

הקלה והפחתת כאבי הגב

כשיש לנו כאבי גב ופריצות דיסק – ניהול מערכות הגוף על ידי המוח משתבש
התקשורת והעברת המידע בין המוח דרך עמוד השדרה לבין הגוף אינה תקינה

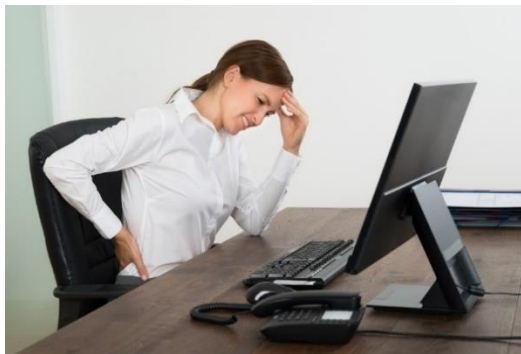


כשכואב לנו הגב לא מעניינת אותנו הסיבה. חשוב לנו שהכאב יעלם מייד ושנוכל לחזור לתפקד בלי לסבול מכאבים.

חשוב להבין שכאבי גב הם גם סימן מעיד ל:
•לחצים על מערכת העצבים
•בעיות בעמוד השדרה
•בלטים או פריצות דיסק
•סטריס כללי

כאבים מתמשכים בגב ובגוף אינם מתרחשים פתאום, הם תוצאה של תהליך מתמשך של חוסר יציבות עמוד השדרה, יציאה מאיזון ומסימטריה והתנוונות. הבעיה העיקרית הנה שהכאבים הם סימן לשיבוש בקשר ובהעברת המידע בין המוח לבין הגוף.

זוהי הפרעה ליכולת המוח לנהל את תפקודי הגוף בצורה תקינה ומכאן להתפתחותן של בעיות תפקודיות, לירידה בפעילות וביכולת של המערכת החיסונית של הגוף ולהתפתחותן של מחלות כרוניות.



כששמים לב לסימנים המעידים בגופנו כגון כאבים, הרגשה כללית שמשוה לא בסדר, לחוסר היציבות הזו של עמוד השדרה, גם המוח שלנו מודע למתרחש בגוף ולמעשה מאתר בזמן אמיתי את הסטייה במיקום החוליות.

לכן, תפקידנו החשוב הוא לא להתעלם מהסימנים המעידים, לשים לב ולאפשר למוח לנהל תהליך טבעי הפיך במשך מספר דקות של שחרור לחצים ללא הפעלת כוח חיצוני, תהליך של רגיעה מהסטרס.

בכך יתאפשר למוח להחזיר את התנועה והיציבות לחוליות באופן טבעי, לאפשר תפקוד תקין של עמוד השדרה ושל מערכת העצבים. כך נצמצם ונמנע התדרדרות, כאבים והתפתחותן של מחלות.



מידע נוסף ניתן למצוא באתר <https://respine4u.com/blog/>
או ליצור קשר ב info@respine4u.com
[קישור לדף המסרים באתר](#)

מסר זה נכתב על ידי צוות Respine4u בהתבסס על ידע וניסיון מעשי שנצבר משנת 2006, בתחום כאבי הגב ומערכת העצבים.

המידע המונגש כאן על ידי חברת גיבוי יומי בע"מ, יצרנית מוצר הנוחות Respine4u שפותח לשימוש ביתי מסופק למטרות חינוך, בידור, העשרה ומיועד לשיתוף ידע ומידע בלבד.

מידע זה אינו מהווה תחליף לייעוץ מקצועי ו/או טיפול מכל סוג. חברת גיבוי יומי בע"מ אינה לוקחת שום אחריות על השימוש או אי השימוש במידע זה.

המידע אמנם מיועד לעודד אותך למודעות לבריאות בכלל ובפרט אך בכל הנוגע לבריאות גופך יש להתבסס על מאפייני אורח החיים שלך, הלמידה העצמית והמחקר שלך ובשיתוף שלך עם אנשי מקצוע מומחים בתחום הבריאות.