



RECORREGUT

- * Des de la boca fins l'anus.
- * Boca
- * Faringe
- * Essòfeg
- * Estómac
- * Budell prim
- * Budell gruixut (colon)

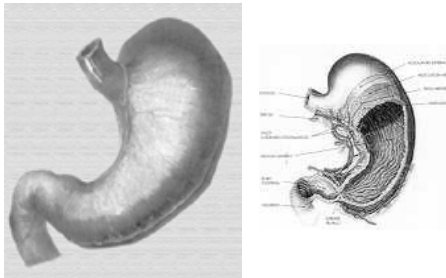
SEMIOLOGIA DIGESTIVA

1. DISFAGIA
2. ODINOFAGIA
3. REGURGITACIO
4. VOMIT
5. PIROSI
6. DISPEPSIA
7. HEMATEMESI
8. MELENA
9. ICTERICIA
10. HEPATOMEGALIA

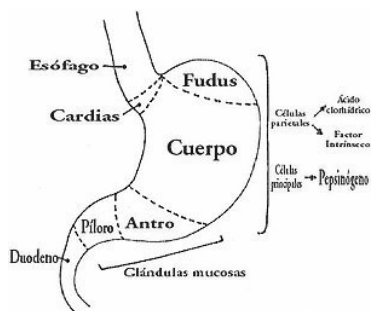
- * Vísceres buides: Estómac
- Budell prim
- Colon
- Bufeta fel

- * Vísceres compactes: Fetge
- Pancreas

ESTOMAC

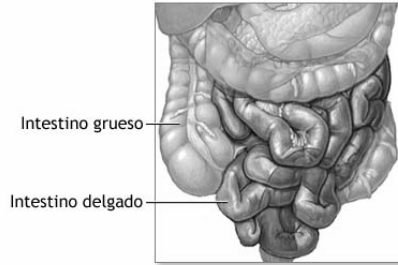


FUNCIO: Reservori.
Preparar l'aliment en forma de papilla
perque pugui ser digerit.



BUDELL PRIM

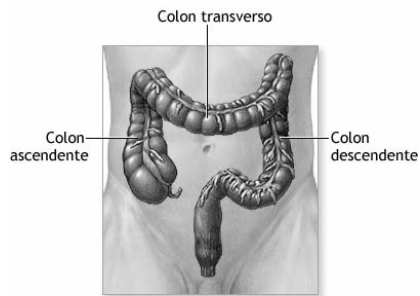
FUNCIO: Absorcio de nutrients



ADAM

COLON

FUNCIO: Magatzemar residus.
Absorbir aigua i algunes vit.



ADAM

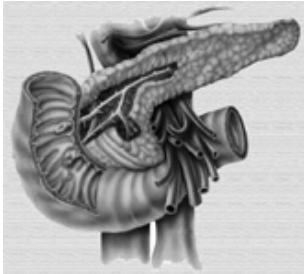
BUFETA de la FEL

FUNCIO: Magatzemar i concentrar la bilis
segregada pel fetge x ser alliberada al moment
de la digestió.



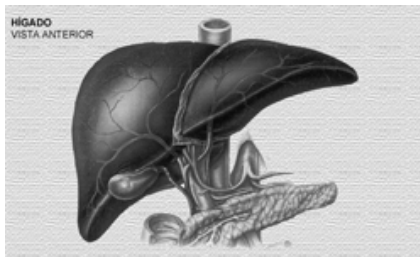
PANCREAS

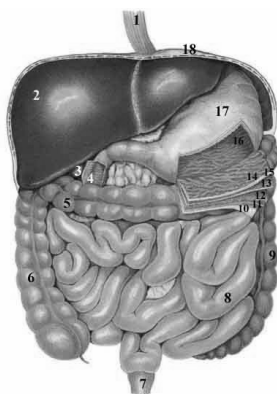
FUNCIO: Segregar 2 horm: Insulina i Glucagó.
Segregar sucus pancreatics.



FETGE

FUNCIO: Sintesi de bilis.
Produccio de Glu.
Dipòsit de Glu i Vit.
Desintoxicacio de la sang.





IMPORTÀNCIA dels ASANES

- * Massatge profund vísceres:
- * Millora microcirc.
- * Millora funcio global AD: ↑ motilitat intest
↑ secrec gastriques
↑ secrec intest
millora assimilació aliments

PERQUÈ ES VEU AQUEST EFECTE amb el IOGA ?

loga → estímul vagotònic ↔ parassimp :

- ↑ Ach: ↑ ac. clorhídric
- ↑ gastrina
- ↑ motilitat intest.



PATOLOGIA GASTRICA

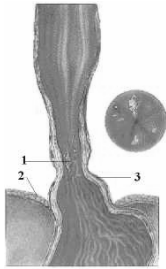
AEROFÀGIA

- * Augment quantitat aire a l'estómac.
- * CONSELLS: Excloure begudes amb gas
Llegum, pa, cols.
Mastegar correct.
Menjar lent.
Infusions dig.



ESOFAGITIS

- * Infl. Mucosa esòfag.
- * Causa: RGE (hernia hiatus, gastritis)
Varius esof.

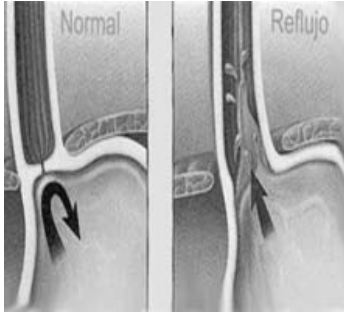


HERNIA HIATUS

- Def.
- SIMPT: disfàgia
dolor epigàstic
regurgitació
- TRACT: consells dietètics
Llit adequat
Infusions
IOGA: ↓ espasmes esofàgic
↓ contracció " "
↑ suc gastric (HCl)
- * CONTRAINDIC: invertides
Tensió o fça abdominal

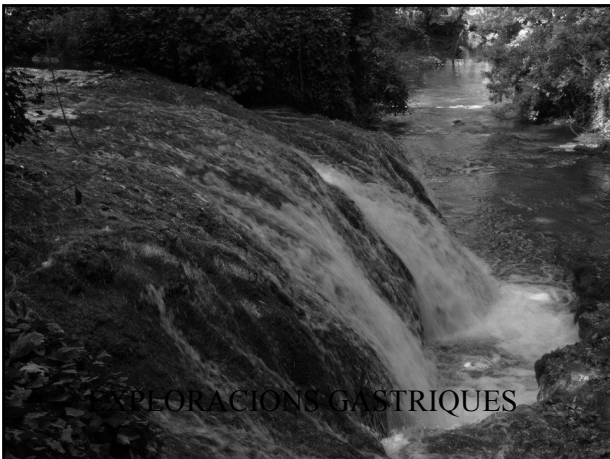


HERNIA HIATUS



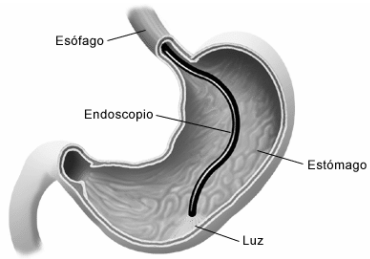
ULCUS GASTRIC

- Causa psicossomàtica. (ferida que representa l'expressió d'un **procés** ansiós)
- Causa orgànica: Helicobacter pilory
- * **Molt util IOGA:** combat ansietat i tensió nerv.
- Si empitjora cremor després de la sessió: llet freda

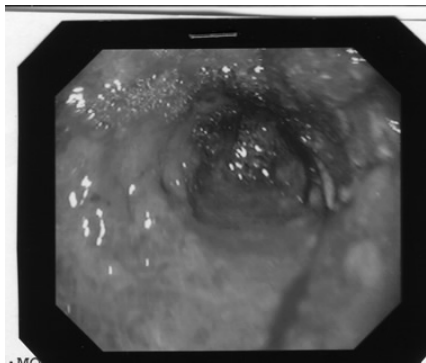


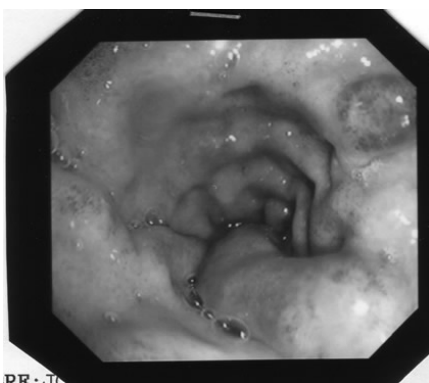
EXPLORACIONS GASTRIQUES

ESQUEMA GASTROSCOPIA



IMATGES GASTROSCOPIA







PATOLOGIA COLON

AEROCÒLIA

- * Excessiva quantitat d'aire al colon.
- * **CONSELLS:** Excloure begudes amb gas
Llegum, pa, cols.
Mastegar correct.
Menjar lent.
Infusions dig.



RESTRENYIMENT

- Disminució del nº de deposicions.
- **CONSELLS:** Aliments rics en fibra, llegums, fruites.
Beure abundant aigua.
- **ASANES** → ↑P. abdominal → ↑Peristaltisme: Dhanurasana (ARC)
Makarasana (COCODRIL)
Salavasana (LLAGOSTA)
Ardamatyendrasana (torsio)
vakrasana (torsio)
- A la vegada → fer respi. Lentes i prof. X afavorir massatge contingut abd.
- IOGA ↔ gastrina → reflexe gastrocolic.



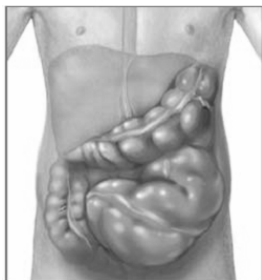
COLON IRRITABLE

- Origen psicossomatic → “agressivitat reprimida”.
- SIMPT: Urgència x defecar post primer aliment del dia.
Restrenyiment / diarrea.
Dolor abd x espasmes.
- IOGA (asanes + pranayama) → potenciar : relaxació
tranquil·litat.

MEGACOLON

- Dilatació permanent del colon.
- SIMPT: restrenyiment
Inflor abd.
gasos.
- CAUSA: genètica
- ASANES = restrenyiment.
- Alerta amb la FIBRA * : pot ↑ retenció femta i gasos

MEGACOLON



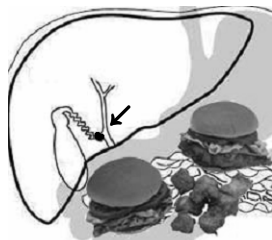
PATOLOGIA BILIAR

DISQUINESIA

- Mal funcionament biliar.
- Dific. X secretar bilis a budell
- SIMPT: digest lentes, pesades, intolerancia greixos.
- IOGA: flexio lateral dreta: → ↑ P. abdominal : paschimotanasana vakrasana (torsio)

LITIASI BILIAR

- DEFINICIÓ.
- Alerta amb ASANES → ↑ P. Abdominal X risc colic biliar.
Evitar: Postura de Vasistha



PANCREAS

- 2 Funcions → ENDOCRINA → insulina (regula metabol Glu)
→ EXOCRINA → suc pancreatic → (digst. Greix)
- Patologia + IMP: Diabetes
- IOGA: ASANES ↑ P. Abdominal → ↑ circ sang pancreas
millora les 2 funcions

ASANES



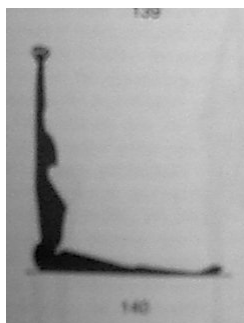
COBRA



CONTRAINDICACIONS

- * HTA
- * GLAUCOMA, PATOLOGIA RETINA.
- * MENSTRUACIO.
- * ASMA (CRISI)
- * CIATICA
- * HERNIA DISCAL

BASTÓ



MUNTANYA



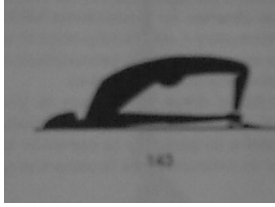
ALERTA !!! Si existeix patologia de menisc.

BARCA



EVITAR en cas de: Artrosi lumbar

MIG PONT amb LLIGAM



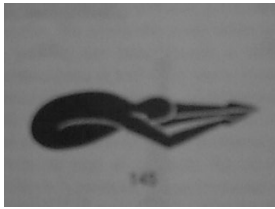
EVITAR-LA: Ciatica
Hernia discal

TORSIÓ A NIVELL ESTÓMAC



EVITAR-LA: Artrosi lumbar
Hernia discal

PINÇA



EVITAR-LA: Hernia discal

TORTUGA



ALERTA EN CAS DE

- * Hernies discals.
- * Artrosi malucs.
- * Lesions meniscs.



GOS MIRANT AL CEL



EVITAR

- * Hernia discal.
- * Ciatica.
- * Lumbalgia.
- * Glaucoma i lesions de retina.