

Kost Motion Hälsa nr 4/01 Reportage: Rose-Marie Eriksson Snabbare läkning med kinesiskt muskel- och ledskydd

Snabbare läkning och minskad värk med kinesiskt muskel- och ledskydd



Flera idrottsmän använder det, bland andra JO Waldner och Masarna - svenska mästarna i speedway, Stig H Johansson använder det på hästarna, flera personer med exempelvis tennis-armbåge, värkande leder, ömma muskler och skador av olika slag använder det. Den senaste skaran som provat det är personer med whiplashskador och även de är positivt överraskade över effekten. Det handlar om ett kinesiskt led- och muskelskydd, Back on Track, som visat sig fungera på såväl hästar som människor.

Materialet i skydden består av bomull och polyester där pulveriserad keramik och porslin finns inbäddat i polyestertrådar. Det åstadkommer sin effekt genom att reflektera kroppens egna värme och energi i form av infraröd värmestrålning. Blodcirkulation ökar och värken och smärtan minskar. Skyddet, som finns i flera varianter, började testas i slutet av 1999 och under våren förra året, 2000, gjordes en studie i Uppsala under ledning av doktor Rose Marie Brinkeborn. Resultatet var övertygande positivt.

Karl Olov Karlsson har varit kroppsarbetare sedan han slutade i skolan. Förutom att han kör slam arbetar han mycket i skogen där närmaste kollegan är en ardennerhäst. Karl Olov använder både tröjan och kragen vilket har underlättat arbetet och hjälpt honom från en värkande rygg.

- Jag har haft problem med ryggen länge.

Som barn ramlade jag ner från ett garagetak och skadade ryggen vilket ligger till grund för mina besvär. Sedan jag började använda tröjan har jag blivit mycket bättre.

Karl Olov Karlsson har även gått på behandling hos en kiropraktor.

-Han trodde mig inte riktigt när jag talade om vilken effekt tröjan gav, men så småningom fick han ge sig.

KARL OLOV KARLSSON BERÄTTAR ATT HAN också haft problem med en fot där bandaget hjälpte honom att komma igång igen.

-Jag fick en stock över benet när jag arbetade i skogen och bandaget minskade svullnaden. Jag lät det sitta kvar även när jag sov och på morgonen var besvären så gott som borta.



Dottern Camilla har besvär av en värkande handled och för henne har handledsskyddet varit ovärderligt.

-Helt klart har det hjälpt mig. Jag har också en kudde i samma material och den har varit helt suverän. Tidigare hade jag haft huvudvärk men sedan jag började använda kudden har huvudvärken lyst med sin frånvaro, säger Camilla Karlsson.

Hon berättar att en bekant har testat ledskyddet på sin häst med framgång.

-Det fungerar otroligt bra på hästar, enda nackdelen är att det är lite klurigt att få på bandaget, berättar Camilla.

Stadiga ardennerhästen Mark jobbar ihärdigt på utan ledskydd än så länge. Han klarar lätt att dra ett ton vilket syns på den kraftiga hästkroppen.



ROLF JONSSON, SOM ÄR WHIPLASHSKADAD, lovordar kragen som han inte vill vara förutan.

-Jag går inte utanför dörren utan min krage, säger Rolf Jonsson som är ordförande för Pisksnärten, de whiplashskadades rehabförening i Uppsala.



Nöjd Stig H Johansson. Rutinerade tränare och kuskar inom travsporten har provat Back on Track-bandaget på sina hästar, bland annat Stig H Johansson och Stefan Tarzan Melander.

-Vi har använt bandagen som nattbandage på hästar med kotledsreaktioner. Hästarna känns fräschare när de har haft bandagen. Kan bandagen ersätta liniment är det en stor fördel, säger Stig H Johansson.

Kragen, som ser ut som en vanlig fuskpolo med tyg som täcker en del av rygg och bröst, är den senaste produkten bland de olika skydden. Att ha en whiplashskada innebär ett enormt lidande.

Kragen värmer och lindrar smärtan för whiplashskadade. Ingela Lindström har nyligen börjat använda led- och muskelskyddet i form av kragen. Rolf Jonsson, ordförande i Pisksnärten, de whiplashskadades förening i Uppsala, går inte utanför dörren utan att alltid sätta på sig den skyddande värmande kragen.