

## HVAD ER BINDEVÆV.

Bindevæv er en af kroppens 4 vævstyper og den kan inddeles i undertyper, og det kan du læse mere om ved at klikke på billederne.

Bindevævet er en klassificering af en vævstype. Det vi er interesseret i ved bindevævsmassage, er det væv som omslutter især muskulaturen og organerne. Bindevævet om muskler og organer er som en pose der omslutter hele din krop fra toppen af dit hoved til dine fødder. Det ligger ligesom i lag mellem muskler og knogler, det holder sammen på hele legemet. Strukturen for det sunde væv er smidig og glat med fibre der for det meste er strukturerede og ensrettede. Der er forskel på tykkelsen af bindevævet afhængig af hvor det sidder.

Man er blevet klar over, at bindevævet er som et stort sanseorgan og ikke som tidligere, hvor man opfattede det som en slags tom "pose", der kun var funktionel. Er bindevævet tørt og stift kan det sammenlignes med en dykkers våddragt. Er dragten tør er det indlysende, at det er svært at bevæge sig, det samme gælder kroppens "våddragt", bindevævet.

## NY VIDEN OM BINDEVÆV

Der kommer hele tiden ny viden på alle områder af lægevidenskaben. Noget man før troede var den fulde sandhed, viser sig ofte at være mere kompliceret end man havde forestillet sig. Det gælder også for vores bindevæv. På plancher over vores krop er bindevævet tit ikke afbilledet, enten fordi det har været vanskeligt, eller er fjernet med vilje for at vise organer og muskler tydeligere. Derved er også betydningen gjort mindre helt ubevidst og interessen for noget man ikke kan se er jo begrænset.

Det viser sig imidlertid, at bindevævet er at betragte som et organ med en kompliceret struktur af nerveenden. Ligesom huden kan betragtes som den ydre "pose", så er bindevævet om muskler og organer den indre "pose". Lad os sige du vågner om morgenen og føler dig usmidig og uoplagt, stiv i lemmer og led. Du har ondt et sted i ryggen og tænker måske du har forstruget en muskel eller lavet en forkert bevægelse. Det er muligt det skyldes en muskel, men det er absolut også muligt, at det skyldes bindevævet omkring musklen.

Den nye indsigt i bindevævet funktion og betydning giver god mening med den måde jeg udfører bindevævsmassage på. Hvad nytter det at massere en muskel hvis problemet ikke ligger her?

## HVORDAN BEHANDLES

Fibromyalgi og piskesmæld er alvorlige lidelser, som læger ofte står magtesløse overfor. Patienten har smerter i store områder og det giver forringet livskvalitet. Skader efter trafikuheld giver for mange mennesker alvorlige sociale og familiemæssige konsekvenser. Derfor er efterbehandling meget vigtigt.

Hvordan foregår behandlingen hos mig?

Klienten ligger på briksen, og afklædes på det område der skal behandles. Der er tale om en behandling på specifikke områder af kroppen, der hvor smerterne udspringer. Med en såkaldt fladebehandling, stimulerer jeg bindevævet dybere og dybere og på den måde smidiggøres vævet langsomt. Patienten får en lindrende følelse.

Årsager til fibromyalgi kan til dels skyldes stresshormon eller at skjoldbruskkirtlen ikke fungerer optimalt, nogle mener der er en sammenhæng med det og smerter fra bindevævet. Derfor planlægger jeg sammen med patienten en strategi for fremadskridende behandling og råder nogle gange til forbedret kost og livsstil.

Jeg har i mange år oparbejdet en erfaring med bindevævsmassage og har mange gode resultater. Hvis du kontakter mig, kan jeg måske også hjælpe i din situation.

Lene Jonsen, Telefon/SMS 26 27 31 99