

Tavola anatomica

I nervi nel bondage

Descrizione di un nervo

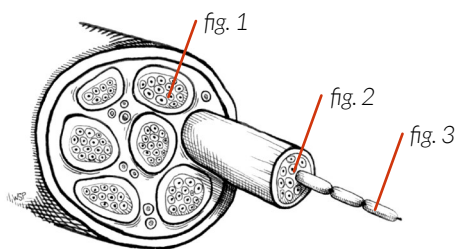
Un nervo è costituito da fibre nervose **motorie** e **sensitive** (fig. 1) formate da **assoni** (fig. 2) protetti dalla guaina **mielinica** (fig. 3). In caso di compressione prolungata o rilevante c'è il rischio di ledere questa guaina determinando una perdita delle funzioni motorie o sensoriali (neuroaprassia). Il tempo di recupero può variare da **qualche minuto a dodici settimane**.

Prevenzione

- mantenete una tensione uguale nei vari passaggi delle corde per creare una struttura più sicura
- lasciate che il vostro partner aggiusti la sua posizione nelle corde
- siate particolarmente attenti durante le transizioni; le corde potrebbero muoversi
- chiedete periodicamente al vostro partner di verificare la sensibilità degli arti :



Chiudere la mano a pugno estendendo bene il pollice vi permette di verificare la funzionalità di molti nervi del braccio.

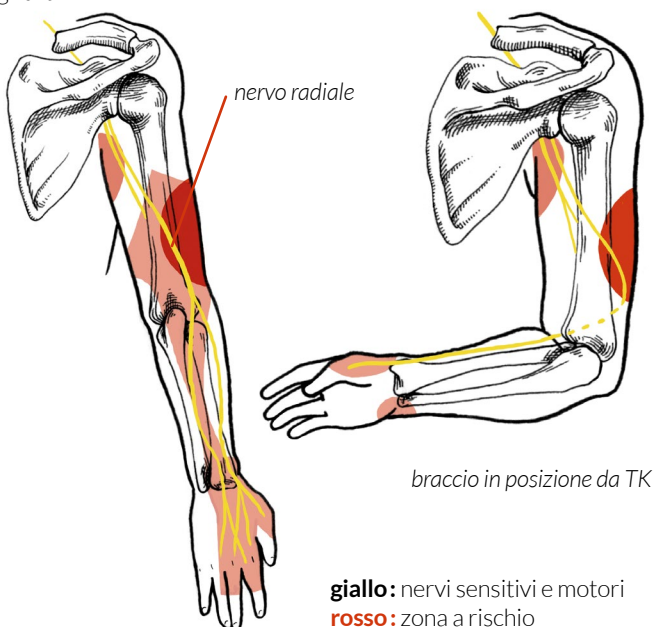


La compressione di un nervo sopraggiunge senza dolore o segni visibili, ma con manifestazioni cliniche: perdita di sensibilità, perdita di capacità muscolare, sensazioni anomale (impressione come di punture di spilli, formicolio, ipersensibilità...).



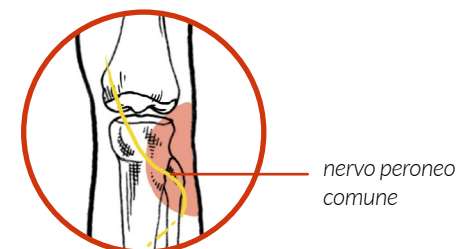
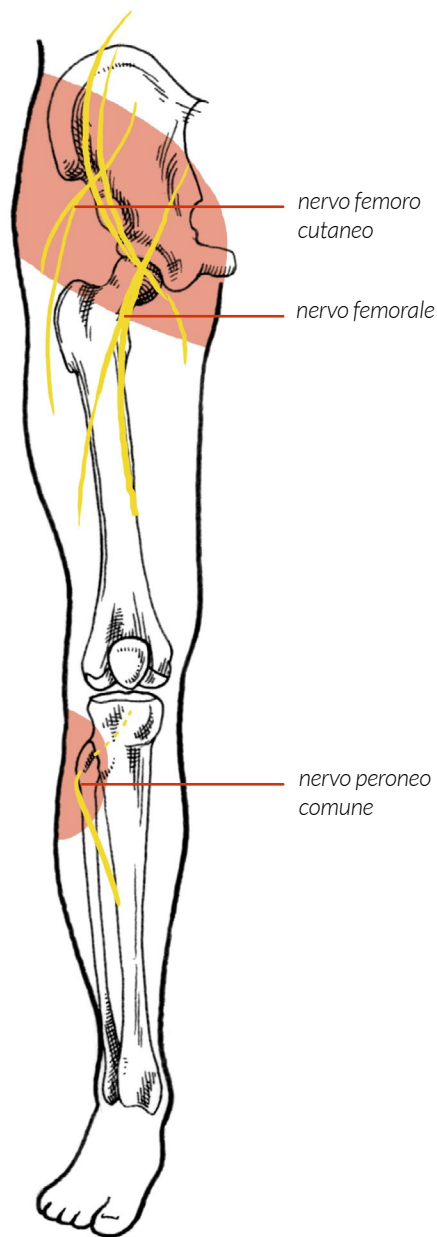
Principali nervi del braccio

(la posizione può variare da persona a persona)



giallo: nervi sensitivi e motori
rosso: zona a rischio

Principali nervi della gamba



In caso di sensazioni strane, perdita di sensibilità e/o di funzionalità motoria, **slegate delicatamente e senza farsi prendere dal panico** (per evitare di causare ulteriori danni).

In questi casi potete :

- applicare del ghiaccio avvolto in un pezzo di stoffa
- assumere FANS (farmaci antinfiammatori non steroidei)
- massaggiare l'arto delicatamente

Nei giorni seguenti :

- **lasciate a riposo l'arto interessato**
- assumete della vitamina B (aiuta la mielina a ricostruirsi)
- **se non ci sono segni di recupero nel giro di alcuni giorni, consultate un medico; potrebbe essersi verificata la lesione o la lacerazione di un nervo** (assonotmesi o neurotmesi)

Evitate inoltre :

- di bendare o comprimere l'arto
- di porre corde sull'arto non prima di una sua completa guarigione.



crediti : Place des Cordes, Antoine Savalski /
Illustrazioni e grafica : Elsa Depont /
Un ringraziamento a Shibari Circus
Traduzione : La quarta corda