



# KAS HOBUNE VAJAB KRANIOSAKRAAL- TERAAPIAT

TEKST: **JAANUS NÕGENE, KADRI TAMMISTU,**  
FOTOD: **AGO RUUS, ERAKOGU**

Väljend *kraniosakraal* on pärit sõnadest *cranium* (ld k pea) ja *sacrum* (ld k ristluu). Kuigi kõla poolest võiks ristluu tähendust kandvat osa sõnast siduda sakraali ehk saladusega, jääme siiski selle argisema tähenduse juurde.

**K**raniosakraalteraapia on osteopaatia haru, kuid selle õppimine on lihtsam ja odavam. Kumb ravi on sobivam, jääb kliendi otsustada. Nagu öeldakse – ühele meeldib ema ja teisele tütar.

Kraniosakraalteraapia keskendub ajuvedeliku ehk liikvori liikumisele. Pea ja ristluu on liikvori liikumise kõige nähtavamate ja aktiivsemate piirkondade algus- ja lõpp-punktid. Ajuvedeliku liikumine ei piirdu ainult seljaajuga, vaid see suundub närvide kaudu kogu kehasse, sealhulgas kõikidesse luudesse ja siseorganitesse.

Organismi tervise ja tasakaalu eest hoolitsevad keha erinevad rütmid. Infot liigeste ja siseorganite seisundist annab ning liikvori kaudu mõjutab nende tervist kraniopulss.

See on rütm, mis on kehas kõikjal – liigestes, luudes ja siseorganites. Mõnes kehapiirkonnas on kraniopulss paremini jälgitav kui teises. Enamtuntav on see suurtes luudes ja lülisambas. Kraniopulssi nimetatakse ka keha primaarseks hingamiseks ning see häirub traumade ja haigusseisundite korral.

Kraniosakraalterapeudi ülesandeks on kraniopulss leida, hinnata selle iseloomu ning vajadusel mõjutada. Terapeut saab infot patsiendi kehas. Keha traumamälu võib viia isegi kuni sünnihetkeni. Seega mäletab keha asju, mida patsient või loomaomanik ise enam ei teadvusta.

Praktikas on tulnud ette juhuseid, kus inimese mälu on vägagi lühike. Kord leidis Jaanus Nõgene hobuse esijalast selgeid probleemipiirkondi ja kui omanikult asja kohta päritud sai, kostus vastuseks, et „paar kuud tagasi



## KRANIOSAKRAAL- TERAAPIA AITAB HAIGUS- TEST JA TRAUMADEST TAASTUDA

oli küll kõlusevigastus, aga nüüd on loom terve". Kindlasti peab meeles pidama, et iga trauma ja vigastus jätab kehasse paratamatult maha jälje ja traumajärgsed vaevused võivad ilmnedas alles aastate pärast.

Kraniosakraaltehnika abil on võimalik traumade paranemist oluliselt kiirendada ja vähendada ka tüsistuste tekkimise võimalust. Siiski ei tehta teraapiat vahetult pärast traumas. Näiteks koos hobusega kukkumisel võiks ratsaniku luud enne kraniosakraalteraapiat kokku kasvada ja ka hobuse haavad pisut paraneda.

Kraniosakraalteraapia mõju kestab 4-6 nädalat ja eriti tihedamini polegi seda vaja teha. Erandina võib sagedasem ravi vajalik olla ägedate haigusseisundite nagu näiteks koolikute puhul. Teraapia järgselt tuleb hoiduda pingutustest ja ka massaažist. Pärast paaripäevast puhkust saab hobust küll liigutada, aga tuleb valmis olla ka lihasvalu tekkeks, mis pikendab taastumisaega.

Lihased jäävad valusaks umbes 5% patsientidest. Võib öelda, et tavaliselt tekib lihasvalu eriti tundlikel loomadel. Tundlikkust on aga enne teraapiat raske kindlaks teha ja seetõttu ei ole mõistlik alustada esimese teraapia-seansiga vahetult enne võistlusi. Arvestada võiks umbes 4-5 päevase treeningpausiga.

Järgmine kord räägime Bemer veresoone-teraapiast.

### MINU KOGEMUS

AGNES OSA

Kaks aastat tagasi suve hakul hakkasid minu hobusekarjas ära pudenema väikesed varssad.

Oli üks igati terve ja tore täkkvarss Romeo, kes paistis silma sõbraliku loomu ja uhke olekuga. Vars oli juba kuukese elanud, kui ühel hommikul avastasin poisi pea püsti lamamas ja seda kohas, kus kari tavaliselt ei pikuta, nimelt joogianumate juures. Lähemale minnes oli ta lamavas asendis edasi ja vaatas mind ikka püstipäi oma suure silmadega, kuid imelik oli, et ta üles ei tõusnud. Varsad ei jää ju tavaliselt ootama, vaid tõusevad inimese lähenedes krapasakalt püsti. Ka varsa ema oli eemal.

Mõistsin kohe, et midagi on väga viltu, jooksin talli juurde käru järele ja palusin meestel varsa käru peale tõsta. Viisin ta koos mägaga ära boksi. Minu hirmud said tõeks ja varss ei saanudki enam püsti! Olin ahastuses, sest sel hetkel olid kõik lähedased veterinaarid kusagil ära ja sain meist kaugemal elava tohtriga konsulteerida ainult telefoni teel. Arst kahtlustas seleenipuudust. Loomulikult pole telefonitsi just kõige õigem diagnoosi



panna, aga seleenisüst sai tehtud. Tulemust see aga see ei andnud.

Käisin varssa iga kahe tunni tagant söötmas. See nägi välja nii, et panin suure froteerätiku tema esijalgade alt läbi ja tõstsin poisi mära nisani. Hea, et tegu oli väikese-kasvulise eesti hobusega. Suure hobuse varsaga poleks ma sellist söötmist jõudnud kuidagi läbi viia. Romeo sai aga kiiresti selgeks, kuidas asi käib.

Minu katsed märalt piima välja lüpsta ja varssa pudeliga toita ei kandnud vilja. Romeo keeldus lutist, niheles mära kõhu alla ja andis mulle pea viipamisega mõista, et ma teda tõstaksin. Ütle siis veel, et hobused on rumalad! Ega ikka ei ole küll. Sedasi söötisin teda umbes viis päeva. Varss ei võtnud ikka jalgu alla.

Kui ma teda piisavalt kõrgele tõstsin, hakkas ta ühel hetkel toetama esijalgu ja viis keharaskust ka tagajalgadele, kui olin need enne õigesse asendisse sättinud. Varss küll seisis ja isegi kõndis, kuid ise püsti ei saanud. Siis hakkasin taipama, et see ei ole mingi haigus, vaid hoopis karjas mingitel asjaoludel (nagu hammustus või löömine) tekkinud närvi kahjustus või põletik. Kohe meenus ka, et mu ema sai käe närvivalu puhul abi nõelravist.

Tegin internetis natuke uurimistööd ja leidsin Jaanus Nõgese kontaktid, helistasin talle ja ta oli nõus varssa vaatama tulema. Jaanust esimest korda nähes teadsin kohe, et see inimene oskab teha imesid! Nii oligi ja ma ei pidanud peetuma. Varsakesele sai peale pandud spetsiaalne vereringet stimuleeriv tekk, tehtud nõelravi ja kraniosakraalteraa-

piat. Raviseansi toetuseks jättis Jaanus meile homöopaatilisi terakesi.

Terapeudi lahkudes jäi Romeo meist püsti ja kui ma öösel vaatama läksin, et vajadusel teda sööma tõsta, siis oli ta oli ikka veel jalul! Mõtlesin – olgu, hommik on õhtust targem. Aga ka järgmisel hommikul oli varss jalul ja viisin juba tallisolemiseks rahutuks muutunud mära koos varsaga väiksemasse koplisse, kus mul oli neid lihtsam jälgida.

Märale see piiratud liikumisvõimalus ei sobinud, ta oli valmis kasvõi karjusest läbi minema, peasi, et teiste juurde saaks! Mis seal ikka – saatsin nad siis suurde koplisse. Lõuna paiku helistas üks tuttav, kes oli läinud talli varssasid vaatama. Pärisin temalt ka Romeo kohta, mille peale too vastas, et Romeo lamas koplis, aga inimese lähenedes oli ta jalgadel kui välk ja kohe oma ema seljataga. Ühesõnaga – temaga oli kõik korras!

Olin sel hetkel Jaanusele südamest tänulik ja väga rahul oma valikuga proovida tema poolt pakutavat teraapiat kombineerituna nõelraviga. Olen oma tallis teraapia-usku nakatanud ka mitmed erahobuste omanikud, kes nüüd oma hobuseid regulaarselt Jaanuse visiidiga röömustavad. Tulemustega on rahul nii loomad kui nende omanikud. **H**

# Eggersmann

Minu hobuse toit

KAITSE-  
MEHHAANISMID

HEAOLU

ELUJÕUD

MEIE KAITSEKILP  
SINU HOBUSELE



TASAKAAL

LOODUSLIK  
TASAKAAL

## EDU

saab alguse  
toitmisest!

MOTIVATSIOON



# E

+372 50 66 309  
www.eggersmann.ee