

Ont, det gör ont - det kan vara atlaskotan

Huvudvärk, problem med balansen eller cirkulationen? En snedställd kota kan vara boven. Djup massage och lätta tryck lindrar. HÄLSA testade nya metoden Atlantotec.

TEXT CATARINA ROLFSDOTTER-JANSSON FOTO DAN COLEMAN

PROBLEM MED balansen, cirkulationen, matsmältningen, värk, för högt blodtryck eller en whiplashskada – allt går att avhjälpa genom en justering av atlaskotan, enligt förespråkarna.

Behandlingsmetoden, som är utvecklad i Schweiz, heter Atlantotec. Cirka 10 000 terapeuter i världen har specialiserat sig på tekniken. Gert och Gunilla Eriksson, som fick sina diplom efter utbildning av schweiziska Atlantotec 2008, är de första i Sverige.

– Det finns de som har provat allt och är på väg att ge upp, säger Gert Eriksson, när vi träffas på Atlantotec i Kungens kurva, utanför Stockholm.

Gert och hans hustru Gunilla har i två år hjälpt människor som inte hade en aning om att deras atlaskotor satt snett. De utbildar nu fler atlastekniker i Sverige i metoden som normalt bara kräver två smärtfria behandlingar.

DET FÖRSTA GERT GÖR vid besöket på Atlantotec är att visa mig en modell av ett kranium och den övre delen av kotpelaren. Atlaskotan är den första kotan i ryggraden som sitter ganska fast intill skullbenet och är svårt att justera med traditionell kiropraktik.

Det speciella med atlastekniken är den massage som mjukar upp musklerna så mycket att kotan går att justera utan våld, med enbart lätta tryck med teknikernas tränade fingrar och speciella massageutrustning.

– Man kan ha en felställning på två till åtta grader i sin atlaskota i förhållande till skullbasen, vilket gör att musklerna får arbeta hårt för att försöka skapa balans. Felställningen är så liten att den inte ens behöver synas på röntgen.

– Ändå kan svåra besvär uppstå om kotan trycker på viktiga nerver, till exempel vagusnerven som påverkar hjärtat och magen. Musklerna blir läderartade efter en tid. Men behandlingen mjukar upp dem så att felställningen kan rättas till. Det är mycket individuellt vilka muskler som är spända i nacken, förklarar Gert.

EFTER ATT HA Fyllt i ett frågeformulär om min hälsa, känner Gert varsamt igenom min nacke med sina fingertoppar. Han konstaterar att min atlaskota sitter tre grader snett, vriden åt vänster. Det bör förklara märkliga symptom, främst i min vänstra arm. Orsaken är troligen en gammal whiplashskada, en ridolycka och en cykelolycka. Men det också

bero på en skada från min födsel, vilket inte är ovanligt.

– Många får inte problem för att de har en felställd kota sedan födseln, men sedan kan en olyckshändelse förvärra felställningen och utlösa olika problem, säger Gert.

Efter undersökningen är det dags att bli fotograferad. Med fötterna i exakta positioner på en platta intill en vägg med streckmarkeringar ska jag stå rakt. Gert ställer sig bakom kameran som projicerar en röd laserstråle längs min kotpelare.

SEDAN FÅR JAG SÄTTA MIG på en pall med ryggen tänt intill väggen. Gert mäter hur långt jag kan vrida mitt huvud åt respektive håll. Så får jag stå på mitt högra ben. Så får jag stå på mitt vänstra ben. Så får jag lägga mig på mage på ett sätt som känns bra. Gert mäter hur mycket vikt på båda benen. Det visar sig att jag i själva verket står med fem kilos ökat tryck på mitt högra ben.

Nästa steg i behandlingen är att jag får lägga mig på mage på en brits. Nacken och övre delen av ryggen blir uppvärmd av infravärme som strålar från en apparat som sänks ner från taket. Samtidigt ökas cirkulationen ytterligare genom ett magnetfält i specialmadrasen under mig.

Värmen ger mig skönt avslappnad och redo för nästa steg: Massage med speciella Atlantotecstavar. Stavarna vibrerar med olika frekvenser. Musklerna anpassar sig efter frekvensen och svänger med, vilket gör att de inte slappnar av helt och hållet.

GERT ARBETAR FRAM och tillbaka med stavarna längs övre halvan av min kotpelare. Det är skönt och jag känner hur muskelspänningarna släpper. När han bedömer att jag är tillräckligt mjuk i musklerna får jag sätta mig upp på en pall, luta mig med pannan mot hans bröst och få ytterligare massage. Det märks tydligt var spänningarna sitter som djupast. Under massagen justeras sedan min kota med små rörelser som knapp känns. Gert kontrollerar och masserar lite till. Sedan får jag stå på mitt högra ben igen och vi konstaterar att min viktbalans nu är helt jämn.

Efter att åter ha blivit fotograferad får jag jämföra före- och efterbilderna i Gerts dator.

– Här ser du hur du före justeringen hade höger höft något uppdragen, att dina axlar inte var jämna och att ditt ena skulderblad stack ut lite mer än det andra, säger Gert.



Att bli fotograferad ingår i Atlantotec-behandlingen. Då ser man exakt kroppens hållning.

”Man kan ha en felställning på två till åtta grader i sin atlaskota.”

Helhetsdoktors kommentar

Bertil Dahlgren, rehabiliteringsläkare och ortoped i HÄLSAs expertråd, säger så här om atlastekniken:

– Metoden verkar intressant. Men med tanke på priset och de krav på utvärdering som bör ställas, så tycker jag att det är för tidigt att hänvisa patienter till Atlantotec. Det kan dock mycket väl finnas ett vetenskapligt underlag bakom mekanismerna.

Den översta kotan är intimt sammankopplad med små muskler djupt i nacken som har flera funktioner, bland annat för balanssystemet och styrning av ögonen. Det finns så kallade nackreflexer som kan iakttas hos nyfödda och där vridningar i nacken medför medrörelser i hela kroppen samt ögonen. Dessa reflexer växer bort, men en del av dess påverkan på kroppen kan tänkas finnas kvar hos vissa personer.

– Ett problem kan nog vara att sortera ut dem som kan ha nytta av metoden. Säkerhetsmässigt har jag inte bedömt den.



Gert arbetar med stavarna längs övre halvan av kotpelaren.

– Vi strävar alltid efter att ha total balans i ögonhöjd, där balansorganen sitter. När kroppen av någon anledning inte har det, ser vi till att skapa det genom att vrida eller luta kroppen så att hjärnan upplever balans.

Klienter som kommer till Atlantotec och konstateras ha en kota som sitter perfekt behöver inte betala. Men det händer bara två gånger förra året.

Det kostar annars 2475 kronor för en 90 minuters behandling och uppföljande massage en månad senare för att säkerställa att kotan inte har ändrat läge.

– Att den har flyttat sig är mycket ovanligt, säger Gert.

MOTTAGNINGEN tar också emot barn från åtta år. Gert berättar om barn som vittnat om att de känner sig helt annorlunda efter behandlingen, mindre oroliga och ofta mera utåtriktade.

– Vi har fått rörande bevis på hur de blivit hjälpta, berättar Gert. Ju tidigare man justerar en atlaskota, desto bättre. Att justera kotan på ett barn är mycket lättare än på en vuxen vars muskelspänningar ofta är mycket tuffare.

GERT ANSER ATT EN felställd atlaskota är ett enkelt mekaniskt problem som den konventionella vården inte kan justera eller normalt inte ens diagnostiserar.

– Många som kommer hit har fått höra från läkare att det inte är något fel på dem, trots att de har svåra symptom. Det känns mycket bra att kunna hjälpa dessa människor på ett sådant enkelt och smärtfritt sätt.



”Efter behandlingen har jag inte haft en dag med huvudvärk.”

Atlaskotan var roten

Tomas Aronsson hade så svåra problem att han knappt klarade sitt jobb som betongarbetare. Efter 90 minuters behandling var i stort sett alla besvär borta.

ETT AKTIVT LIV som speedwayförare och ett yrke som betongarbetare resulterade i att Tomas Aronsson, 39 år, mådde allt sämre. Han plågades svårt av huvudvärk och anfall av migrän som ingen medicin bet på. Dessutom hade han så dålig blodcirkulation att fingrarna vitnade. Tomas hade smärtor i ryggen och nacke och var ständigt trött.

HANS KROPP HADE tagit en del smällar genom åren. Vissa dagar när det var kallt ute hade han svårt att överhuvudetaget utföra sitt arbete.

– För nästan exakt ett år sedan var jag långledig och åkte på ett migränfall som var helt oöverhärjligt. Jag letade på internet efter någon metod som kunde hjälpa mig och det var en ren slump att jag kom i kontakt med Atlantotec, berättar han.

– Efter behandlingen för ett år sedan har jag inte haft en enda dag med huvudvärk, min cirkulation och mina vita fingrar är mycket bättre och jag är inte längre trött. Dessutom har min hälsbränna upphört, jag sover mjukare och bättre och jag har inte varit förkyld på ett helt år.

DIREKT EFTER FÖRSTA besöket kände sig Tomas mycket trött. Det satt i några dagar. Han fick även rejäl träningsvärk i nack- och musklerna. Sedan händer något nytt och positivt i kroppen varje dag.

Tomas har varit på återbesök en gång och efter det tagit ett par massagebehandlingar när han har haft vägarna förbi.

– Massagen är så skön och tar på djupet på ett helt annat sätt än vanlig massage, så jag passar på att åka in på service då och då, säger Tomas.

Hans atlaskota sitter fortfarande rätt, det har han fått kollat på kliniken.

TOMAS HAR REKOMMENDERAT bortåt 20 släktingar och vänner att testa behandlingen. Vad han vet är alla nöjda. En kollega är speciellt nöjd.

– Det var en kille som fick en 700 kilo tung rakt i huvudet. Han var helt förstörd och kunde inte arbeta alls. Han var hoptryckt, hade svår värk och domningar. En månad efter att han fått sin atlaskota justerad kunde han återgå till arbetet.

En annan kollega hade 18 kilos skillnad i belastning från det ena benet till det andra innan han fick sin kota justerad. Vad gäller Tomas själv blev hans fru mycket snärd, eftersom Tomas slutade snarka och blev lugnare och mer harmonisk efter behandlingen.

– Min chef sa efter ett en hel ”nu kan du ju sitta stilla i en hel timme”, säger Tomas och skrattar. ✪

»Vill du veta mer?
Gå in på www.atlantotec.se

till det onda