

# Varför

STOR TACK LOTTA  
för översättning

## FASCIA FORSKNING

I april 2023 publicerades en vetenskaplig artikel gjord av forskare på ett sjukhus i Japan. De gick igenom 162 olika forskningsartiklar från hela världen. Det är många forskare som arbetar med att förstå smärttillstånd, hur man hanterar skador och åldersförändringar i kroppen. Forskarna undersöker ett nätverka av bindväv som omsluter hela kroppen som de kallar fascia. /Fascha/

Resultaten av neurovetenskaplig forskning av smärta, känselbortfall, obehag vid beröring/rörelsen, förslitningar, eller fibrotiska vävnaden tar år innan det når ut till läkarna och kan användas i praktiken.

Rygg- och fasciaforskare är övertygade om att fascian spelar en stor roll i områdena med "icke-specifik" kronisk smärta. Vävnadens- eller åldersförändringar kan ha sin ursprung i fascian.

Ta Hand Om Dig och Kroppen!

//Allissa 

**Kodama Y, Masuda S, Ohmori T, Kanamaru A, Tanaka M, Sakaguchi T, Nakagawa M. Response to Mechanical Properties and Physiological Challenges of Fascia: Diagnosis and Rehabilitative Therapeutic Intervention for Myofascial System Disorders. Bioengineering. 2023; 10(4):474. <https://doi.org/10.3390/bioengineering10040474>**

**Department of Orthopaedic Surgery & Department of Central Rehabilitation,  
Okayama Rosai Hospital, 1-10-25 Midorimachi, Minamiku, Okayama 702-8055, Japan**

- Strukturella förändringar i fascian kan bero på skador, förslitningar eller kirurgiska ingrepp som kan förändra aktiviteten hos fascians egna nervreceptorer [52,53,54]. Det finns få effektiva behandlingsmetoder av detta eftersom det är en komplex mekanism [55,56,57].
- I fascian löper blodkärl och nerver överallt. Påverkan av de här strukturerna är vanliga när fascian förändras vid skador eller annat [37,38].
- Vävnadsförändringar i fascian förändrar rörligheten för nerverna som löper i fascian vilket gör att nerverna blir påverkade av dessa förändringar [39,40]. Förändringar i den fibrotiska vävnaden runt nerven, på grund av skada eller liknande, kan orsaka tryckskador på nerven [39,40] och patienten kan få känselbortfall, obehag vid beröring eller smärta [41].
- Fascian stödjer viktiga funktioner i kroppen som hållning, rörelse och jämvikt [25,26,27,28]. Den innehåller dessutom känselreceptorer för proprioception: rörelse och positionssinnet, nociception: smärtareceptorer och även receptorer för hormoner [28].
- Förändringar i kontraktion/spänning i våra muskler orsakas av celler som kan dra ihop sig [35]. Myofibroblaster som är celler som kan dra ihop sig och finns i normal vävnad och är även aktiva vid läkning av skador och därmed att vävnaden kan dra ihop sig och/eller blir mer spänd och stel [35]. Normala fibroblaster är mycket känsliga för fysiskt stimuli.
- Förändringar i fysikalisk och kemisk sammansättning av hyaluron syra (HA) hänger ihop med förändringar i viskoelastisitet, mekanisk formbarhet samt icke linjär elasticitet av extracellulär matrix [92,93]. När fascian blir tjockare ökar distansen mellan ytorna (hinnor eller i fascian lager) och därmed ökar hylauronsyrans viskositet. Ökningen av hyaluronsyrans viskositet i vävnader kan hindra glidningen mellan fascians kollagenfibrernas olika lager [98].