

Sebő Katalin III. gyógytornász

SZOTE Főiskolai Kar Gyógytornász Szak

**A GERINC ALSÓ-THORACALIS ÉS LUMBALIS SZAKASZÁN
SÉRÜLT ÉS AKTÍV FUNKCIONÁLIS KEZELÉSBEN RÉSZESÜLT
BETEGEK VIZSGÁLATA A TÖRÉSGYÓGYULÁST KÖVETŐ
ELSŐ ÉVBEN**

A gerinctörések 60%-a compressio mechanizmussal történik. Ha nincs idegrendszeri károsodás a betegek kezelése funkcionális módon, úgynevezett izomcorsette kialakításával történik. Ennek lényege, hogy az adott gerincszakasz korrigált, extensio helyzetben maradjon a teljes törésgyógyulásig, azaz 12 hétig. Ez idő alatt a betegnek tilos flexio mozgásokat végezni a gerincen. Ennek a helyzetnek a megtartása erőteljes izommunkát igényel, amely gyakorlatilag megakadályozza az érintett szakaszon a sérült csigolyatestre ható compressio létrejöttét. Ez az erőteljes paravertebrális izom erősítés a törzs flexor-extensor izmainál és a medence helyzetét kontrolláló izmoknál izomerő-egyensúly megbomlást eredményez. Ennek következtében a paravertebrális izmok megrövidülnek, a hasizmok megnyúlnak. Az általunk vizsgált 35 beteg mindegyike beszámolt olyan szubjektív panaszokról, melyek szerintük a töréssel függenek össze. A szubjektív panaszok általában egy testhelyzet hosszabb időn át való megtartásakor, utazáskor jelentkező feszülés érzés és fájdalom az ágyéki szakaszon. A betegek mozgásszervi vizsgálatakor fokozott ágyéki lordosist, a paravertebrális izmok tónusának növekedését, a hasizmok erejének és a thoracolumbalis szakasz mozgásterjedelmének jelentős csökkenését találtuk. Véleményünk szerint ez igazolhatja a betegek panaszait. Ennek bizonyítására kis létszámú betegcsoportot szerveztünk és a betegek tüneteinek megfelelő gyógytorna gyakorlatok és masszázs alkalmazásával szeretnénk a talált elváltozásokon javítani. A gyógytorna gyakorlatok lényege a paravertebrális izmok lazítása és a hasizmok erősítése. A masszázs fogásait a paravertebrális izmok lazítására és a fájdalom csillapítására alkalmazzuk.

Munkánktól azt várjuk, hogy az izomerő-egyensúly helyreálljon, amely így javít a betegek szubjektív panaszain, mozgásukon és terhelhetőségükön a mindennapi élet során.

Témavezetők: Dr. Nacsai István, Radnai Zsuzsanna