

# Чек лист: Причины боли в спине

Скелет человека состоит из более чем 200 костей и 600 мышц. В головном мозге есть центры, воспринимающие схему скелета и его положения в пространстве. Они также взаимодействуют с центрами эмоций и сознания.

## ПРИЧИННЫЙ УРОВЕНЬ: ЭМОЦИИ

**ШЕЙНЫЙ ОТДЕЛ.** Вы упрямые и непреклонны, не хотите смотреть на проблемы с разных сторон, имеете сильное желание все контролировать.

**ПЛЕЧЕВОЙ ПОЯС.** Вы берете на себя слишком много обязательств и не можете их вовремя выполнить. Вы сидите в неправильном положении и слишком много напряженно работаете за компьютером.

**СУТУЛОСТЬ.** Вы потеряли оптимизм, огорчены и разочарованы. При этом опускаются голова и плечи, весь позвоночник наклоняется вперед.

**ГРУДНОЙ ОТДЕЛ.** Вы чувствуете потерю и утрату, вас никто не любит, не поддерживает. Страх любить, отсутствие любви к себе. Повышенная тревожность, страх за будущее, гнев на жизнь, позиция жертвы, отказ принимать ответственность на себя и проявлять инициативу.

**ПОЯСНИЦА.** Вы чувствуете страх потерять деньги, отсутствие финансовой стабильности, страх за карьеру, потерю чувства безопасности, бессиление, крах иллюзий, одиночество. Отрицание своей сексуальности, отказ от секса, неспособность наслаждаться жизнью.

**КРЕСТЕЦ.** Вы храните старый гнев, вам не хватает силы и моци. Вам не хватает жизненной устойчивости, есть страх идти вперед, отсутствие цели, к которой хотелось бы идти.

## ТЕЛО: ФИЗИЧЕСКИЙ УРОВЕНЬ

- Головные боли, хроническая усталость, ослабление слуха, хронический ринит, фарингит, тонзиллит, заболевания щитовидной железы.

- Напряжение мышц затылка, боли в плечах, в предплечье и кисти, чувство онемения в пальцах рук.

- Кашель, бронхит, астма, нарушения дыхания, аллергии, хроническая усталость

- Нарушения сердечного ритма, страх, артриты, ослабление защитных сил организма, иммунодефицит, патологии ЖКТ, сахарный диабет, ЖКБ, заболевания почек.

- Проблемы пищеварения, варикозное расширение вен, нарушения менструального цикла, заболевания почек, импотенция, бесплодие, проблемы в области малого таза, хронический запор, боли в ногах и ступнях.

- Ишиас, проблемы в области малого таза, хронический запор, боли в ногах и ступнях.

Около 90% населения планеты страдает болями в спине длительное время. В большинстве случаев врачи пытаются лечить их, исходя из представлений о механической причине боли, не отдавая отчета в том, что корни проблемы могут быть в отрицательных эмоциях.