

מתוך מדריך הסדנא – חומר נוסף

מערכת הלסת – מערכת הלסת מורכבת בעיקר מעצמות, רצועות, שרירים ועצבים.
עצמות – מפרק הטמפורמאנדיבולר מחבר את עצם המאנדיבאל לשתי עצמות הטמפורל הנפרדות. מכיוון שכך, המפרק עובר בחיבור ובשילוב עם העצמות ומשפיע עליהן.
מפרקים – המפרק הסינובאלי, המכיל 2 חללים המופרדים ע"י דיסק, מאפשר את חופש תנועת המפרק. פתיחה קדמית, צידית וסיבובית. שטח המפרק מכוסה בריקמה סיבית וסחוס המונעים הישחקות המפרק. הנוזל הסינובאלי משוחרר בתוך שני החללים על מנת להגן על המפרק.
דיסק תוך-מפרקי – דיסק אובלי זה נכנס בין 2 עצמות המפרק, מתחבר ע"י רקמות ומונע את הישחקות העצמות. הוא עבה יותר בחלקו האחורי, על מנת למנוע מהלסת לנוע קדימה מידי ולעזור לעצמות לזוז אחורה כשהמפרק נלחץ ע"י לעיסה או סגירת הפה. לדיסק יש עורקים וסנסורים ראדאריים ועצביים המאפשרים שליטה על פעולת הלסת.

רצועות – הדיסק מוחזק חזק ומיוצב ע"י רקמות מחברות. הרקמה מחברת את שריר הלטרל טרגויד בחזית אשר מושך את הדיסק קדימה כשהשריר מתכווץ, ומתחבר גם לרטרו-דיסקל מאחורה אשר מושך את הדיסק אחורה כשהשריר נרגע. רצועות משני הצדדים, מחברות את הדיסק ללסת, כך שהפה נפתח ונסגר הדיסק זז קדימה ואחורה ומאפשר ללסת להחליק מעל משטח הטמפורל.
שרירים – השרירים העיקריים הם – המססטר, הטמפוראליס, מדיאל ולטראל טרגויד, סטרנוקלידומאסטויד, דיגאסטריקוס והטרפז העליון.

עצבים – העצב העיקרי המשפיע על השרירים, רצועות והמפרק הוא העצב הטריגימינאלי על חלוקתו ל-3 שלוחות כמו מניפה, ועוד קישורים פנימיים נוספים עם מערכות עצבים נוספות. הוא העצב הגדול בהיקפו במערכת העצבים הגולגלתית. הוא יורד לחולייה סי 2 ומשם נפתח ל-3. הוא מקבל היזון ומידע מהלסת דרך המססטר, טמפוראליס והטראגוידס. הוא נותן פקודה מוטורית (תנועתית) לשרירי הלעיסה. שלוחתו אל עצם המנדיבולר קשורה באופן אינטימי לשריר הטרגויד המחובר ישירות ללסת.

חוסר איזון בלסת – סימפטומים וסיבות אפשריות

סיבות אפשריות – חוסר יכולת לפתוח באופן מלא\חלקי את הפה, או לסגור אותו * כאבי לסת * אלרגיות * קושי, רעש או כאב כשלועסים, פותחים סוגרים או מזיזים את הלסת הצידה * תחושות לא רגילות בתזוזות הלסת הצידה * חריקות או נעילות לסת * לסת כואבת כשמתעוררים * מפרק הלסת כואב כשמתעוררים * מפרק הלסת כואב בנגיעה * ברוקסיזם * קשיי למידה * כתפיים לחוצות * כאב בשלח לפני, צוואר, ראש, עיניים, אוזניים, עמוד שידרה, כתפיים, ירכיים, ברכיים, קרסוליים וכפות רגליים. צפצופים ולחץ באוזניים * סחרחורת * ראייה מעורפלת * מיגרנות * כאבי ראש * קשיי בליעה * שיניים מתפוררות * כאבי שיניים * בעיות עיכול * בעיות בשלפוחית השתן * הרטבת לילה * נפילת רחם * בעיות פרוסטטה * כאבי גדילה * שבר (קילה) * מערכת שרירים תגובתית.

סימפטומים אפשריים – תאונת דרכים * צליפת שוט (וויפלאש) * לחץ * מכה בראש או בלסת * טיפולי שיניים – לסת פתוחה יותר מדי זמן * כח המופעל בעת עקירת שן או זריקת הרדמה לתוך שרירי הלסת. עקירות שיניים רבות בעיקר אצל ילדים * אם בעבר היית אי פעם בלחץ קיבלת מכה בלסת או חווית אירוע מהרשימה לעיל, אפילו בתור ילד, שרירי הלסת אולי נלחצו והתהדקו והם עדיין בחוסר איזון משמע שהלסת עדיין לחוצה .

לאחר ה-ריסט הלסת חוזרת למקומה המקורי ומשחררת את כל שרירי הגוף. חוסר איזון בלסת משפיע על כל הגוף.

אנרגיית ריפוי (הילינג) – אנרגיית ריפוי עשויה לאזן אנרגיה דרך חדירה לויברציה. אם השריר לחוץ מידי (הייפר טוניק) האנרגיה עשויה להרגיע את השריר. אם השריר עייף וחסר כח האנרגיה עשויה להביאו למצבו האופטימלי. השרירים והרצועות מסביב ללסת צריכים להיות באיזון מושלם.

אנרגיה אוניברסלית זורמת דרך ידיה של המטפלת. האנרגיה המאוזנת הזו, שנשלחת, משפיעה על כל תא, אטום או חלקיק אטום. הגוף יכול להשתמש באנרגיה לאזן את עצמו מחדש. זה מוכח מדעית שהאנרגיה מידי המטפלת חודרת לויברציית הגוף בהתאמה לצרכי המטופל/ת.

כשמאזנים אנרגטית ב-ריסט, האנרגיה יוצאת בצורה הכי מרוכזת דרך קצות האצבעות בתנוחות 2 ו-6. כשמטענים עם כל כף היד, כפות הידיים צריכות לכסות את מרכז האיזור והאצבעות צריכות להיות יחדיו.

כיצד שיטת הריסט עובדת?

הלסת משפיעה על הגוף כמכלול. הכולל את השלד, מערכות השרירים, עצבים, מרידיאנים, ונוזלים.

1. דרך הרגעת שרירי הלסת המפרק מתאזן. בגלל תפקידה המרכזי של הלסת באיזון עמוד השדרה והמוח היא משפיעה על איכות הפיזיק של מערכת המוח והשרירים. הלחץ הקל ביותר על הלסת יכול לשנות את איזונה הטיבעי ולשלוח מסרים אלקטרוניים מבולבלים לכל מערכות הגוף.
2. העצב "הטריגימנאל" הוא העצב הגדול של העצבים הקרנליים, מהרדאר העיצבי, לחוליה סי 2 ואז לשאר הגוף. בצורה מורכבת ומשוכללת של שיטת העברת מידע, דרך העצבים העוברים בתוך הלסת. שרירי הטמפוראליס, מססטר והטרנוד. הם מחוברים ללטרל טרנוד, ולכל המערכת הקרניו-סקראל כך שכל חוסר איזון בלסת ישפיע על כל הגוף. למרכז מערכת הטריגימינל, יש מספר תת מערכות עם עוד מערכות עצבים. אחת מהן היא ראס. שהיא מערכת הגנה והישרדות של הגוף ויוצרת לחץ על שרירי המסטיקטיון (מסטיק=לעיסה), עמוד השדרה, חוט השדרה עד אגן הירכיים. על מנת להחזיק ולייצב את הפנים והראש ביחד.

במקרה של תאונת דרכים, שרירי הלסת יתהדקו כדי להגן על המוח ועמוד השדרה, תגובה שד"ר קארל פרארי קורא "לסת מגינה". הלחץ והמתח הריגשי עלולים להיות עדיין מאוחסנים בשרירי הלסת כעבור שנים לאחר הפגיעה ולגרום ללסת לחוצה.

ריסט תאזן גם את השרירים הלחוצים וגם בדרך כלל תשחרר רגשות הלחוצים כבר הרבה זמן בתת מודע.

3. מערכת זרימת האנרגיה של הגוף מופתה ע"י מרידיאנים בשיטת הדיקור הסיני המרידיאנים - בטן, המעי הדק, המעי הגס, כיס המרה וטריפל וורמר עוברים דרך השרירים המקיפים את הלסת ישנם 14 מרידיאנים המקבילים ל-42 שרירים (לפי טאץ פור הלסת) כ-90% משרירים אלו יכולים להתאזן דרך ריסט.

4. מחקרים מדעיים בקניסילוגיה הראו שהטענת שרירי הלסת מאזנת את שרירי הסואס והסרטרויס הקשורים לכליות ובלוטות האדרנלין, ומאפשרים לגוף לנצל את משאבי המים ביעילות רבה יותר. מכיוון שגופנו מושתת על מים, כל המערכות בגופנו יעבדו טוב יותר.

5. ג'ון אפלדג'ר קובע בספרו שנמצא קשר ישיר בין מערכת הלסת עצם הספנויד וחוליית האטלס. כל הידוק של שרירי הלסת עלול לגרום לסיבובה של עצם הספנויד. הספנויד הוא המפתח או הקולב שעליו תלוי עמוד השדרה. איזון הלסת יסייע בשחרור מצבים כמו כאבי ראש, צוואר ועד לגב התחתון.

ריסט עזרה ב-

תגובה אלרגית לתחליב שיזוף * שיגרון במשך 30 שנה * לאחר רופא שיניים חוסר יכולת לפתוח את הפה * הרטבת לילה * ילדים-לחץ כאבי בטן וחוסר שינה * תשישות * חריקת ולחיצת שיניים * לסת מרעושה במשך כמה שנים * חוסר יכולת לפתוח את הפה במשך שנתיים לאחר ניתוח לעקירת שיניי בינה * כאבי צוואר וכתפיים * מחטים וסיכות * בעיות עיכול * פיברואמליגיה (פירוק סיבי השריר) * כאבי ראש וסינוסים במשך מס' ימים * שמיעה שנחלשה * מיגרנות ללא ישועה אפילו ממשככי כאבים * סד לילה וגשר לאחר 5 שנים ללא שינוי בלסת * כאב חריף בלסת שהקרין לכאב בצוואר ובכתפיים עד לשינוי ביציבה * קשיי למידה אצל בני נוער * כאבי סינוס שנעלמו לאחר שני טיפולים בלבד.

מתוך עדויות מטפלים ומטופלים -

"הבדל ענק בגב וצוואר, כמו כן שיפור יכולת הריכוז" * "תנועת הלסת חופשיה באופן מפתיע" * "במשך הטיפול עצמות הגולגולת והלסת השתחררו ונרגעו" * "לימדתי את הלסת שלי לשחרר לחץ" * "רגיעה לאחר ביקור אצל רופא השיניים" * "השיניים התותבות יושבות בנוחיות בפה. יש רגיעה בפנים." * "יותר קל לשחרר רגשות עצורים ולטפל בהם." * "מצויין לטיפול בשיגרון וראומטיזם" * "דרך שחרור של שרירי הלסת שרירי הגב התחתון התחזקו" * "שינה טובה, כתפיים משוחררות" * "לאחר שימוש בסמים שחרור וניקוי הגוף." * "מסג'יסט-הלוקחות מרגישים רגיעה גדולה בגוף" * "שינה טובה, רגיעה ביום הכאב בלסת נעלם." * "הרבה לקוחות דיווחו על שחרור והקלה בכאבי צוואר גב וקרסוליים."