

A derékfájdalom előfordulásának vizsgálata fiatal felnőttek körében

Kasza Blanka Bernadett¹, Dr. Finta Regina¹, Dr. Tóth Ibolya², Szűcs Mónika², Dr. Domján Andrea¹

¹Szegedi Tudományegyetem Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar, Fizioterápiás Tanszék

²Szegedi Tudományegyetem, Szent-Györgyi Albert Orvostudományi Kar - Természettudományi Kar,
Orvosi Fizikai és Orvosi Informatikai Intézet

Bevezetés és célkitűzés: A derékfájdalom korunk egyik világviszonylatban is jelentős, súlyos és elterjedt problémája, mind a társadalmi, mind a gazdasági terheket tekintve. A 2014-ben végrehajtott Európai lakossági egészségfelmérés 2018-ban közölt eredményei alapján a hát- és derékfájdalom a leggyakoribb mozgásszervi probléma Magyarországon, a krónikus betegségek listáján pedig a második helyen áll. Kiemelendő, hogy már a fiatal felnőtt korosztályt is nagyon gyakran érinti a nem specifikus, azaz igazolt patoanatómiai elváltozás nélkül kialakuló derékfájdalom.

Jelenleg is zajló vizsgálatunk célja annak felmérése, hogy a fiatal felnőttek között milyen gyakran fordul elő a deréktáji fájdalom, továbbá, hogy milyen, a derékfájdalomhoz kapcsolódó mozgatószervrendszeri és pszichoszociális faktorok igazolhatók, mint kockázati tényezők. További célunk a panaszmentes és a derékfájdalommal érintett fiatalok lumbális szenzomotoros kontrolljának felmérése és összehasonlítása.

Módszerek: Vizsgálatunkba 264 főt vontunk be, valamennyien az SZTE hallgatói (51 férfi és 213 nő, átlagéletkor: 20,64±2,05 év). A deréktáji panaszok és a pszichoszociális kockázati tényezők felmérésére az Oswestry Disability Index; Roland–Morris-index; Quebec Back Pain Disability Scale; Visual Analog Scale; Low Back Pain Knowledge Questionnaire; Short Form (36) Health Survey; Beck Depression Inventory; State-Trait Anxiety Inventory Form Y 1-2; Perceived Stress Scale; Gaudenz-féle inkontinencia kérdőíveket egy saját, az életmódra vonatkozó kérdőívvel kiegészítve használtuk.

A derékfájdalmat és deréktáji panaszokat felmérő kérdőívek eredményei alapján az önkénteseket a „Panaszmentes” és a „Deréktáji fájdalommal rendelkező” csoportokba soroltuk be. Mindkét csoportban vizsgáljuk a lumbális gerinc lokális stabilizátorainak állapotát muszkuloszkeletális ultrahang és Stabilizer Pressure Biofeedback Unit segítségével, valamint a szenzomotoros kontrollt és a mobilitást egyensúlymérő platform (Neuro Basic Balance Master) és funkcionális tesztek (Functional Movement Screen; Modified Functional- és Lateral Reach Test; Functional- és Lateral Reach Test) segítségével.

Eredmények és következtetés: Vizsgálatunk eddigi eredményei alapján alanyaink körülbelül 30%-a érintett derékfájdalommal, a derékfájdalomhoz kapcsolódó leggyakoribb befolyásoló tényezők a testmozgás rendszeressége, az ülő helyzetben töltött órák száma, a distressz gyakorisága és a lelkiállapot.

A nem specifikus derékfájdalom hátterében több ok is húzódhat. Ezek megértése és a mögöttes tényezők feltárása a prevenció tekintetében kulcsfontosságú, valamint segítséget nyújthatnak a hatékony terápia kialakításában is.

