

Masaż

Leszek Borkowski ze Skarżyska-Kamiennej wie, co to jest ból. Przeszedł cztery operacje, które były następstwami poważnych wypadków. Dziś sam pomaga ludziom odzyskać sprawność.

– Pierwszy wypadek miał miejsce dwadzieścia cztery lata temu – wspomina. – Przygnoił mi łożysko. Zmiażdżył mi żebra i cały lewy bok. Od tego momentu zaczęły się moje problemy z sercem. Lekarze usunęli mi pół worka osierdźowego. Kilka miesięcy spędziłem na rehabilitacji. W końcu wróciłem do pracy. Miałem dwadzieścia jeden lat. Kolejny wypadek miał miejsce w 2001 roku. Leszek wysiadał z autobusu. Jego ręka utkwiła w zamykających się drzwiach pojazdu. – Autobus pociągnął mnie kilka metrów – tłumaczy. – Gdy uwolniłem rękę, wpadłem pod koła. Leszek trafił do szpitala. – Lekarze w pierwszej kolejności zajęli się moim sercem – mówi.

– Niezbędne było wszczęcie rozrusznika. Następnie zoperowali zmiążdżone kolano. Nie prześwietlili jednak kręgosłupa. Leżałem z nogą na wyciągu, a ból w plecach dokuczał mi coraz bardziej – wspomina. – Miałem problemy z poruszaniem się. Byłem osłabiony. Czuję się coraz gorzej. W końcu okazało się, że w potłuczonym kręgosłupie wystąpiła przepuklina międzykręgowa. Konieczna była operacja. Po tych zdarzeniach Leszek już nie wrócił do zawodu. Musiał przejść na rentę. Pół roku później po raz kolejny trafił do szpitala. Rozrusznik serca źle funkcjonował. Przesunęła się jedna z elektrod w komorze. Lekarze wszczęli drugi. Leszkowi trudno było pozbierać się po tych trudnych chwilach. Stał się nerwowy. Miał problemy ze snem. Z powodu przyjmowanych leków nasercowych i przeciwbólowych doskwierała mu wątroba i żołądek. Stracił energię i radość życia. – Nie załamałem się tylko dlatego, że potrzebował mnie syn – mówi.

Adam

Syn Leszka od noworodka miał wyrwany staw biodrowy. W wyniku porażenia lewa noga była krótsza o sześć centymetrów.

W biodrze nastąpiła martwica panewki.

Adam ma teraz szesnaście lat. Przeszedł już dziesięć operacji. Spędził trzy lata w gipsie. Po każdym pobycie w szpitalu konieczna była długa i kosztowna rehabilitacja.

– Było mi bardzo żal syna – mówi Leszek. – Wiele wycierpiał. Chciałem mu pomóc.

Obserwowałem pracę rehabilitantów. Zauważyłem, że masaże i ćwiczenia przynoszą Adamowi ulgę. Usprawniały nogę, zmniejszały ból, ale także uspokajały go.

Postanowiłem dowiedzieć się o masażach jak najwięcej, aby samemu również pomagać Adamowi. Czytałem książki na ten temat. W szpitalach korzystałem z zajęć z rehabilitantami. Zapisalem się na kurs masażu terapeutycznego.

Leszek otrzymał uprawnienia masażysty. Wspomagał syna w rehabilitacji. Pomagał bliskim i znajomym, którzy mieli problemy z kręgosłupem. – Cieszyłem się, że znów jestem potrzebny – mówi. – Że mogę ulżyć komuś w cierpieniu. Dobrze wiem, co znaczy ból.

Po wypadku w 2001 roku Leszek sam potrzebował pomocy. Dokuczala mu arytmia. Robienie masażu sprawiało mu wielką trudność. Ból kręgosłupa odzywał się przy najmniejszym wysiłku. Po każdym wykonanym zabiegu



i Alveo



musiał długo odpoczywać. Szybko się męczył. Bolała go noga. Miał pozgniata-
ne mięśnie i zablokowane
tętnice w pachwinie. Krew
słabo krążyła.

Powrót do zdrowia

Z pomocą przyszedł mu
doktor Wojciech Urbaczka.
– W lutym 2005 roku pole-
cił mi Alveo. Przez pierwsze
dwa miesiące piłem dwie
miarki dziennie. Po drugiej
butelce preparatu wystąpi-
ła silna detoksykacja. Mój
organizm oczyszczał się,
z nagromadzonych toksyn.
Byłem bardzo słaby. Doku-
czały mi bóle mięśniowe,
bóle brzucha. Miałem wra-
żenie, że bolą mnie nawet
zdrowe organy. Powróciły
zaburzenia rytmu serca.
Doktor Urbaczka polecił mi
zmniejszyć dawkę prepara-
tu. Po tygodniu dolegliwo-
ści zniknęły.
Dziś Leszek nadal pije
Alveo. Jego organizm jest
oczyszczony i dożywiony.
Serce znacznie się wzmoc-

niło. Arytmia ustąpiła. Po-
prawilo się ciśnienie krwi.
Kręgosłup jest bardziej
elastyczny. Bóle występują
sporadycznie. Tętno w pach-
winie odblokowały się.
Krew krąży bez przeszkód.
Tętno w nodze jest dobrze
wyczuwalne.

– Nie brakuje mi energii i sił
witalnych. Wstaję wypoczę-
ty i uśmiechnięty.

Mogę wykonać kilka masa-
ży pod rząd.

Leszek swoim pacjentom
poleca Alveo. Działanie
preparatu zwiększa
skuteczność masażu. – Ja
oddziałuję na organizm
„od zewnątrz”, a Alveo
„od wewnątrz”. Pacjenci
szybciej wracają do zdro-
wia. To bardzo ważne, aby
udzielać kompleksowej
pomocy.

Adam także pije Alveo.
W przyszłości zamierza
zostać rehabilitantem...

■ Grażyna Michalik

O dobroczynnym wpływie masażu mówi Leszek Borkowski

– Jak masaż oddziałuje na nasz
organizm?

– Działanie fizyczne (organiczne) obejmuje prawie
wszystkie tkanki naszego ciała. Masaż poprawia
ukrwienie mięśni oraz organów wewnętrznych.
Dzięki temu nasz organizm jest lepiej zaopatrzony
w substancje odżywcze i bardziej dotleniony. Masaż
rozluźnia bolesne napięcia mięśniowe, uelastycznia
ścięgna i więzadła. Poprawia przepływ limfy, która
wspomaga usuwanie z organizmu toksycznych pro-
duktów przemiany materii. Nerki wydzielają szybciej
toksyny znajdujące się w naszym organizmie.

– A jak działa na skórę?

– Poprzez dotyk zostają usunięte obumarłe komórki
oraz wydzieliny gruczołów potowych i łojowych.
Wówczas skóra łatwiej oddycha. Dzięki zaczerwienio-
niu możemy zaobserwować poprawę jej ukrwienia.

– Czy nasze stawy również skorzystają
na masażu?

– Tak. Torebki stawowe i więzadła mają skłonności
do zwyrodnień. W wyniku odkładania się produk-
tów przemiany materii rozrywają się i twardnieją.
Tworzą się w nich złogi, prowadzące do zgrubień
i opuchlizny. Masaż zapobiega tym schorzeniom.

– A mięśnie?

– W wyniku masażu poprawia się zaopatrzenie
tkanki mięśniowej w tlen i czynniki odżywcze.
Dodatkowo szybciej usuwane są toksyny i substan-
cje powstające w wyniku przemęczenia, np. kwas
mlekowy.

– Czy masaż wpływa również na naszą
psychikę?

– Oczywiście. Pozytywne uczucie ciepła w trakcie
trwania zabiegu jest bardzo odprężające. A poza
tym – w zdrowym ciele zdrowy duch! Dobra kon-
dycja fizyczna zaowocuje dobrym samopoczuciem.
Ciało i umysł są ze sobą ściśle powiązane. Przywró-
cenie lub zachowanie równowagi między nimi to
bardzo ważne zadanie masażu.

■ Grażyna Michalik