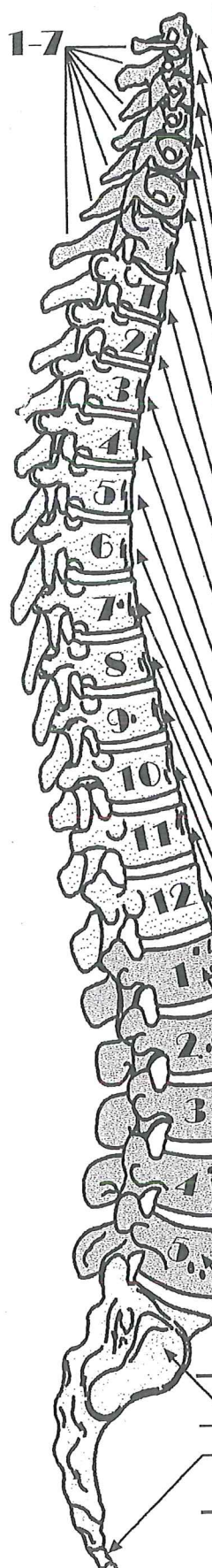


Kartta vaikutuksista mitä nikaman sijoiltaan pois oleminen voi vaikuttaa:

"Hermostosysteemi kontrolloi ja ohjaa kaikkia elimiä ja rakenteita ihmisen kehossa" (Grayn Anatomian kirja, 29. painos, sivu 4). Sijoiltaan pois mennyt nikama tai välilevy voi aiheuttaa ärsytystilan hermostosysteemissä ja vaikuttaa rakenteisiin, elimiin ja toimintoihin, jotka voivat aiheuttaa seuraavia sairaustiloja.



Nikama	Vaikutusalue	Vaikutus
Kaularanka	Verenkierto päähän, aivolisäke, pääkallo, kasvonalueen luut, aivot, sisä- ja keskikorva. Sympaattinen hermosto	Päänsärky, hermostuneisuus, unettomuus, flunssa, korkea verenpaine, migreenipäänsärky, tunnottomuutta, kroonista väsymystä, epileptiaa, huimausta
C 1		
C 2	Silmät, silmähermot, kuulohermo, nenäontelot, kartiolisäke, kieli, otsa	Nenäontelon vikoja, allergioita, ristsilmät, kuurous, silmävaivoja, korvasärky, tajuttomuus, tietynlaisia sokeusapauksia
C 3	Posket, ulkokorva, kasvonalueen luut, hampaat, kolmoishermo	Hermosärkyjä, acne, turvotusta kasvojen alueella
C 4	Nenä, huulet, suu	Heinäkuume, katarria, kuulon heikkenemistä
C 5	Äänihuulet, kurkunalueen rauhaset, yläkurkun alue	Kurkkutorven tulehdus, nielutulehdus, äänen käheytyminen
C 6	Niskan alueen lihakset, olkapäät, nielurisat	Jäykkä niska, käsivarsien kipu (puutumiset), hinkuyskä, nielurisan tulehdus
C 7	Kilpirauhanen, olka- ja kyynärpään rauhaset	Bursitis (rauhasetulehdus), influenssa, kilpirauhasen toimintahäiriöitä
Rintaranka	Kädet kyynärpäästä alaspäin, ranteet ja sormet, ruoka- ja henkitorvi	Astma, yskä, vaikeus hengittää, kiputiloja käsien alueella, käsien puutumiset
T 1		
T 2	Sydän, sydänläpät ja sydänlihaksen verisuonet	Toiminnallisia sydänhäiriöitä ja tiettyjä rinnan kiputiloja
T 3	Keuhkot, keuhkoputki, keuhkopussi Rinnan alue	Keuhkoputken tulehdus, keuhkopussin tulehdus, keuhkokuume, influenssa
T 4	Sappirakko, elinten putket	Sappirakon vajaatoiminta, keltatauti, vyöruusu
T 5	Maksa, solar plexus, veri	Maksavikoja, kuume, alhainen verenpaine, anemia, huono verenkierto, reumaattisia särkyjä
T 6	Vatsa	Vatsan vajaatoiminta, hermostunut vatsa, ruoansulatushäiriöitä, närästystä
T 7	Haima, pohjukaissuoli	Vatsahaava, vatsan tulehdus
T 8	Perna, pallea	Hikkaa, alentunut vastustuskyky
T 9	Lisämunuainen	Allergioita, rohtunut iho
T 10	Munuaiset	Munuaisvikoja, verisuonten kovettumaa, kroonista väsymystä
T 11	Munuaiset, virtsatiehyet	Ihon toimintahäiriöitä, akne, näppylät, turvotus
T 12	Ohutsuolen alue, imusuonisto	Reumatismia, ilmavaivoja, tietynlaista steriliteettiä
Lanneranka		
L 1	Paksusuoli, nivukset	Ummetusta, paksusuolen tulehdus, ripulia, punatautia
L 2	Umpisuoli, vatsa, yläosa reidestä	Kramppeja, vaikeus hengittää, liihakappoisuutta, suonikohjut
L 3	Seksuaalielimet, emätin, virtsarakko, polvet	Virtsarakon toimintahäiriöitä, kuukautishäiriöitä kuten kivulias ja epäsäännöllinen kuukautiskierto, keskenmeno, vuodekastelu, impotenssia, polvikivut
L 4	Eturauhanen, alaselän lihakset iskiashermo	Iskiäsärky, vaikeuksia virtsaamisessa. Alaselän kivut, puutumiset
L 5	Alaosa jaloista, nilkat ja jalkaterät	Huono verenkierto jaloissa, turvonneet nilkat, heikot nilkat ja jalankaari, heikkous jaloissa ja jalkakramppeja, puutumiset, heikot polvet
Ristiluut	Lonkkaluut, pakarat	Lonkka- ja häntäluiden häiriöitä, scolioosia
Häntäluu	Peräsuoli, peräsuolen aukko	Peräpukamat, kutinaa, kipu häntäluun päässä