

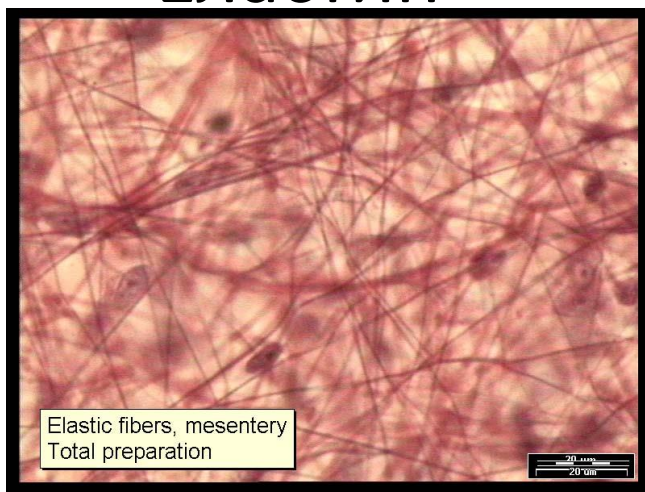
ФАСЦИАЛНИ МЕРИДИАНИ И МАНИПУЛАЦИИ

Л. Крайджикова*, С. Гацова, Л. Николовска*****

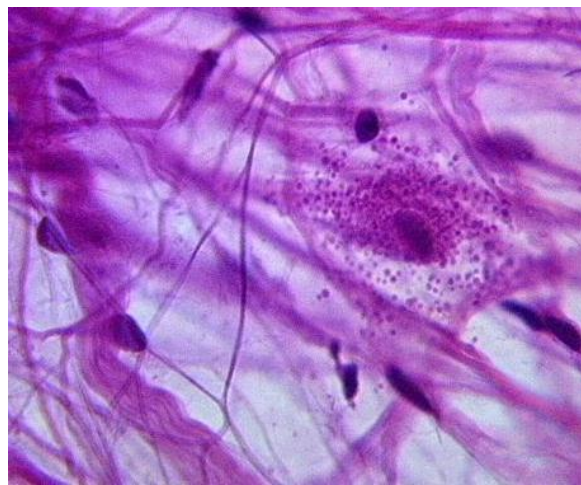
***НСА „Васил Левски”, **УМБАЛ „Царица Йоанна - ИСУЛ”,
***Университет „Гоце Делчев” – Шип**

- ФАСЦИЯТА е съединително-тъканна ципа, която обвива различни мускули или органи на тялото и служи за разделяне на отделните им слоеве. Тя се състои главно от колагенови влакна (около 65%), които се пресичат помежду си като мрежапод ъгъл 45 градуса.
- В отделните фасции колагеновите влакна са съчетани с различен процент еластин.

Еластин



Колаген



- **Дълбока фасция** – разтегливостта ѝ зависи от съотношението на колаген (разтегливост до 5%) и еластин, който се разтяга около 150%

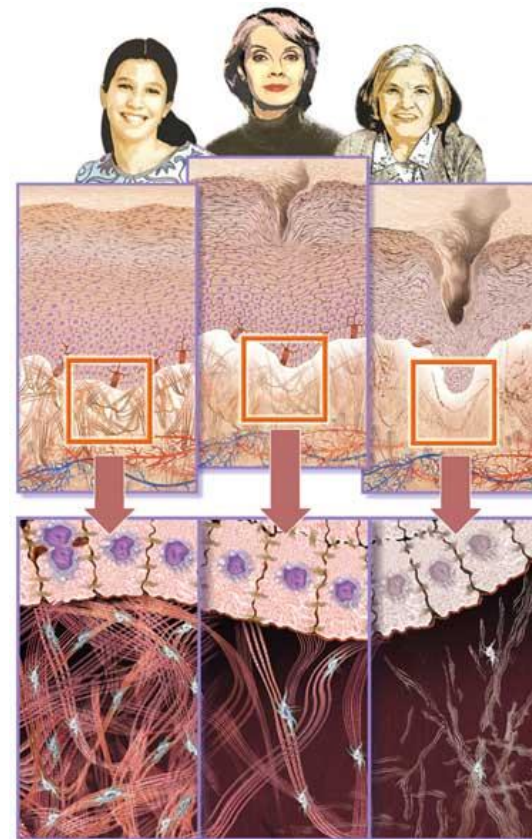


- **Повърхностна фасция** – може да се разтяга почти до безкрайност.

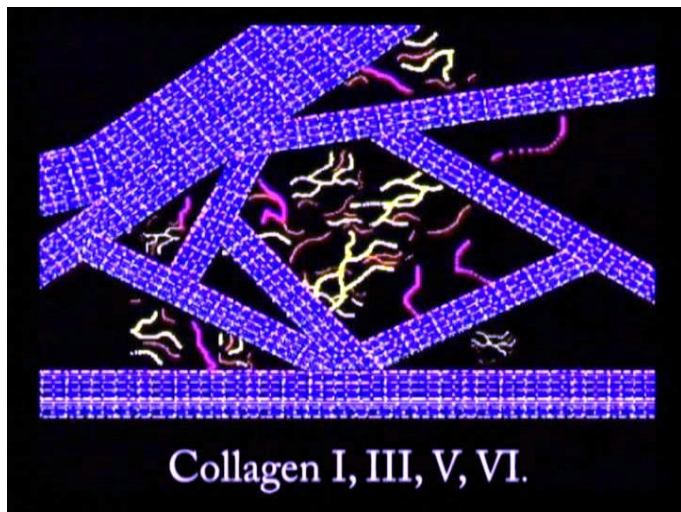


ФАСЦИАЛНИ КОМПОНЕНТИ

- При травми и заболявания се нарушава балансът между еластин и колаген, нараства количеството на колагенови влакна –тип I, получава се слепване и се нарушава плъзгането между влакната. Създават се условия за локална стаза и/или некроза.



- При стареене и/или силен опън на тъканите се увеличава процентът на колаген, а процентът еластин намалява.



Collagen I, III, V, VI.

Tensegrity Model

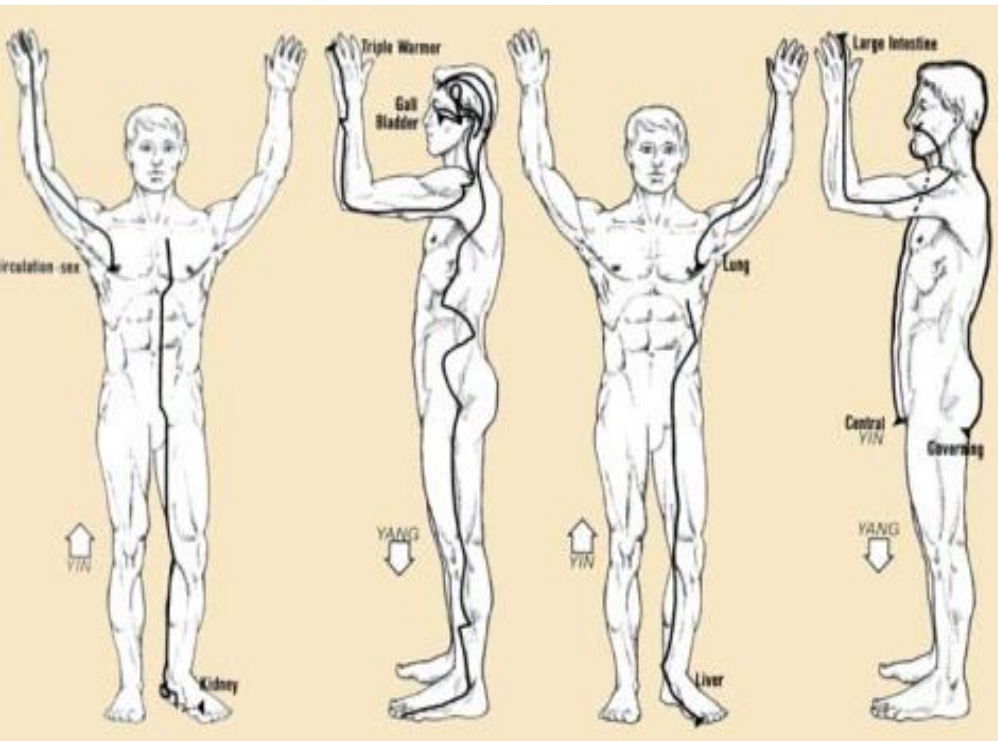
- Тъй като всички влакна на фасцията са свързани помежду си, то сила, приложена на една става, може да бъде предадена на части от тялото, които нямат мускулна връзка с нея.
- С помощта на тенсегрити модела е по-лесно да се разбере, че компонентите, разположени далеч от определена става, могат да окажат влияние върху нея.

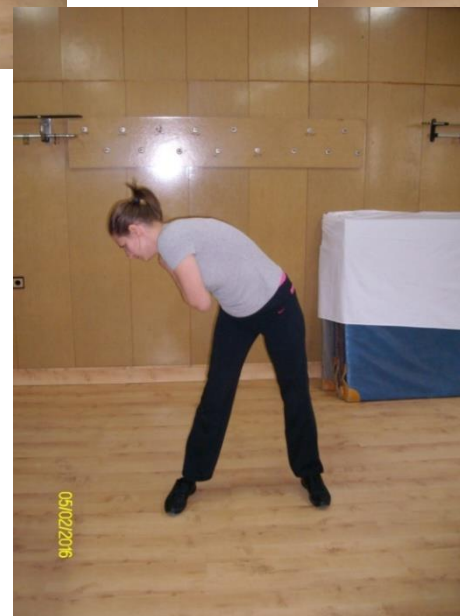
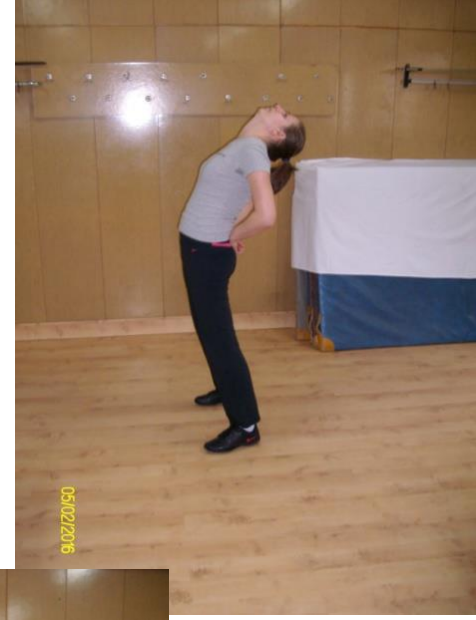


Fig. 2. Strain Pattern

Фасциални меридиани

- Фасциалните меридиани по локализация и посока наподобяват енергийните от КТМ, но са много по-широки (лентовидни).
- След 45 год. възраст молекулите на колагена започват да се рарушават (разпада е по-голям от синтеза).
- Разтягането на фасцията и добрата регенерация на колагена прави индивида здрав, подвижен и красив. Подобрява се качеството му на живот.





Упражнения за разтягане на
меридианите при болки в гърба

