

Οσφυαλγία; Ισχιαλγία;

ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΑΠΟΣΥΜΠΙΕΣΗΣ

*Η νέα μέθοδος αντιμετώπισης
της οσφυαλγίας και της ισχιαλγίας*

απόλυτα ασφαλής χωρίς επιπλοκές αποτελεσματική στο 95% των περιπτώσεων:

- δισκοκήλης
- εκφύλισης του μεσοσπονδύλιου δίσκου
- facet συνδρόμου (σπονδυλαρθρίτιδας)
- σπονδυλικής στένωσης

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙ

την αιτία του προβλήματος, γιατί προκαλεί:

- αποσυμπίεση στο μεσοσπονδύλιο δίσκο
- αποκατάσταση της δισκοκήλης
- επούλωση των ρωγμών του δίσκου

♦ πώς προκαλείται ο πόνος στη μέση

Η σπονδυλική στήλη αποτελείται από τους **σπονδύλους** και τους **μεσοσπονδύλιους δίσκους**. Ο μεσοσπονδύλιος δίσκος αποτελείται από ένα ζελέ που λέγεται **πυρήνας** και πολλά εξωτερικά στρώματα όπως τα φύλλα του κρεμμυδιού, που αποτελούν τον **ινώδη δακτύλιο**.

Η θρέψη του δίσκου και η ικανότητα του να αποκαθιστά τις βλάβες του, εξαρτάται από την πίεση που αναπτύσσεται μέσα στο δίσκο. Έτσι, καλύτερη θρέψη επιτυγχάνεται όταν είμαστε ξαπλωμένοι γιατί η πίεση στο δίσκο ελαττώνεται. Ο δίσκος καταπονείται καθημερινά όταν καθόμαστε, τρέχουμε, σηκώνουμε βάρος. Όταν οι φορτίσεις είναι υπερβολικές, τα εσωτερικά στρώματα του ινώδους δακτυλίου σχίζονται, εμφανίζουν ρωγμές, με αποτέλεσμα σε κάποιο σημείο να δημιουργείται **προβολή του δίσκου (bulging)**.

Εάν όλα τα στρώματα του ινώδους δακτυλίου σκιστούν σε ένα σημείο, τότε μετακινείται το ζελέ του πυρήνα και μιλάμε για **δισκοκήλη**. Η προβολή ή η δισκοκήλη μπορεί να πιέσει το νεύρο και να προκαλέσει **ισχιαλγία** με μυϊκή αδυναμία, μούδιασμα ή κάψιμο κατά μήκος του νεύρου.

Ανάλογη με το μέγεθος της δισκοκήλης είναι η πίεση στο νεύρο και η κατανομή και η ένταση των συμπτωμάτων στο πόδι. Επανειλημμένα επεισόδια βλάβης του δίσκου οδηγούν σε εκφύλιση. Ο δίσκος παρουσιάζει ρωγμές, μικραίνει σε μέγεθος, γίνεται δύσκαμπτος και δεν μπορεί να απορροφήσει τις φορτίσεις. Έτσι η φόρτιση μεταφέρεται στους σπονδύλους και αναπτύσσεται **αρθρίτιδα (facet σύνδρομο)**.

- **πόνος στη μέση**

Εκατομμύρια άνθρωποι υποφέρουν από πόνο στη μέση. Υπολογίζεται ότι το 80% του πληθυσμού τουλάχιστον μία φορά στη ζωή του θα παρουσιάσει πρόβλημα στη μέση, το οποίο θα τον καθηλώσει στο κρεβάτι ή θα περιορίσει τις δραστηριότητες του. Μέχρι τώρα η αντιμετώπιση του συνδρόμου της οσφυαλγίας περιλάμβανε ανάπαυση στο κρεβάτι, φαρμακευτική αγωγή, φυσικοθεραπεία και επί αποτυχίας αυτών, χειρουργική επέμβαση.

**Τώρα όμως υπάρχει
αποτελεσματική λύση με τη
θεραπεία αποσυμπίεσης**

Η θεραπεία αποσυμπίεσης είναι ένα πρόγραμμα θεραπείας αποτελεσματικό τόσο για οξύ όσο και για χρόνια πόνο της μέσης. Με την βοήθεια μιας ειδικής συσκευής τρισδιάστατης κίνησης και έλξεως επιφέρεται αναλγησία, μυοχάλαση και δημιουργείται αρνητική πίεση στον συγκεκριμένο μεσοσπονδύλιο δίσκο που παρουσιάζει βλάβη, στη συνέχεια εφαρμόζεται στη περιοχή του πόνου και σε διάφορα σημεία σπασμού Laser CO2. Με αποτέλεσμα η θεραπεία αυτή να:

α) Μειώνει σε μέγεθος ή εξαφανίζει τη δισκοκήλη.

β) Επουλώνει τις ρωγμές του δίσκου λόγω αύξησης της θρέψης.

Με την αποσυμπίεση ελαττώνεται η ενδοδισκική πίεση και διευκολύνεται η θρέψη του δίσκου. Η ελάττωση της ενδοδισκικής πίεσης έχει σαν αποτέλεσμα την αποκατάσταση της προβολής ή της δισκοκήλης, οπότε δεν πιέζεται το νεύρο και βελτιώνεται ο πόνος. Η αύξηση της θρέψης επουλώνει τις ρωγμές του ινώδους δακτυλίου και βοηθά στην ανακατασκευή του δίσκου. Η ενυδάτωση του πυρήνα βοηθά

στην διατήρηση του μεγέθους του δίσκου και την καλή κατάσταση των facet αρθρώσεων.

Η θεραπεία είναι ανώδυνη με άμεσα αποτελέσματα.

Συνιστούμε η θεραπεία να συνδυάζεται με τα θεραπευτικά τμήματα κινησιοθεραπείας και ενδυνάμωσης σπονδυλικής στήλης που θα λειτουργήσουν από αρχές Οκτωβρίου (back school training).