? Mitől félek, hogy ennyire bezárom magam magamba?

Olvastam egy kislányról, aki a neuropátia olyan formáját éli, amikor nem érez fájdalmat, nem érzi a hőkülönbségeket, és nincs éhségérzete, illetve nem érzi az ízeket. Kificamítja a csípőjét, de megy tovább, mert nem érzékeli, hogy baj van. Lerágja az ujjait, mert nem érzi, hogy fájna.

Magától nem eszik, mert nem is kíván semmit, sőt, sosem éhes. A külvilág ingereitől való totális elzártságban totális egyensúlyvesztés áll fenn, ami egyáltalán nem életigenlő.

Ha érintett vagy a témában, akkor nem vagy könnyű helyzetben, de minden segítséget megkaphatsz, ha elszánod magad a befelé utazásra. A soraimat olvasva meríts bátran az információkból, és légy figyelmes önmagadra – Önmagadra, így találod meg a saját legcélravezetőbb megoldásodat.

László Anikó
Alternatív Mozgás és Masszázsterapeuta
Babamasszázs oktató
Ringatóterapeuta és oktató
www.ringatoterapia.hu

Megjelent a Természetgyógyász Magazin 2018. decemberi számában