



magazín pro zdravý životní styl, [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)



[O zdraví](#) 28. 2. 2020 | Mgr. Martina Karasová

# Viscerální terapie pomáhá i tam, kde jiné metody selhávají

URL článku: [magazin/clanky/o-zdravi/Visceralni-terapie-pomaha-i-tam,-kde-jine-metody-selhavaji\\_\\_s10012x19612.html](http://magazin/clanky/o-zdravi/Visceralni-terapie-pomaha-i-tam,-kde-jine-metody-selhavaji__s10012x19612.html)

Pálení žáhy, operace v oblasti břicha, zácpa, či neúspěchy s otěhotněním - i zde může pomoci tato poměrně nová fyzioterapeutická metoda. Pracuje se souvislostmi mezi srůsty a bolestmi či potížemi. Pomocí jemných cílených tlaků a tahů uvolňuje napětí, a tím ovlivňuje vnitřní rovnováhu a přispívá k odstranění potíží.



## Jemné manuální uvolnění

Jedná se o druh manuální terapie, jejímž cílem je **podpořit normální napětí a pohyb** nejenom mezi jednotlivými vnitřními orgány. Za jednoho z

nejvýznamnějších současných odborníků ve viscerální terapii je považován francouzský osteopat a fyzioterapeut Jeanem Pierre Barral, který tento obor rozvíjí již od 80.let minulého století. Jedná se o **jemnou manuální terapii na uvolnění oblastí** se zvýšeným napětím v těle.

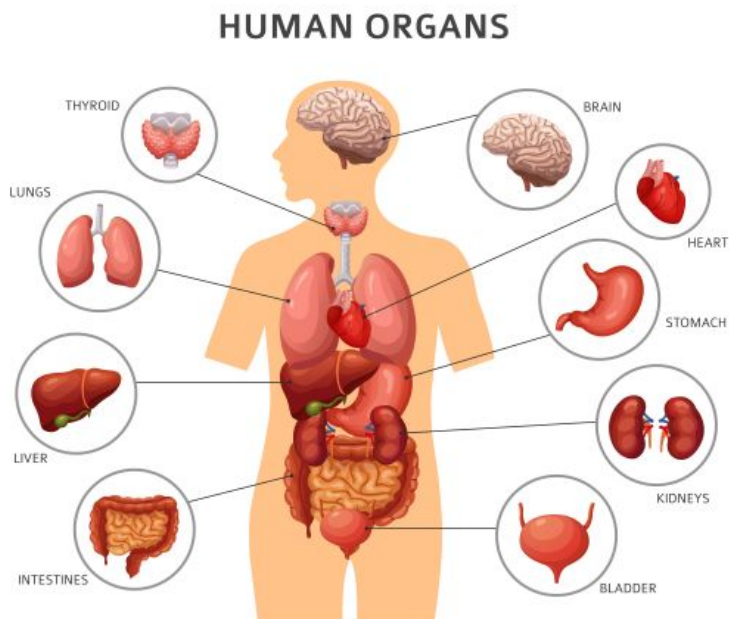
## **Pohyb jako základ správné funkce**

Aby mohl zdravý orgán správně plnit svou funkci, potřebuje mít určitou možnost pohybu. Pohyb v těle je mezi orgány přenášen **tenkou vrstvou pojivové tkáně**, tzv. fasciemi.

- Viscerální terapie (nebo také manipulace) pracuje s tkáněni-fasciemi, které obklopují vnitřní orgány a propojují je mezi sebou.

**Po operacích, prodělaných zánětech nebo nevhodném držení těla** dochází k omezení pohyblivosti fascií a orgány tak nemají dostatečný prostor pro pohyb. Pokud je orgán nějak zasažen, má to vždy vliv i na okolní struktury. V místě poškození dochází ke ztrátě elasticity, a tím dochází k ovlivnění směru pohybu okolního orgánu. Vzniká tak postupně **řetězec omezení**, protože [páteř, klouby](#), svaly a vnitřní orgány se vzájemně ovlivňují.

# Vnitřní orgány v souvislostech



Vnitřní orgány nejsou v břišní dutině uloženy volně, ale **jsou zavěšené v obalech či připevněné pomocí vazivových pruhů** k jiným strukturám.

Pokud dojde k zánětu, operaci či změně funkce některé struktury, pomocí tahu těchto vazů se porucha může přenést dál, na zdánlivě nečekaná a nesouvisející místa. Například tenké střevo je pomocí svého závěsu **propojené s bederními obratli**, a tak dysfunkce v této oblasti může ovlivnit i struktury v okolí bederní páteře.

Pro terapii je proto důležité se zaměřit na ošetření všech zasažených struktur včetně závěsného aparátu a nezaměřovat se pouze na místo bolesti a symptomy, ale **vyšetřit celé tělo a hledat hlavní příčinu** napětí a nerovnováhy. Jen tak může být terapie komplexní a účinná.

## **Tlaky a tahy uvolňují stažení**

Viscerální terapie je velmi **jemná a cílená metoda**, která je založená především na odborných znalostech terapeuta a na jeho citlivosti a přesné palpaci. Terapeut si vyšetří pomocí rukou závěsný aparát orgánu, u kterého očekává omezený pohyb a v tomto místě pak pracuje na uvolnění napětí a na návratu orgánu do optimální pozice. Pomocí **pomalých a citlivě vedených tlaků a tahů** uvolňuje stažené struktury, a tím napomáhá vyrovnání napětí v břišní dutině a správné funkci okolních struktur.

## **Viscerální fyzioterapie**



Je relativně nový a dynamicky se **rozvíjející obor fyzioterapie**, kde se s úspěchem používá kombinace fyzioterapeutických metod k ovlivnění a léčbě poruch vnitřních orgánů.

Skvělé výsledky jsou dokumentované např. u [refluxních chorob jícnu](#). Lékař udělá **standardní manometrické vyšetření** a zjistí, zda je narušená antirefluxní bariéra a zda má reflux nějaký dopad na pohyblivost jícnu.

Fyzioterapeut potom s pacientem **manipuluje a sleduje**, jak se zapojuje bránice a dolní jícnový svěrač v různých polohách. Se zavedenou sondou pak fyzioterapeut s pacientem cvičí a aplikuje různé terapeutické prvky a také sleduje, při jakém pohybu a poloze dochází k ideálnímu zapojení bránice. Tuto polohu pak využívá jako výchozí pro terapii.

Vím, co jím a piju, o.p.s., [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz)