

### Jak zadbać o kręgosłup Twojego Dziecka:

Dziecko rodzi się w pozycji embrionalnej, czasami położna pociągnie leciutko za bioderko i dochodzi do zablokowania stawu biodrowo-krzyżowego powodując skrzywienia kręgosłupa. U dziecka objawia się to w wieku 3-4 lat: nierówne nóżki, koślawe stopy, chód koczy wychylenie miednicy.

Zalecana terapia manualna - jak zadbać o kręgosłup niemowlaka: już w trzecim tygodniu po urodzeniu, po kąpieli kładziemy dziecko na brzuchu, jedna osoba trzyma niemowlaka za rączki pod pachami, druga osoba podchodzi z przeciwnej strony, trzymając niemowlę za bioderka, bierze bardzo powoli otwierając usta, wdech aż do pełnego otwarcia, z równoczesnym powolnym wydechem osoba trzymająca niemowlę za bioderka rozpoczyna delikatne naciąganie aż do wyczucia niewielkiego oporu, zabieg w taki sam sposób powtarzamy 2-3 razy. Jest to naturalna metoda aby Twoje dziecko rosło z prostym kręgosłupem i rozwijało się prawidłowo.



### **Skolioza- Nadmierna lordoza lędźwiowa - kifoza piersiowa**

**Skrzywienia kręgosłupa: skolioza – boczne skrzywienie kręgosłupa.**  
**Zablokowany staw biodrowo-krzyżowy, pochylenie miednicy. Sam możesz zdiagnozować kładąc dziecko na brzuchu uciskając palce stóp w kierunku do głowy, porównaj pięty jeżeli jedna pięta jest krótsza od drugiej świadczy to o tym że jest zablokowany staw biodrowo krzyżowy, aby się tego pozbyć niezbędna jest wizyta w gabinecie Kręg. Objawy: chód kaczy, jedno ramię niżej drugie wyżej, jedna łopatką do tyłu.**

**Nadmierna lordoza lędźwiowa – nadmierne wgięcie w odcinku lędźwiowym kręgosłupa. Objawy: nadmiernie wystający brzuch do przodu.**

**kyfoza piersiowa – garb w odcinku piersiowym kręgosłupa. Objawy: nadmierne wygięcie do tyłu w odcinku piersiowym kręgosłupa.**

Jeżeli w/w skrzywienia kręgosłupa, zauważysz u Twojego Dziecka to możesz się ich bezpiecznie i skutecznie pozbyć korzystając z Autorskiego Procesu Zdrowienia Kręgosłupa, ( najlepiej przed zakończeniem intensywnego okresu wzrostu czyli osiągnięciem 18 –go roku życia), Terapii manualnej kręgosłupa, usuwając **PRZYCZYNE** – dysfunkcje kręgosłupa, złogi i toksyny w mięśniach przykręgosłupowych, zaburzenia bioenergetyczne (przepływy informacji do mózgu) oraz, ćwiczenia usprawniające które pozwolą w warunkach domowych rozćwiczyć mięśnie i więzadła do pełnego zakresu ruchomości w stawach, do normalnego funkcjonowania. Z powodzeniem uniknąć operacji chirurgicznej kręgosłupa oraz uciążliwych a czasami bolesnych ćwiczeń korekcyjnych które w niewielkim stopniu przynoszą ulgę, ale nie pozwalają pozbyć się dolegliwości.

**Wyeliminować CZYNNIK powodujący PRZYCZYNE chorób w organizmie**

- Nieprawidłowa postawa ciała: w miejscu pracy oraz snu wyeliminować pozycje wymuszone  
( wszystkie czynności wykonujemy na wyprostowanym kręgosłupie)



**Duży ciężar powinien być rozłożony na dwie ręce.**

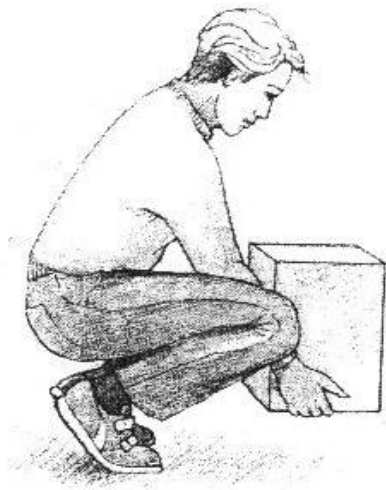


źle

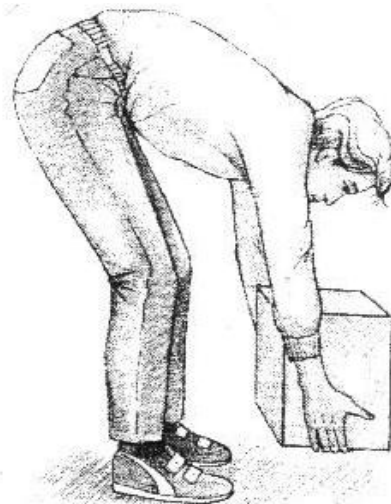


dobrze

**Uczniowie powinni nosić tornistry.**



dobrze

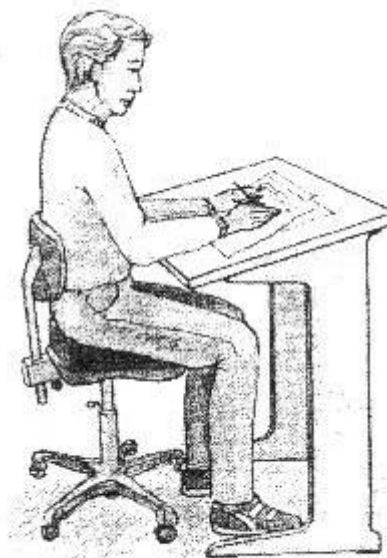


źle

**Podnoszenie ciężarów**



źle

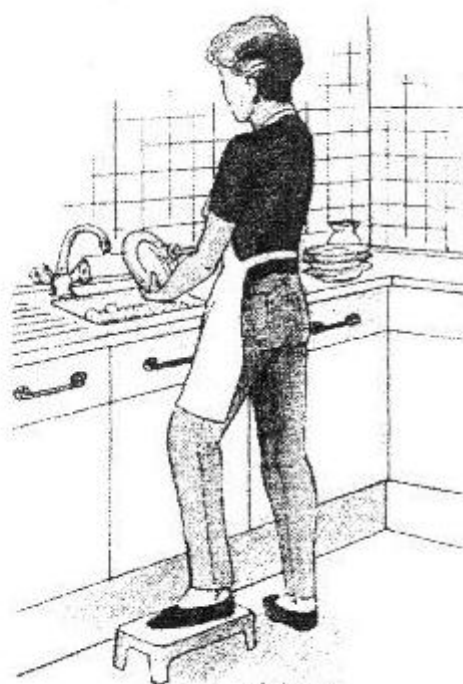


dobrze

### Praca w pozycji siedzącej



źle



dobrze

### Praca w pozycji stojącej



Dostosowanie miejsca snu

- **uraz fizyczny:** unikać ruchów gwałtownych, skrętnych
  
- **stres:** stresu nie jesteśmy w stanie unikać, ale każdy stres powinniśmy starać się rozładować, wyrzucić to z siebie, porozmawiać z kimś, nie zdręczać się, trzeba to sobie wytłumaczyć że to co nas dotknęło to nie jest jeszcze najgorsze, inni radzą sobie z większymi problemami więc dlaczego my mielibyśmy sobie nie poradzić. Aby odreagować stres na co dzień, każdy człowiek powinien na wieczór poświęcić minimum 15 minut na jedną z form relaksu spacer na świeżym powietrzu, taniec, medytacja przy muzyce relaksacyjnej itp. To wtedy bagaż zdarzeń będzie się zmniejszał.
  
- **Oddziaływanie promieniowania negatywnej energii** powoduje zaburzenia przepływu krwi i bioenergii do mózgu i objawia się:
  - stałe osłabienie przy wstawaniu
  - niespokojne sny lub bezsenność
  - zmęczenie umysłowe, otępienie
  - częste bóle głowy
  - chroniczne nieżyty gardła lub żołądka
  - nadciśnienie tętnicze
  - nieuzasadniony stan niepokoju, podenerwowanie.

Jeżeli odczuwasz którąś z wymienionych dolegliwości oznacza to, że możesz być pod wpływem szkodliwego promieniowania. Istnieje potrzeba zainstalowania neutralizatora radiestezyjnego szkodliwego promieniowania.

**Zadbaj o zdrowie Twojego dziecka!**