

---

## Posturologi - hvad er det?

---

**Denne videnskab og neurofysiologi er ikke særlig kendt i Danmark.**

Posturologi er beskrivelsen og behandlingen af menneskets positur / position eller et mere almindeligt ord; stilling. Det posturale system/ de posturale muskler kaldes også holdningsmuskler og er de muskler, der "holder os oppe". I de følgende artikler vil et af DSF's medlemmer og hendes behandler fortælle om Posturologi og erfaringer med dette som skoliose patient.

### Skoliose og posturologi

45 graders skævhed i rygsøjlen mellem skulderbladene – det var meldingen, da jeg første gang fik taget røntgenbilleder som 14-årig. Det var en idiopatisk skoliose, men på trods af lægernes anbefaling, valgte jeg ikke at få en operation. Jeg følte, at jeg skulle være en prøvekanin, og samtidig oplevede jeg kun en smule træthed i ryggen, når jeg havde siddet længe i samme stilling. Der var ingen hjælp at hente hos lægerne, når jeg ikke ville opereres. Derfor har jeg afprøvet forskellige former for alternative behandlinger, blandt andet zoneterapi, akupunktur og kinesologi, som for mig alle har virket lindrende på spændingerne i ryg og nakke.

I dag er jeg 27, og de sidste ti år har jeg været glad for en kombination af posturologi og akupunktur. Første gang jeg var til behandling, skulle det testes, hvordan jeg gik og stod på mine fødder. Det viste sig, at der var

stor forskel på fødderne, når jeg gik. Til sidst fik jeg lavet såler til mine sko. De ser ikke ud af noget særligt. Det er en skindsål med nogle små stykker skind forskellige steder ovenpå sålen. Men selv om de ikke ser ud af noget særligt, er det dem, der gør forskellen. De har givet mig støtte til ryggen, mens akupunkturen har virket smertelindrende. Uden posturologi-sålerne føler jeg, at ryggen glider til højre. Man kan se tydelig forskel på, om jeg står på dem eller ikke.

Mit bækken er efterhånden næsten rettet op, og jeg har helt glemt, at jeg havde en lille skævhed i lænden. Med det blotte øje har skævheden mellem skulderbladene ikke ændret sig, hverken til det bedre eller til det værre. Jeg overvejer dog at få taget et nyt røntgenbillede, så jeg kan være helt sikker.

Skrevet af Ane Bentsen – DSF medlem

### Posturologi

Posturologi er kort fortalt beskrivelsen og behandlingen af den menneskelige positur/kropsholdning. Metoden er udviklet af den franske læge Michel Marignan, og er anerkendt af universiteter i USA, Frankrig og Italien. Posturologien bruges hovedsagligt af tandlæger og speciallæger, men også få alternative behandlere, fysioterapeuter, ergoterapeuter, tandlæger og læger i Danmark, Norge og Sverige kender til behandlingsformens mange muligheder.

Basisviden om det posturale system er grundpensum på alle overnævnte uddannelser. Det, der gør posturologimetoden unik, er den reelle mulighed for at behandle symptomerne og finde årsagen, som giver fejlsignaler med medfølgende gener i det posturale

# Sundhed

Posturologi



system. Posturologi tager udgangspunkt i regulering af øjne, kæber og fødder, der via neurologiske signaler informerer hjernen om kropsholdningen. Skævheder og spændinger i disse områder påvirker gensidigt hinanden, og vil med tiden udvikle sig til bl.a. smerter forskellige steder i kroppen.

Hverken vilje, massage eller træning kan permanent løse muskulære problemer med posturologisk oprindelse, idet at hjernen skal stimuleres med nye informationer for at ændre adfærd. Øjenspændinger kan være forårsaget af forkerte briller, monotone arbejdsstillinger og traumatiske hændelser. Kæbespændinger kan skyldes dysfunktion i biddet som følge af for høje tandfyldninger, proteser og stifttænder, der sidder forkert samt skjulte betændelsestilstande og slag fra traumer. Fodproblemer skyldes ofte forkert fodtøj og skæve fodstillinger som platfod, hulfod, valgus (når man går på indersiden) og varus (når man går på ydersiden). Hos Aku-Zonen (Kim Haugaards klinik . red) kortlægges den enkeltes posturologiske situation ved hjælp af en fodscanner og forskellige manuelle tests. Hvis forstyrrelsen stammer fra øjet, behandles med auriculoterapi, akupunktur, magnetterapi og øjenøvelser. Stammer forstyrrelsen fra kæben, behandles der også med auriculoterapi, akupunktur og magnetterapi, eller

man må en tur til tandlægen for at få tjekket bidefunktionen. Skyldes forstyrrelsen et fodproblem, kan særlige indlæg i skoene være løsningen. Alle tre områder øjne, kæbe og fødder behandles samlet eller hver for sig alt efter årsagen til det posturologiske problem.

Klassiske eksempler og symptomer på posturologisk årsager: Øjenproblemer - samsynsbesvær, orienteringsbesvær, svimmelhed, hovedpine, angst især orienteringsangst, læse og fokuseringsproblemer, uforklarlig hjertebanken og åndedrætsbesvær, mv. Dysfunktion af biddet - stort set alle hovedpiner, tandsmerter, trigeminusforstyrrelser, søvnproblemer, lettere depressioner, vandre smerter, smerter i øvre del af ryg og nakke, uforklarlige mavesmerter, tilbagevendende smerter som ikke lader sig behandle lokalt mv. Asymmetrisk fodstilling - hofte, lyske, knæ smerter, gigtlignende smerter og symptomer, forfodssænkning, platfodet, gangbesvær mv. □

Skrevet af:  
Acupuncturist & Electrical Researcher  
Kim Haugaard

Til venstre uden såler.  
Til højre med såler.  
Foto af Alexander Rasmussen

