

## RESET (Rafferty Energie System zur Entlastung des TMG (Kiefergelenks))

RESET on Philip Rafferty loodud lihtne ja leebe süsteem, mis lõdvestab lõualuudega seotud lihaseid ja tasakaalustab lõualuud. Mälur(m.masseter) omab seost nimmelihasega psoas, mis mõjutab neerude tööd ning lihasega sartorius, mis on seotud neerupealistega. Alaselja valusid seostatakse peamiselt psoasega.

„Võitle või põgene“ olukorras, kus on tegu ohu, viha vms., on lõualuude lihased võimelised salvestama palju emotsionaalset stressi ja pingeid.

Lõualuud mõjutavad kogu keha, kaasaarvatud skeletti, lihaseid, meridiaane ja närvisüsteemi, samuti ka hüdratsiooni ning toksiinide väljutamist.

Tasakaalutus lõualuudes võib põhjustada: võimetus suud pärani avada, valud lõualuudes, seedeprobleemid, pinges õlad, õppimisprobleemid. Valud turjas, peas, näos, silmades, kõrvades, õlgades, lüüsisambas, puusades, põlvedes, jalalabades, pahkludes. Udune nägemine, migreen, hambavalud, põieprobleemid, voodi märgamine, reaktiivne lihassüsteem.

Lõualuude tasakaalutuse võimalik põhjus: autoavarii, stress, löök pähe või lõualuude piirkonda, hammaste ravimine: liiga kaua suud lahti hoitud, liiga suure jõuga hammaste väljatõmbamine.

Kui olete kunagi olnud suure pinge all või kui teid puudutab mõni teine lõualuude tasakaalutuse põhjustaja (ka siis, kui see toimus ammu), võivad teie lõualuude lihased olla liiga pinges. See põhjustab lõualuudele stressi. Peale stressi tasakaalustamist RESET-meetodiga saavad lõualuud tagasi oma loomuliku tasakaalu. Tasakaalutus lõualuudes mõjub kogu kehale.

