



IL LATO UMANO DELLE CICATRICI

di
Alastair McLoughlin LCSP, BTAA

*Cambiare
vite in
meglio*



Copyright

Il diritto di Alastair McLoughlin di essere identificato come autore di quest'opera è stato da lui rivendicato in conformità al Copyright, Design and Patents Act 1998.

Questo materiale è protetto da copyright. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta, copiata, archiviata o altrimenti distribuita in qualsiasi forma di rilegatura o copertina, né ristampata in alcun modo, sia esso fisico o elettronico, o utilizzata senza l'autorizzazione scritta dell'autore.

La scansione, il caricamento e la distribuzione di questo libro senza autorizzazione costituiscono un furto della proprietà intellettuale dell'autore. Se desiderate ottenere l'autorizzazione a utilizzare materiale tratto dal libro (per scopi diversi dalla revisione), vi preghiamo di contattare: info@mcloughlin-scar-release.com.

Grazie per il tuo sostegno ai diritti d'autore.

Non viene effettuato alcun tentativo di diagnosticare o curare alcuna condizione medica. Se hai bisogno di un consulto medico, consulta il tuo medico.

© 2022 Alastair McLoughlin

McLoughlin Scar Tissue Release® e MSTR® sono marchi registrati.

CONTENUTO

Pagina 4 - Introduzione
Pagina 6 - Il sistema fasciale
Pagina 11 - Non molti lo sanno! Pagina 12
- Il sistema di agopuntura Pagina 14 -
L'effetto iceberg
Pagina 15 - Effetti emotivi delle cicatrici
Pagina 17 - Dissociazione
Pagina 19 - La storia di Kim
Pagina 21 - La storia di Susan
Pagina 23 - La storia di Laurel
Pagina 25 - Prossimi passi
Pagina 26 - Per gli operatori sanitari

Ulteriori informazioni:

Cittadini che cercano aiuto per le loro cicatrici...

[Click here](#)

Professionisti sanitari che desiderano saperne di più...

[Click here](#)

Ringraziamenti

Foto di copertina: Sharon McCutcheon e Michelle Lemen

Introduzione

Negli 85 anni di vita "media" di un essere umano "medio", questi avrà subito, in media, quasi sei interventi chirurgici in sala operatoria*. (Il numero è in realtà 5,97. Non sono del tutto sicuro di come si possano eseguire "quasi" sei interventi. Il chirurgo si ferma improvvisamente prima di aver completato il sesto? Questo è incerto.)

Che cosa? La cosa certa è che tutti quegli interventi chirurgici lasciano una cicatrice. E la cicatrice dura per il resto della loro (o della tua) vita.

Con il numero di interventi chirurgici in aumento, anno dopo anno, anche se *Voi* non hai una cicatrice, allora scommetto che il tuo partner, la tua mamma o il tuo papà sicuramente ce l'hanno.

Poiché negli Stati Uniti il numero di interventi chirurgici si aggira intorno ai "milioni all'anno", esiste un'alta probabilità statistica di avere una cicatrice di qualche tipo, da qualche parte sul (o all'interno) del corpo.

Perché è importante? Qual è il problema?

Ebbene, le cicatrici possono avere effetti più gravi di quanto immaginiamo e lo scopo di questo breve ma prezioso libro è quello di attirare la nostra attenzione su alcuni degli effetti collaterali che le cicatrici esercitano sul nostro modo di vivere, funzionare e agire.

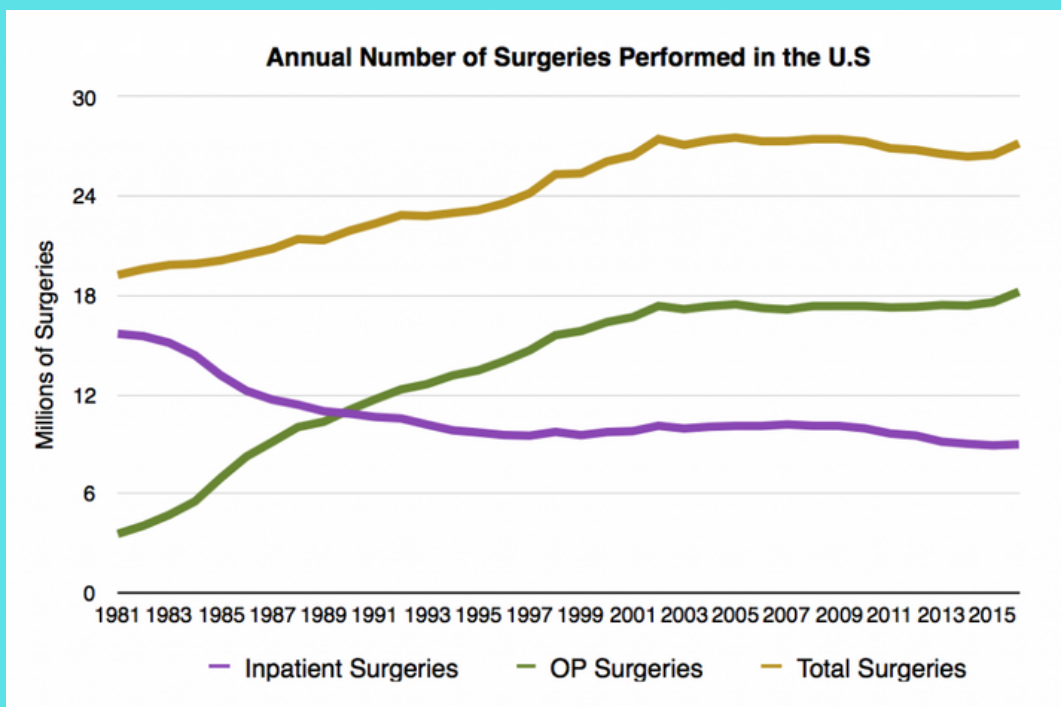
La cosa triste è che, a meno che non ci sia dolore evidente o altre gravi complicazioni dovute alle cicatrici, i medici spesso non considerano prioritario il trattamento del tessuto cicatriziale. Occasionalmente, una cicatrice può trasmettere dolore o causare un problema in altre parti del corpo, e spesso non viene considerata la causa.

La parte ancora più triste è che le cicatrici vengono raramente trattate o trattate (come in realtà dovrebbero essere) subito dopo l'intervento. Se lo fossero, si potrebbero eliminare mesi o anni di problemi di salute persistenti, difficili da risolvere.

Perché difficile? Beh, come ho detto, medici e chirurghi spesso non considerano le implicazioni più profonde e diffuse di cui sono responsabili le cicatrici.

Questo libro potrebbe aiutarti a capire se tutto questo è rilevante per te, anche con una cicatrice che apparentemente non sembra causare alcun problema. Ed è qui che le cose iniziano a farsi davvero interessanti.

Ma prima: interventi chirurgici. Con quale frequenza si verificano? (Ricorda, ricevi un **GRATUITO** cicatrice ad ogni intervento chirurgico!)



Fonte: https://truecostofhealthcare.org/admissions_data/

Questi dati rappresentano solo gli interventi chirurgici negli Stati Uniti. Questa cifra può essere moltiplicata per una stima globale. Nel Regno Unito, vengono eseguiti oltre 10 milioni di interventi chirurgici ogni anno.

Fonte: <https://nhsproviders.org/media/1128/operating-theatres-final.pdf>

Come sappiamo, le cicatrici non vanno mai via. Rimangono per tutta la vita. Quindi il numero di cicatrici è cumulativo, anno dopo anno.

Questo non tiene conto degli interventi chirurgici per autolesionismo, degli incidenti che non richiedono un intervento chirurgico e di altre cause. Consideriamo ora gli effetti negativi delle cicatrici sui diversi apparati dell'organismo.

Il sistema fasciale

Negli ultimi anni, il sistema fasciale è diventato un vero e proprio "termine d'ordine" tra coloro che si specializzano nel trattamento del dolore muscolo-scheletrico, come osteopati, chiropratici, fisioterapisti, massaggiatori e così via. Esercita un fascino (gioco di parole voluto) per anatomisti e fisiologi.

Ma cos'è la fascia e perché affascina così tanto i terapeuti?

Se vi è mai capitato di andare dal vostro macellaio e di scegliere un delizioso pezzo di carne per l'arrosto della domenica (mi dispiace per vegetariani e vegani), allora forse avrete notato la sottile pelle argentata che avvolgeva la carne.

E per accontentare i lettori non carnivori, ecco la foto di un'arancia.



IL interessante cosa

La cosa interessante dell'arancia è che è divisa in spicchi dalla fascia.

Ogni spicchio è ricoperto di fascia. Quando si apre lo spicchio, ogni succosa polpa arancione è ricoperta da - sì, avete indovinato - fascia.

La fascia di un'arancia ha la funzione di separare ciascuna delle sue componenti. La buccia, gli spicchi, le fibre sono tutti ricoperti da una fascia arancione.

Ora, l'articolazione della carne è un altro animale (scusate il gioco di parole). La pelle argentea di un'articolazione della carne, sebbene sia molto sottile (si può vedere attraverso), è estremamente resistente. Cellula per cellula, la fascia è più forte dell'acciaio! Questa pelle argentea ricopre anche diverse strutture all'interno della carne. Ricopre gli strati esterni e superficiali della carne e anche quelli più profondi. Questi sono chiamati strati fasciali superficiali e profondi (non sto scherzando!).

Se chiedete al vostro macellaio delle frattaglie – in genere reni, fegato, cuore, trippa (stomaco) – anche queste avranno la loro fascia argentea. A questo punto, sento i miei lettori vegani che stanno lottando contro l'impulso di evacuare il contenuto dello stomaco, quindi procedo rapidamente...

Anche noi esseri umani abbiamo in abbondanza le stesse fasce. Se approfondiamo la conoscenza del corpo, scopriamo che ogni muscolo, organo, nervo, ghiandola, vaso sanguigno e osso è circondato e incapsulato da fasce.

Cosa fa? Collega (e separa) ogni parte del corpo con ogni altra, avvolgendo i muscoli e mantenendo gli organi al loro posto. Le "fasce" fasciali si estendono attraverso il corpo come percorsi, o un sistema di autostrade e strade, diramandosi ma rimanendo connesse alla "griglia". Il fluido è trattenuto tra le membrane delle fasce e favorisce lo scorrimento dei muscoli l'uno sull'altro. Questo fluido contribuisce a rendere più fluide le articolazioni. Contribuisce a ridurre il dolore, ad aumentare l'ampiezza del movimento e a nutrire muscoli e nervi.

Quindi potete solo immaginare cosa succede quando tutti questi tessuti connettivi vengono tagliati dal bisturi di un chirurgo o dal trauma di una lesione da impatto che perfora il nostro rivestimento esterno: la pelle. Sì, è traumatico.

Mentre il corpo cerca di guarire se stesso, il tessuto cicatriziale viene prodotto entro pochi giorni dal trauma subito dalla pelle e dagli altri tessuti. Entro sette giorni dal trauma

Al momento della lesione tissutale, inizia a formarsi tessuto cicatriziale. Il processo raggiunge il punto di massima produzione circa 21 giorni dopo la lesione. Poi, lentamente, la produzione di tessuto cicatriziale rallenta. A seconda della natura e della gravità della lesione, la produzione di tessuto cicatriziale può continuare per uno o due anni.

Immagina di dover riparare dei calzini o dei jeans. (La gente lo fa ancora oggi?) Scoprirai che la zona in cui è stato riparato il buco non è più elastica come una volta.

C'è una zona più spessa dove è stato utilizzato il cotone e si può sentire dove il tessuto è stato tirato.



Ora immaginate cosa può succedere quando la pelle, le fasce, i muscoli e altri tessuti vengono cuciti insieme in modo simile.

L'azione di scorrimento della fascia può essere gravemente ostacolata.

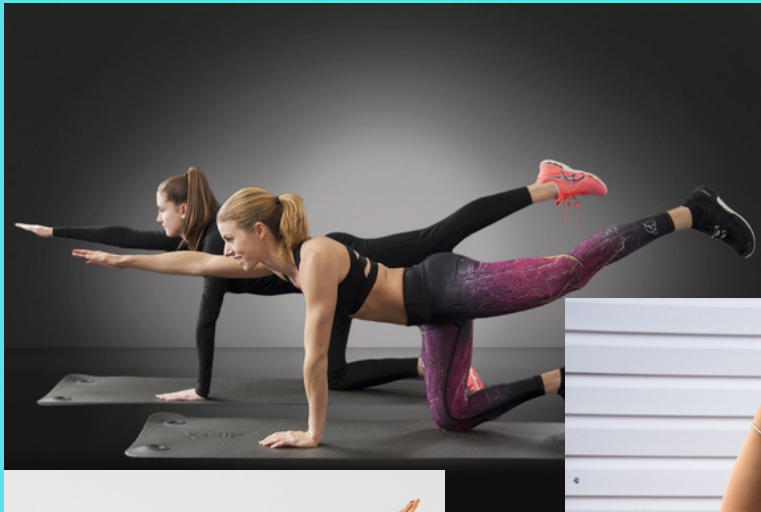
La cicatrice che ne risulta può impedire il libero flusso del sangue e del fluido linfatico. (Il sistema linfatico è come l'aspirapolvere del corpo. Aspira tossine, acidi, cellule morte e altri rifiuti metabolici dai tessuti.) La linfa fa schifo!

Non è più possibile il libero movimento dei numerosi strati di fascia. Quindi, ad esempio, quando una donna si sottopone a una lumpectomia a causa dello sviluppo di un nodulo al seno, il tessuto cicatriziale risultante può influenzare

ampiezza del movimento della spalla perché la fascia del seno e del torace è intimamente collegata all'articolazione della spalla e alla sua muscolatura.

Se hai una cicatrice da quel tipo di intervento chirurgico (o da qualsiasi altro intervento al torace o alla spalla)

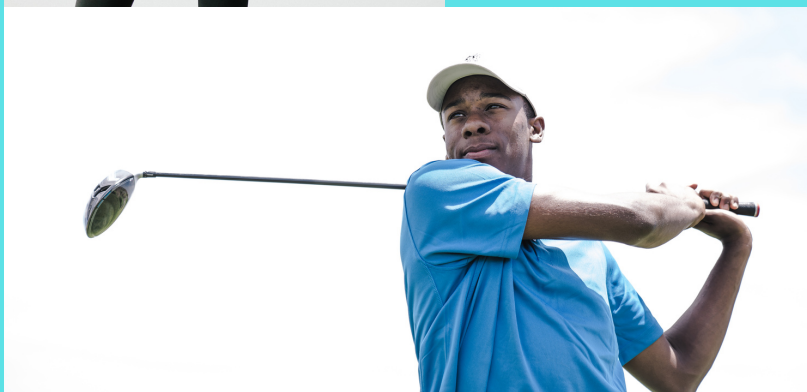
intervento chirurgico) la spalla presenta una leggera limitazione o tira leggermente durante l'esecuzione di determinati movimenti? In tal caso, il tessuto cicatriziale è responsabile di questa limitazione nei movimenti.



Diventa ancora più interessante se si considera che il sistema fasciale è connesso e interconnesso **in tutto il corpo!**



Guardate le foto (a sinistra e in basso). È molto facile vedere come il tessuto viene tirato a causa del movimento del soggetto. Questo è **esattamente** cosa succede a



la nostra fascia quando ci muoviamo. Deve scivolare e muoversi con il nostro corpo. Ma cosa pensi che succeda quando abbiamo una cicatrice?

Dopo che il chirurgo ha inciso i vari strati di tessuto, o se il tessuto è danneggiato da un trauma, si formerà una cicatrice che unirà i due lembi della ferita e ne permetterà la guarigione. Se il taglio è profondo, anche la cicatrice sarà profonda e permeerà diversi strati di tessuto membranoso.

Una volta guarita, la cicatrice è meno elastica della pelle sana circostante. È più rigida, più spessa, più fibrosa e lo scorrimento sulle superfici adiacenti risulta limitato.

Una cicatrice è anche più debole del tessuto sano. Ha solo circa l'80% (o meno) della resistenza alla trazione.

La forza della pelle integra. Lega e limita i tessuti che dovrebbero essere liberi e facili da scorrere l'uno sull'altro. Questo, a sua volta, limita anche le altre strutture adiacenti, ed è qui che la questione diventa affascinante e ancora più interessante.



Quando si osserva il corpo umano sezionato, non si può fare a meno di rimanere colpiti dal modo impressionante in cui i sistemi corporei sono interconnessi tra loro. Se vi è mai capitato di toccare la gelatina con le dita, avete osservato anche come si muove l'intera gelatina?

Proprio come quando una goccia crea increspature in uno specchio d'acqua, altrettanto interconnesso è in realtà il nostro corpo.

Non si può negare che l'intero corpo sia un'entità continua, non una serie di parti collegate da articolazioni. Tutto scorre ininterrotto, tranne quando c'è una cicatrice!



"Non sono in molti a saperlo." - Michael Caine



Una volta superato il fatto che Michael Caine non l'ha effettivamente detto, sebbene quasi tutti credano che l'abbia fatto, sei consapevole che il dolore lombare che provi potrebbe essere causato da un intervento chirurgico addominale a cui ti sei sottoposto anni fa? O che lo stesso intervento chirurgico addominale sta creando anche delle limitazioni alle spalle!

Una cicatrice sul piede potrebbe farti camminare in modo leggermente diverso, costringendo il corpo a compensare in qualche modo.

Quel cambiamento nell'andatura (il modo in cui cammini) potrebbe creare compensazioni in tutto il corpo. In genere, questo può causare forti tensioni a collo e spalle e mal di testa da tensione.

La tensione del collo, che riduce il flusso sanguigno verso muscoli e nervi, potrebbe avere ripercussioni anche su gomiti e polsi.



Il tessuto cicatriziale può anche penetrare in profondità nella cavità addominale, creando problemi intestinali e vescicali, come incontinenza, perdite, dolore o fastidio addominale e ridotta regolarità funzionale. Gli interventi chirurgici correttivi eseguiti sui neonati possono creare problemi che dureranno per tutta la vita, tutti dovuti al tessuto cicatriziale.

Oltre a compromettere la meccanica del corpo e il modo in cui camminiamo e ci muoviamo, l'accumulo di tessuto cicatriziale può compromettere seriamente la funzionalità degli organi. Purtroppo (per te) alcuni operatori sanitari non sono consapevoli che il tessuto cicatriziale è la causa del tuo problema.

Il sistema di agopuntura

Per migliaia di anni, il modello della Medicina Tradizionale Cinese (MTC) è stato utilizzato per trattare malattie e infortuni. Alcuni interventi chirurgici moderni sono stati eseguiti utilizzando l'agopuntura come unico metodo di anestesia.

I medici cinesi credono che per mantenere una buona salute, la forza vitale del corpo (chiamata Xi o Chi - pronunciata 'chee') debba fluire ininterrottamente, proprio come l'acqua che scorre in un fiume. Qualsiasi interruzione del flusso del Chi può causare stagnazione.

La mancanza di energia in un punto specifico lungo il meridiano può causare disfunzioni e malattie.

Ci sono 12 percorsi principali (chiamati meridiani) che ricevono e trasmettono il Chi a ogni organo, ghiandola e cellula del corpo.

corpo. Questi sono chiamati:

Polmone, Intestino crasso, Stomaco,
Milza, Cuore, Intestino tenue,

Vescica, Reni, Pericardio, Triplice Riscaldatore, Cistifellea e Fegato.



Esistono anche due meridiani speciali: il Vaso Governatore (che corre lungo la linea mediana nella parte posteriore del corpo) e il Vaso Concezione (che corre lungo la linea mediana nella parte anteriore del corpo).

Ogni "punto" di agopuntura ha un nome e una posizione specifici lungo il suo meridiano. I punti di agopuntura sono numerati. Nella sua forma più semplice, e sulla base di una diagnosi dettagliata, un agopuntore "punge" punti specifici in un modo specifico per liberare il "Chi" bloccato responsabile del disturbo o del disturbo.



È interessante notare che gli agopuntori riconoscono anche il ruolo svolto dal tessuto cicatriziale nella stagnazione e nell'interruzione del flusso del "Chi".

Vedono il tessuto cicatriziale come un "blocco stradale", o un'interferenza, al libero flusso di energia. Il movimento dell'energia viene inibito o addirittura deviato a causa della presenza di tessuto cicatriziale.

Gli antichi agopuntori svilupparono protocolli per aiutare a superare gli effetti restrittivi e inibitori del tessuto cicatriziale.

Abbiamo anche visto esempi interessanti di come il tessuto cicatriziale sia collegato a un problema di salute apparentemente non correlato.

Caso di studio

Una donna di 44 anni ha sofferto di dismenorrea negli ultimi 25 anni, solitamente richiedendo farmaci su base mensile per il controllo del dolore.

Da bambina ha ricevuto una ferita che ha richiesto 5 punti di sutura nella parte inferiore della gamba. La cicatrice non era particolarmente evidente ma era leggermente depressa ed era una

Un po' intorpidita. Dopo tre trattamenti MSTR® da 1 minuto, la donna non ha più avuto dolore. La cicatrice era localizzata nel punto di agopuntura.

chiamata Milza 6 - mostrata qui >>>.

Successivamente, la cicatrice non è più depressa o insensibile. Nota: la cicatrice non causava alcun sofferenza o disagio per il paziente.



Ci sono un paio di punti degni di nota in questo caso di studio. In primo luogo, la zona cicatriziale non causava alcun disagio, dolore o fastidio alla paziente. A parte un leggero intorpidimento, sembrava essere quasi asintomatica. Aveva la cicatrice da anni e l'aveva semplicemente "accettata" come testimonianza del suo incidente da bambina. Da questo punto di vista, *Perché* Un medico avrebbe (o dovrebbe) anche solo considerare di prestare attenzione a quella cicatrice? In secondo luogo, come avrebbe potuto essere rilevante per un particolare disturbo che aveva sofferto?

Basta fare riferimento al modello di agopuntura per chiarezza. Le indicazioni per il trattamento del punto di agopuntura noto come Milza 6 includono (tra le altre cose) la dismenorrea.

Poiché questa paziente assumeva analgesici mensilmente da molti anni, è ovvio che la vera causa non fosse stata scoperta. Il massimo che fosse riuscita a ottenere era un sollievo sintomatico, senza una "cura" permanente.

Sebbene il sistema dell'agopuntura sia da molti liquidato come non provato e non scientifico, non si può negare che vi sia una certa validità nel considerarlo, quando altri modelli medici non riescono ad affrontarne la causa. In questo caso, sembra che la causa fosse l'ostruzione del meridiano della Milza da parte di tessuto cicatriziale.

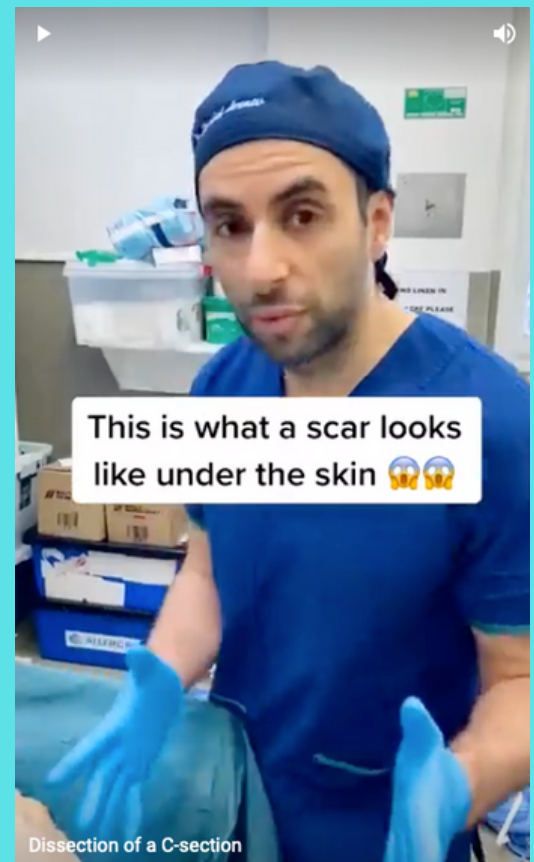
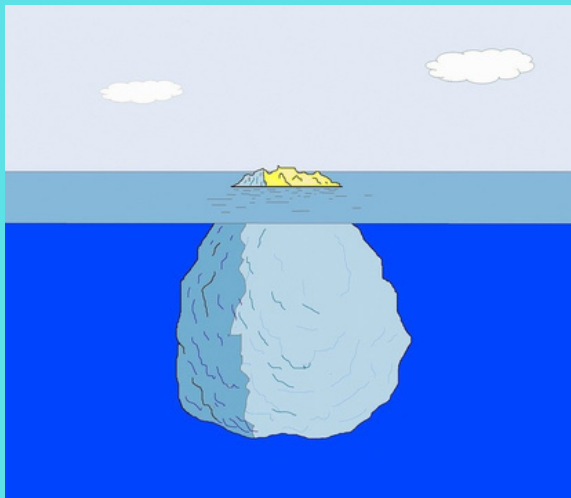
L'effetto Iceberg: pensa in 3D

Molte persone vedono una cicatrice e non si rendono conto che la profondità e la larghezza del tessuto cicatriziale possono estendersi oltre la superficie visibile della cicatrice.

Molti tessuti cicatriziali nascosti causano problemi di cui sia il paziente che il medico sono totalmente inconsapevoli.

Proprio come un iceberg, la maggior parte del tessuto cicatriziale si trova sotto la superficie.

Dopo un'addominoplastica, questo chirurgo svela quanto profondo possa essere il tessuto cicatriziale di un taglio cesareo... >>>



Effetti emotivi delle cicatrici

Non solo vari sistemi del corpo vengono colpiti dal tessuto cicatriziale, ma anche gli effetti emotivi e psicologici delle cicatrici non devono essere sottovalutati o ignorati.

Gli effetti delle cicatrici sulle emozioni del paziente possono essere dolorosi e duraturi. La vista o il tocco della cicatrice possono evocare ricordi del momento in cui si è formata. Che si tratti di un trauma o di un intervento chirurgico, i dettagli dell'evento che li ha segnati per sempre possono essere vividi e crudi come il giorno in cui si è verificato.

Forse tu, lettore, hai una cicatrice? Potresti averne diverse. In tal caso, ricordi come ti è stata procurata? Dove e quando è avvenuto questo evento? Quali ricordi ed emozioni ti vengono in mente quando ricordi quell'intervento chirurgico o quell'incidente? Prenditi un momento per riflettere sulla tua cicatrice. Che sensazione provi? Eviti di toccarlo? Se sì, perché?

Spesso ricordiamo i dettagli degli eventi di quel giorno nei minimi dettagli. Le cicatrici possono apparire e risultare sgradevoli al tatto. Infatti, molte persone evitano di guardare o toccare le proprie cicatrici. Le detestano profondamente, cercando di nasconderle soprattutto quando sono in bella vista, come sul viso.

Per alcune persone, le cicatrici sono un segno di sopravvivenza. Rappresentano la loro battaglia personale, attraverso la quale hanno superato la prova o il calvario. Alcune cicatrici vengono indossate come un "distintivo d'onore". In alcune culture simboleggiano un rito di passaggio e chi le riceve ne è orgoglioso.
di loro.

Le cicatrici da autolesionismo sono spesso una richiesta di aiuto e possono diventare il simbolo del superamento e della conquista dei propri demoni interiori.



Le emozioni spesso associate alle cicatrici (o più precisamente la risposta del paziente agli eventi che hanno creato le sue cicatrici) includono, ma non si limitano a:

- bassa autostima
- disturbi del sonno
- perdita della libido/desiderio
- sessuale ansia, depressione
- rabbia
- Paura
- problemi di auto-disprezzo / immagine di sé
- sensazione come se il corpo fosse in qualche modo "disconnesso"

Se hai una cicatrice, provi qualcuna delle emozioni descritte?

Come abbiamo detto, non tutti provano sentimenti negativi riguardo alle proprie cicatrici, ma a volte sì. Queste emozioni possono persistere per anni dopo l'intervento chirurgico o l'incidente. Spesso, e col tempo, gli effetti possono peggiorare. Col passare del tempo, le emozioni si radicano e si radicano nella psiche.

Alcune di queste emozioni potrebbero essere classificate come quelle che caratterizzano il Disturbo da Stress Post-Traumatico (PTSD).

I pazienti che provano alcune di queste emozioni quando pensano o toccano le loro cicatrici, non si rendono conto che si può fare qualcosa per cambiare queste sensazioni.



Fortunatamente, gli stati emotivi negativi possono cambiare, spesso piuttosto rapidamente, una volta che la cicatrice appare più "normale". È davvero interessante osservare: gli stati emotivi e psicologici cambiano con il cambiamento della cicatrice fisica.

Dissociazione

Un'osservazione interessante sulle cicatrici è quella dello stato dissociativo. Questo a volte si verifica con le cicatrici delle estremità (braccia o gambe). Quando la cicatrice è insensibile e desensibilizzata, a volte il soggetto avverte come se il braccio o la gamba non gli appartenessero più. Può avere la sensazione che quella specifica parte del corpo sia estranea e non parte di lui. Questo atteggiamento mostra una dissociazione interiore. Ecco un esempio reale:

Un uomo di 55 anni è stato operato per un intrappolamento del nervo ulnare (il nervo che fa male quando si sbatte l'"osso divertente" nel gomito).

La cicatrice era lunga circa 10 cm. Erano passati ormai circa tre mesi dall'intervento e lui descrisse la cicatrice del gomito come insensibile. Per usare le sue parole, sentiva che il suo braccio ora "non gli apparteneva più". Si era già dissociato dal suo braccio a causa della mancanza di sensibilità nella cicatrice.

Dopo circa 8 o 9 minuti di trattamento della cicatrice, gli ho chiesto di ricontrollare la sensazione della cicatrice e di dirmi se qualcosa fosse cambiato.

"Sì", disse con gli occhi spalancati dallo stupore, "lo sento". Le sue parole successive furono potenti:

"È come se avessi recuperato il mio braccio!"

La dissociazione che aveva sperimentato nelle ultime settimane era improvvisamente scomparsa. Grazie al fatto che ora poteva sentire la cicatrice, era subito più "in contatto" con il suo braccio. Non sentiva più il braccio come se non gli appartenesse, come se fosse in qualche modo staccato. No, si era reintegrato con il suo intero.



Ho notato una reazione simile in alcune donne con cicatrici da parto cesareo. Possono sperimentare uno stato dissociativo simile: la parte inferiore del corpo si sente scollegata dalla parte superiore, a causa dell'intorpidimento che provano attraverso la cicatrice. Anche dopo molti anni, questo stato dissociativo può cessare una volta che la sensibilità ritorna nella zona cicatriziale.

Quando riusciamo a influenzare lo stato psicologico ed emotivo di un paziente aiutandolo a rivivere le sue cicatrici, allora abbiamo prodotto un evento molto potente e trasformativo. Un evento che raggiungerà profondamente il cuore e l'anima di una persona.

Quando riusciamo a influenzare lo stato psicologico ed emotivo di un paziente aiutandolo a rivivere le sue cicatrici, allora abbiamo prodotto un evento molto potente e trasformativo. È un evento che raggiungerà profondamente il cuore e l'anima di una persona. In effetti, abbiamo creato un incredibile evento di guarigione.

- che colpisce corpo, mente e spirito. Un risultato di trattamento veramente olistico, che cambia la vita in meglio.

Chi non ama le proprie cicatrici spesso le copre. Potrebbe non gradire guardarle, e di certo non vuole che qualcun altro le guardi.

Le cicatrici dell'autolesionismo sono spesso nascoste. Il soggetto si vergogna spesso di ciò che si è fatto in passato. Per alcuni, le cicatrici sono un segno di trionfo sulle avversità e su un periodo davvero brutto della loro vita. Per altri, è vero il contrario. Si odiano per ciò che hanno fatto. Odiano guardarsi. Quelle cicatrici da autolesionismo rappresentano tutto ciò che non andava nella loro vita. Sono diventati "insensibili" a ciò che li circonda e alle persone che li circondano. L'unico modo per creare un vero "sentimento" era esprimere la loro rabbia e frustrazione facendosi del male.

Questo è un argomento molto complesso e coinvolge molte emozioni. Fortunatamente, abbiamo molti esempi di persone che hanno cambiato completamente la loro prospettiva di vita una volta che le emozioni sono tornate a manifestarsi nelle loro cicatrici.

Abbiamo riscontrato cambiamenti e miglioramenti simili anche nelle persone che soffrono di PTSD (Disturbo Post Traumatico da Stress) a causa di eventi traumatici vissuti. Questi eventi possono avere un ampio spettro di cause, che vanno da interventi chirurgici programmati o d'urgenza, a relazioni violente e persino al campo di battaglia.



Quando le emozioni sono legate agli eventi che hanno creato le cicatrici fisiche, possiamo assistere a trasformazioni straordinarie. Proprio come la salute emotiva e psicologica può essere influenzata negativamente da eventi fisici che accadono a una persona, possiamo anche influenzare positivamente lo stato psicologico attraverso la cura del corpo fisico, curando quelle cicatrici e portando emozione e riconnessione con se stessi.

Questo argomento necessita ovviamente di ulteriori approfondimenti, poiché i benefici per le persone con cicatrici che contribuiscono al disturbo da stress post-traumatico, cicatrici da autolesionismo, interventi chirurgici d'urgenza, vittime di ustioni e una miriade di situazioni che producono cicatrici fisiche, sono immensi.

Finalmente...

Spero che ormai abbiate iniziato a capire che le cicatrici sono estremamente importanti e influenzano le persone in molti modi diversi. Piccole cicatrici possono avere grandi conseguenze, sia a livello fisico che emotivo.

Concludo questo piccolo ebook con alcune storie, scritte dalle stesse persone che ne hanno parlato o dai loro terapeuti. Leggendo queste storie, spero di trasmettervi l'importanza del trattamento delle cicatrici e il piacere e gli effetti trasformativi che questo trattamento produce.

La storia di Kim:

"La cicatrice risale al mio taglio cesareo di agosto 2021. Nell'ottobre 2021 ho fatto il mio primo trattamento per la cicatrice." La cicatrice ha colpito Kim in molti modi:

Prima del trattamento delle cicatrici, sentivo il mio corpo limitato. La cicatrice era tesa e mi tirava in avanti e verso il basso. Avevo una pancia stranamente gonfia e avevo difficoltà a evacuare. Sentivo anche che la cicatrice mi influenzava psicologicamente. Mi sentivo giù e triste, ero molto stanca e sfinita.

Kim continua: "A volte provavo anche un dolore terribile sia alla cicatrice che all'addome, riuscivo a malapena a camminare o persino a ruotare la parte superiore del corpo. Non è poi così strano che ci voglia del tempo per riprendersi dopo la gravidanza e il parto, soprattutto dopo un intervento chirurgico addominale importante. Mi dicevano di essere paziente, di darmi tempo, di non aspettarmi di potermi muovere liberamente e di poter fare esercizio fisico solo dopo un periodo più lungo."

Ma sentivo che c'era qualcosa di più, sia emotivamente che fisicamente, oltre al fatto che la cicatrice avesse bisogno di più tempo. Non potevo accettare che tutto il mio congedo di maternità fosse "sprecato" o che fossi così limitata.

Per fortuna ho scoperto che la mia terapeuta, Monika, esegue questo trattamento per le cicatrici e l'ho contattata subito. Dieci settimane dopo il taglio cesareo ho fatto il mio primo trattamento.

Trattamento: "La prima volta, a metà del trattamento, Monika mi ha chiesto di toccarmi la cicatrice e ho iniziato subito a piangere. Mi sentivo come me stessa, sentivo la pancia e ho osato toccarla, cosa che prima non osavo fare. Ed è stata una sensazione meravigliosa che la mia sensibilità fosse tornata. Subito dopo il primo trattamento sono riuscita ad accovacciarmi per allacciarmi le scarpe. Sono uscita dalla clinica di Monika con la testa tra le nuvole! Tutto era migliorato, mi sentivo di nuovo libera e felice."

"Ho fatto altri due trattamenti e ora la cicatrice non mi dà più fastidio, l'unica volta che riesco a sentirla è quando mia figlia mi dà un calcio sulla cicatrice mentre la allatto, ahah.

Faccio esercizio, cammino, porto in braccio il mio bambino, sollevo la carrozzina, e sia il gonfiore addominale che i problemi intestinali sono spariti. Ho ritrovato la mia energia vitale.

"Non mi pento nemmeno per un minuto di essermi rivolta a Monika Lindblom (operatrice MSTR®) per farmi curare la cicatrice." - Kim Rolfsson - Svezia.



Pretrattamento



Post-trattamento



La storia scioccante di Susan

Susan* è venuta da me lamentando fitte di dolore "simili a fulmini" sul lato sinistro del viso, a cui doveva prepararsi ogni volta che si chinava per mettersi le scarpe, tossire o ridere. Ha una storia di problemi alle orecchie con perdita dell'udito. Durante il Covid è stata sottoposta a un intervento chirurgico d'urgenza al pancreas, seguito da un'infezione e da alcune altre procedure per sistemare tutto. Ha detto di aver detto a suo marito che si sentiva come se stesse morendo dentro e che doveva solo provare qualcosa di diverso. Sentiva che il medico...



La comunità e il suo chiropratico non sembravano capire cosa le stesse succedendo. Aveva consigliato a me un altro membro della famiglia. Così, dopo 6 mesi di sofferenza, pensò di provare anche lei (ma non sapeva nulla di MSTR®).

Storia della cicatrice

Quando Susan* ha fissato l'appuntamento, le ho detto di pensare a tutte le sue ferite, alle sue cicatrici e agli interventi chirurgici e di fare una lista la settimana successiva. Ne avremmo parlato durante la visita. Ha continuato a raccontarmi dei tubicini auricolari che ha portato per tutta la vita, e di avere un pacemaker a causa di un problema elettrico al cuore che le causa un "drop out vagale", così me l'ha spiegato (dolore allo stesso lato del viso).

Abbiamo parlato dell'evento traumatico dell'intervento chirurgico d'urgenza al pancreas, della rimozione della cistifellea, della rimozione della milza, di un intervento laparoscopico per rimuovere una ciste su un'ovaia, di come le hanno reciso l'arteria durante l'intervento chirurgico all'orecchio interno, della cicatrice sul ginocchio destro causata da un vetro rotto, della cicatrice sulla mano sinistra causata dal torsolo di una mela, delle cicatrici all'inguine causate dal posizionamento di uno stent.

— - abbiamo riso un po' quando ha giocato a vedere di quanti organi poteva fare a meno!

Poi mi raccontò la storia del parto cesareo di suo figlio. In quel momento, mentre scandagliava mentalmente il suo corpo dalla testa ai piedi per vedere se si fosse dimenticata di dirmi qualcosa, disse: "Oh! Ho dimenticato di raccontarti della mia cicatrice più grande e vecchia!"

A sette anni è stata sottoposta a un intervento chirurgico di riparazione della valvola cardiaca. La cicatrice parte approssimativamente dal lato "sinistro" (dal lato delle scosse elettriche alla mandibola) del processo xifoideo, sotto il seno sinistro, prosegue sotto il braccio sinistro e attraversa il costole e intorno al corpo, sotto l'angolo inferiore della scapola sinistra e terminando approssimativamente a T4/T5. È presente anche una cicatrice sul lato destro della colonna vertebrale, leggermente inferiore a questo punto terminale, dove è stato inserito il drenaggio.

Storia medica

Susan* soffre di psoriasi che colpisce direttamente la cicatrice sotto il seno sinistro, oltre a quella dietro le orecchie e sul cuoio capelluto. Le è stata diagnosticata artrite psoriasica, diabete, stanchezza cronica, fibromialgia e acufene.

Ha avuto una caduta significativa sul coccige che le ha causato lo svenimento. Ha una storia di emicrania e calcoli renali. È stata coinvolta in un incidente stradale in cui è stata tamponata. Inoltre, ha un recente conflitto di spalla a causa di una caduta. Il dolore descritto è di 3/10 nella parte inferiore della colonna toracica (sembra esserci una lieve scoliosi), 1-8/10 nella spalla sinistra a seconda dell'attività, 2/10 nella zona della fronte e picchi di scosse elettriche improvvise di 8/10 nella mandibola/viso sinistro. ROM di abduzione della spalla: braccio destro: 145 gradi, braccio sinistro: 45 gradi. Lieve-moderata limitazione della rotazione cervicale sia a sinistra che a destra, così come della flessione ed estensione laterale.

Sessioni di trattamento

Prima seduta: MSTR® sulla cicatrice più vecchia e lunga, la riparazione della valvola cardiaca che avvolge il lato sinistro del corpo. Ho lavorato molto lentamente e con attenzione mentre lei raccontava a brevi intervalli la sua storia. Nella prima serie di passaggi ho lavorato per circa 1-2 cm lungo il bordo superiore della cicatrice, seguendo la fila di punti dei punti utilizzati, partendo dall'estremità toracica della cicatrice verso il seno. Nella seconda serie di passaggi sono riuscito a lavorare solo direttamente sulla cicatrice, partendo dall'estremità toracica fino quasi all'altezza dell'area ascellare. Ne aveva abbastanza per quel giorno. Era sorpresa di quanto fosse dolorante in alcuni punti, perché diceva di "non toccarla mai, di essersene dimenticata".

Non ho eseguito nessun altro lavoro in questa sessione. Quando si è alzata dal lettino ed è uscita dalla stanza, ha detto: "Non ci posso credere, sono riuscita a chinarmi, a mettermi le scarpe e ad allacciarle SENZA ALCUN DOLORE PUNZONANTE O EFFETTI traumatici alla mascella o al viso". Ha detto che sentiva ancora una certa pressione, come se ci fosse ancora, ma NULLA in confronto a quella che sentivo prima della sessione! Dopo il trattamento, il ROM del braccio destro è aumentato a 180 gradi, mentre quello sinistro è rimasto a 45 gradi. La rotazione e l'estensione cervicale del collo hanno avuto un netto miglioramento, mentre la flessione laterale solo un lieve miglioramento.

Seconda seduta: prima del trattamento, Susan* ha affermato che il braccio sinistro le fa ancora male quando cerca di prendere qualcosa o si mette il cappotto. Il viso le fa male solo quando tossisce o ride. Ha avuto una settimana super stressante e voleva solo una seduta rilassante, quindi questa volta ho provato la terapia Bowenwork®. Ha detto di sentirsi nervosa, fluttuante e incollata al tavolo.

Terza e quarta sessione: ho eseguito MSTR® sulla cicatrice di Milza/Pancreas, da poco a ridosso dello xifoide fino all'ombelico e intorno ad esso, fino al punto in cui si incontra con la cicatrice trasversale del taglio cesareo. Abbiamo anche eseguito un po' di Art of Bodywork®. Susan* continua a fare progressi mentre continuiamo a lavorare su questo caso complicato. Abbiamo ancora molto lavoro da fare sulla cicatrice del taglio cesareo e sulla cicatrice della riparazione della valvola cardiaca, che attualmente presenta una chiazza attiva di psoriasi infiammata sotto il seno sinistro che deve prima guarire.

Ricompensa

La ricompensa più grande che mi ha toccato il cuore è stata sentire le parole:

"Non solo il dolore sul mio viso è SPARITO, ma non ho più la sensazione di morire dentro." Ha anche affermato che non riesce a credere quanto queste mosse sottili e gentili possano fare così tanto

cambiamenti drammatici. Susan* ha condiviso che

Si è sempre sentita "instabile e sbilanciata sui piedi" e ha pensato che fosse dovuto ai problemi alle orecchie che ha sempre avuto. Poi, un giorno, dopo aver parcheggiato in un posto dove parcheggia ogni settimana e aver camminato lungo lo stesso marciapiede, si è resa conto che non aveva più difficoltà a mantenere l'equilibrio. Ha detto di sentirsi così stabile e in equilibrio e di non avere più problemi di instabilità sui piedi!

Il tempo non mi permette di scrivere di ogni caso. Abbiamo sentito dire "se qualcosa sembra troppo bello per essere vero, probabilmente lo è"... beh, MSTR®, Art of Bodywork® e Bowenwork® smentiscono completamente questa teoria, OGNI GIORNO!

* Il nome è stato cambiato

di Tina S. Hull, LMT - Operatore e istruttore MSTR® Specialista Bowenwork®

La storia di Laurel

Tessuto cicatriziale e infertilità

Un'amica di 28 anni è venuta da me curiosa di sapere se il trattamento di rilascio del tessuto cicatriziale che le avevo offerto potesse aiutarla. Aveva avuto una gravidanza extrauterina e un successivo intervento chirurgico d'urgenza nel 2017, e da allora aveva subito numerosi aborti spontanei traumatici in più fasi. Si è rivolta al suo medico, che le ha diagnosticato una grave infiammazione correlata alle ripetute perdite. Le è stata consigliata una laparoscopia per asportare il tessuto cicatriziale che si era formato. Tuttavia, riteneva che ci dovesse essere un approccio terapeutico alternativo e si è rivolta a me per parlare del trattamento del tessuto cicatriziale. Ho parlato a lungo con lei dell'intervento chirurgico e degli aborti spontanei. Mi ha spiegato che non si sentiva a suo agio a toccare le cicatrici laparoscopiche e che farlo le provocava una sensazione molto spiacevole, che ha descritto come "disgustosa". Dopo un'ulteriore valutazione, ha valutato il livello di emozione legato alle sue cicatrici con un'intensità di 8-9/10, il che indica un forte disagio o un forte turbamento. Come sua amica, ho potuto accompagnarla nel profondo dolore e nella depressione che queste perdite le hanno causato.

Durante il trattamento, ho lavorato con attenzione intorno alle incisioni laparoscopiche e più in profondità verso la regione di Falloppio. Una palpazione delicata mi ha permesso di individuare strati più profondi di tessuto fibroso, che ho potuto trattare. Ho lavorato sulle strutture di supporto, tra cui il diaframma e i flessori dell'anca, per favorire l'elaborazione del dolore.

Dopo essersi alzata dal lettino, ha avuto brividi e nausea, oltre a vertigini. L'ho avvolta in una coperta calda e le ho preparato del tè. L'ho fatta camminare all'indietro per permettere al suo corpo di elaborare e reintegrarsi, con me dietro per darle equilibrio e supporto.

In seguito mi avrebbe raccontato che durante la seduta aveva provato emozioni intense di dolore e tristezza. Con il passare del giorno, aveva avvertito una stanchezza sorprendentemente profonda e, nonostante la sua storia di insonnia, era riuscita a fare un pisolino per diverse ore e, più tardi, quella notte, a dormire profondamente – qualcosa che prima era quasi impossibile.

Al risveglio dal suo pisolino quel primo giorno, andò in bagno e notò urina scura accompagnata dalla ricomparsa di brividi. Nei giorni successivi

giorni, avrebbe raccontato di aver mantenuto la capacità di dormire più profondamente e di aver sperimentato una crescente sensazione di pace nel suo corpo laddove prima c'era un grande dolore emotivo e il tumulto del dolore e della depressione.

Un paio di settimane dopo, andò dal chiropratico e con un'ecografia poté confermare che la tuba di Falloppio era ora aperta. Rimase incinta entro un mese e riuscì a portare a termine la gravidanza. Il suo bambino ora ha 8 mesi.

Che magia tenerlo tra le braccia, conoscendo l'incredibile percorso di sua madre. Questo è stato uno dei miei primi casi di trattamento delle cicatrici MSTR® nel mio studio, e ancora oggi mi torna spesso in mente come uno dei più grandiosi.

Le mie esperienze nel lavoro corporeo sono un esempio dei complessi effetti multisistemici che il tessuto cicatriziale può avere sul corpo e del grande impatto che possiamo avere sulla vita dei nostri clienti quando impariamo a trattarlo con attenzione.



A cura della terapeuta di massaggio medico Laurel Maier,
LMT - Lynwood, Washington, USA - Operatore MSTR®



Prossimi passi...

Spero che questo piccolo e-book ti abbia aiutato a prendere coscienza del ruolo che le cicatrici possono avere non solo sul tuo benessere fisico, ma anche sulla tua salute emotiva.

Molte persone pensano che non si possa fare molto contro le cicatrici. Le centinaia, se non migliaia, di storie che ho letto confermano che questo punto di vista è completamente falso. Al contrario, si può fare molto per migliorare gli effetti fisici e mentali delle cicatrici.

Se sei un membro del pubblico Se stai cercando aiuto per gli effetti delle tue cicatrici, che si tratti di intorpidimento, rigidità, dolore e limitazione dei movimenti, o se riscontri alcuni degli effetti emotivi e psicologici delle cicatrici, visita il nostro sito web e trova il professionista MSTR® qualificato più vicino. (Vedi pagina 3)

Il trattamento MSTR® in sé non è invasivo, doloroso o spiacevole. Alcune persone lo trovano addirittura un'esperienza rilassante.

Spesso i miglioramenti negli effetti sia fisici che emotivi si verificano già dopo la prima seduta.

Oltre al tessuto cicatriziale, gli operatori sanitari di tutto il mondo hanno notato miglioramenti con presentazioni come:

- fascite plantare
- Limitazioni nel movimento delle spalle
- Lesioni sportive come lesioni al quadricipite e ai muscoli posteriori della coscia
- Sindrome della membrana ascellare (AWS)
- Contrattura di Dupuytren
- Malattia di La Peyronie
- Tessuto fibroso sottostante da lesioni passate in cui la pelle non è stata perforata
- Qualsiasi area di tessuto denso e fibroso

MSTR® è un approccio versatile, semplice e non doloroso al trattamento di cicatrici e tessuto fibroso. Il basso costo di questo ebook sarà ampiamente recuperato dopo il successo del trattamento e si rivelerà un piccolo investimento che vale la pena fare.

Se sei un professionista sanitario: MSTR si integra facilmente nel tuo attuale lavoro pratico ed è utilizzato da professionisti provenienti da una vasta gamma di background terapeutici, tra cui:

- Medici
- infermieri oncologici
- Chiropratici
- Osteopati
- Fisioterapisti
- Operatori miofasciali
- Massaggiatori
- Insegnanti di Pilates e Yoga

Offriamo corsi di formazione su questo metodo di trattamento delle cicatrici costantemente efficace e affidabile.

Non vengono utilizzate creme, oli o gel. Non sono necessarie attrezzature o strumenti. MSTR® si basa esclusivamente sulla sensibilità delle mani dell'operatore.

MSTR® è:

- Efficiente
- Conveniente da imparare
- Facile da integrare nella tua pratica Facile da imparare e padroneggiare
- Produce alti livelli di risultati positivi

e forniamo...

- Un quadro di supporto in cui imparare
- Un team di istruttori competenti che hanno a cuore il proprio lavoro. Un
- eccellente supporto continuo agli studenti e ai professionisti.

I nostri corsi di formazione di un giorno ti insegneranno come trattare con successo le cicatrici post-chirurgiche e anche quelle nascoste e sottostanti. Il basso costo di questo ebook sarà ampiamente recuperato quando imparerai come trattare le cicatrici in modo efficace e con successo. Dovrebbe rivelarsi il miglior investimento che tu abbia mai fatto.

Informazioni sull'autore:

L'architetto di MSTR® è l'autore di questo libro, Alastair McLoughlin. La sua esperienza nelle terapie manuali risale ai primi anni '80.

Alastair è britannico e vive e lavora nell'Assia, in Germania.

MSTR® è attualmente (metà 2022) insegnato in 10 lingue in 24 paesi da un team di 25 istruttori.

Per saperne di più sulla formazione e scaricare i nostri report di ricerca, consulta la terza pagina di questo libro.



Per ulteriori informazioni, inviare un'e-mail all'autore all'indirizzo:

info@mcloughlin-scar-release.com





IL LATO UMANO DELLE CICATRICI

di
Alastair McLoughlin LCSP, BTAA

*Cambiare
vite in
meglio*

