

dalla scuola, dalla famiglia, che ci dimentichiamo o semplicemente ignoriamo i nostri problemi nella speranza che guariscano da soli. I nostri problemi invece restano e aumentano, ma la nostra capacità di rendercene conto lentamente sbiadisce e si perde nei recessi della nostra vita, nei "rumori di sottofondo", nei nostri pensieri, nelle nostre responsabilità.

E poi un giorno ci rendiamo conto che ci affaticiamo più in fretta del solito, avvertiamo tensioni al collo, alle spalle o alla schiena.

A volte i primi sintomi di tensione sui nervi spinali sono alterazioni sottili della personalità: malinconia, difficoltà a concentrarsi, insonnia, malumori.

PERCHÈ ASPETTARE?

Perché aspettare di avere problemi di salute per andare dal chiropratico? Perché non sottoporsi a visite preventive alla colonna prima di ammalarsi? I disturbi manifesti spesso sono l'ultimo stadio del processo della malattia. Ad ogni modo, il vero scopo del chiropratico è di aiutare le persone a restare sane, ad evitare cioè che si ammalino!

La chiropratica è un trattamento ideale di prevenzione per mantenersi in salute.

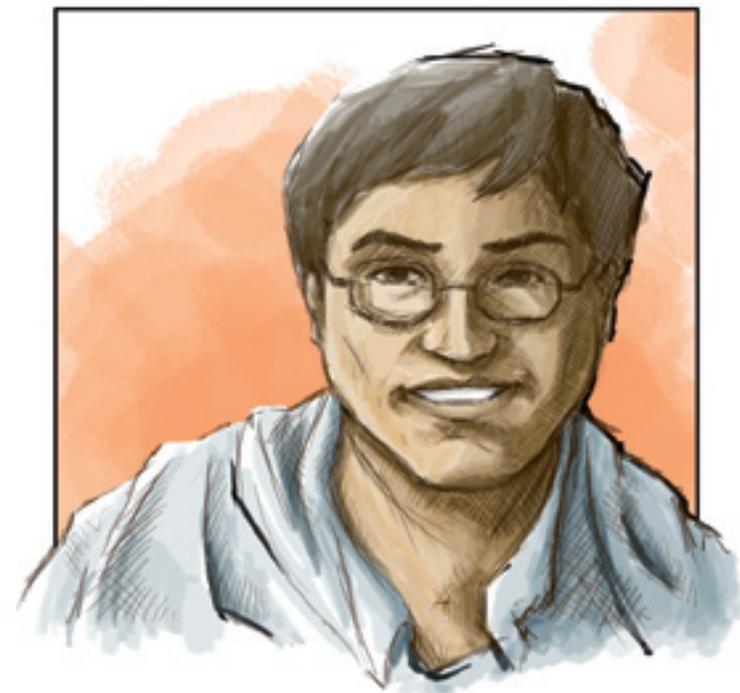
Normalmente il chiropratico, sottoponendo la colonna ad accurati controlli, è in grado di riscontrare stress a livello vertebrale ancor prima che si manifestino i primi sintomi.

La vera salute non significa semplicemente essere liberi da sintomi, bensì avere un organismo che funziona nel modo corretto, avere una colonna vertebrale ben allineata, dormire bene, essere pieni di forza e di energia. Quando non ci sono tensioni sulla colonna vertebrale così che l'energia può scorrere liberamente in ogni parte dell'organismo, allora possiamo affermare di stare bene.

E proprio questo è lo scopo della chiropratica.

I risultati ottenuti su milioni di persone che, in tutto il mondo, si sottopongono alle cure chiropratiche, hanno dimostrato che si tratta di un modo naturale, sicuro, che non si avvale dell'ausilio di farmaci, per mantenersi in buona salute. La crescente popolarità è senza dubbio indicativa del suo successo.

Un controllo della colonna vertebrale potrebbe rilevarsi la differenza tra una vita di sofferenza e una vita in buona salute.



Chiropratica C1

Via Maragliano, 6/5, sc. sx. 16123 **GENOVA**
Tel. 010.5702516

Via Dionisotti, 18 13100 **VERCELLI**
Cell. 329.7606155

Reg. Borgnalle, 10/L 11100 **AOSTA**
Cell. 329.7606156

www.chiropratica.com - info@chiropratica.com

MANTENERSI
SANI

MANTENETEVI SANI CON LA CHIROPRACTICA

Quando un chiropratico visita una persona per la prima volta, si trova spesso ad affrontare dei problemi di salute che sussistono già da molti anni. Noi chiropratici vorremmo poter far tornare indietro il tempo per quei pazienti che avrebbero avuto bisogno di cure chiropratiche anni o addirittura decenni prima, ma purtroppo ciò non è possibile.

L'ammonimento, "Lei sarebbe dovuto venire da me vent'anni fa" corrisponde a verità, ma non aiuta comunque il paziente. Per tutta la vita vi siete fatti controllare i denti, le orecchie, gli occhi, la pressione del sangue, il cuore... non pensate sia il caso di farvi controllare la colonna vertebrale?

Immaginate di non recarvi dal dentista per venti o trent'anni: in che condizioni sarebbero i vostri denti e le vostre gengive? Ebbene, quanti anni sono passati dall'ultima volta in cui vi siete fatti controllare anche la colonna vertebrale?

Purtroppo, la maggior parte delle persone non lo ha mai fatto. La loro colonna soffre per una trascuratezza che dura da una vita. La triste verità è che, quando una persona si reca dal chiropratico, i muscoli, i legamenti, i nervi e le stesse vertebre soffrono da tanti anni, da decenni. A questo punto potrebbe essere necessario molto tempo per poter alleviare i sintomi.

Lo scopo della chiropratica è di ridare salute alla colonna vertebrale eliminando le tensioni dai nervi, dai legamenti, dai muscoli, dalle articolazioni e dalle ossa.

Gli effetti dei trattamenti possono essere immediati o potrebbero richiedere tempo. Dipenderà dal vostro stato di salute complessivo, dal vostro tipo di alimentazione, dall'esercizio fisico che fate, dal vostro stile di vita e dalla regolarità con cui vi sottoponete alle cure chiropratiche.

La nostra speranza è che il paziente chiropratico possa consigliare ai suoi figli e nipoti di sottoporsi per tempo ai trattamenti chiropratici, in modo tale che essi a 30 o 40 anni non entrino zoppicanti a farsi visitare dalla futura generazione di chiropratici per sentirsi ripetere le stesse tristi parole.

Per quale motivo allora un maggior numero di persone non si sottopone a visite per il **mantenimento** della salute della loro colonna vertebrale?

Perché si abitua a vivere con la colonna sottoposta a stress nervosi?

TENSIONE SUI NERVI SPINALI

La sublussazione vertebrale (cioè un errato rapporto anatomico-fisiologico fra due o più vertebre) se non trattata, indebolisce i muscoli spinali; sottopone inoltre a tensione e deforma i legamenti, le cartilagini, i dischi intervertebrali e le vertebre. Questo squilibrio indebolisce la struttura corporea, causando una mancanza di energia e di vitalità, stanchezza cronica e "invecchiamento" precoce.

Ma le conseguenze più gravi degli stress a cui sono sottoposti i nervi spinali sono la tensione e l'irritazione del sistema nervoso, specialmente il tronco cerebrale del midollo spinale e i nervi spinali stessi.

Un sistema nervoso "irritato" può essere causa di malattia o mancanza di salute.

Una persona i cui nervi spinali sono sottoposti a stress non può essere, fisicamente e mentalmente, al meglio delle sue possibilità. È il primo stadio della malattia. Le cause sono molteplici: alcune possono essere fatte risalire al momento della nascita a causa di traumi al collo e/o alla testa esercitati sul neonato; altre possono essere dovute a cadute, incidenti o altri traumi. L'infanzia, con le immancabili cadute, liti, incidenti, spesso rappresenta un momento decisamente traumatico della nostra vita.

Per questa ragione i bambini hanno bisogno di controlli periodici della colonna vertebrale.

La vita adulta in seguito, è caratterizzata da un elevato tenore di "stress emotivo" che può infliggere danni maggiori alla colonna vertebrale rispetto a qualsiasi altro tipo di stress fisico.

Per combattere il lento instaurarsi della malattia cronica, la cura chiropratica è essenziale.

Dobbiamo ricordare che una delle categorie di persone che traggono maggiori benefici dalla chiropratica è senza dubbio quella delle donne in attesa di un figlio. Proprio per le loro particolari esigenze, la chiropratica dovrebbe essere inclusa nelle cure prenatali.

PREVENZIONE: DAL CHIROPRACTICO COME DAL DENTISTA

Una cura analoga a quella chiropratica è quella dei denti. Dovremmo sottoporci a controlli dentali regolari per essere sicuri che non esistano problemi a denti e gengive. Se abbiamo dei disturbi è importante che siano eliminati al più presto, in modo tale che non si trasformino in qualcosa di più serio. Non bisognerebbe attendere di avere male ai denti per andare dal dentista, perché le carie ed altri problemi si sviluppano lentamente e silenziosamente e potrebbe passare molto tempo prima che si manifestino con dei sintomi ben evidenti.

La stessa cosa avviene per la colonna vertebrale.

I PRIMI SEGNI DI STRESS SPINALE

Un antico proverbio cinese ammonisce: "Non esisterebbero problemi gravi di salute se facessimo più attenzione ai problemi meno gravi".

Forse, se fossimo a conoscenza di quali sono i primi segnali che ci indicano che i nervi spinali sono sottoposti a tensioni, non aspetteremmo così a lungo prima di recarci dal chiropratico.

Se sapessimo cosa cercare potremmo condurre i nostri familiari dal chiropratico prima che si svilup-

pino gravi problemi di salute, così da evitare loro inutili sofferenze, l'uso di farmaci e, nei casi più gravi, interventi chirurgici.

La tensione sui nervi spinali è molto insidiosa, si sviluppa molto lentamente e gradualmente. Spesso non siamo pienamente coscienti dei nostri piccoli problemi di salute; a volte siamo così impegnati dal lavoro,

