

# Основные принципы мануальной терапии при патологии позвоночника





- Мануальная терапия – один из самых старых методов борьбы с болью в спине, но вместе с тем она является одним из «лидеров» по количеству осложнений. Наиболее эффективной мануальная терапия оказывается в составе комплексного лечения заболеваний ОДА. Вместе с ней могут использоваться массаж, медикаментозная и физиотерапия.



- У человека же, позвоночник выполняет роль опоры (стержня) на котором держатся все органы, конечности, и части его тела. Многочисленные исследования показали, что болезненные изменения в позвоночнике присуще не отдельным людям или группам людей, а всему человечеству. Эти изменения приводят к тому, что к пятидесяти годам заболеваниями позвоночника страдают приблизительно 80% мужчин и 60% женщин, а проявляться **боль в спине** начинает в среднем в 30-35 лет.



# Основные причины болей в позвоночнике



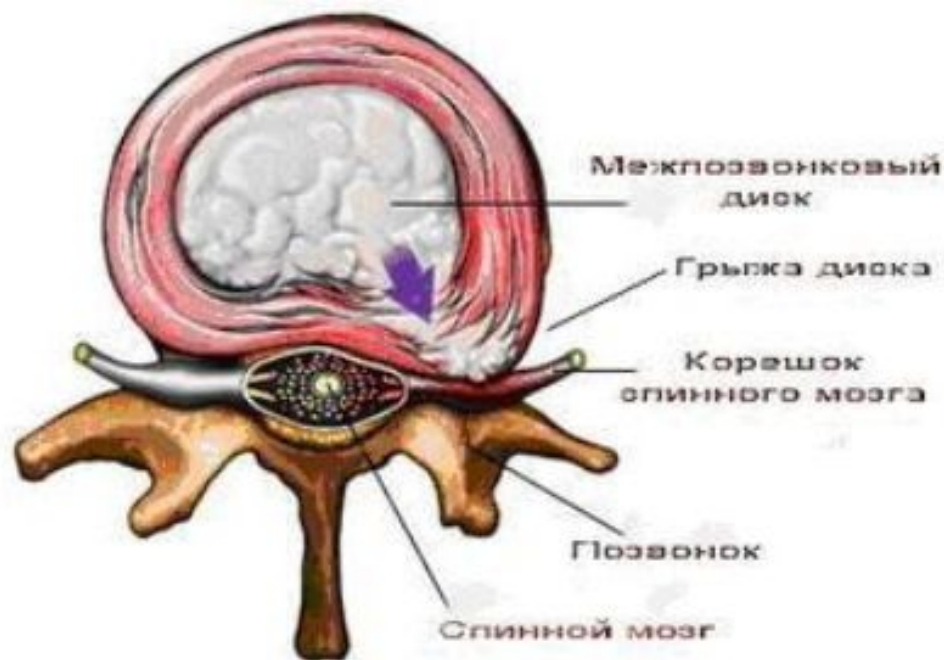
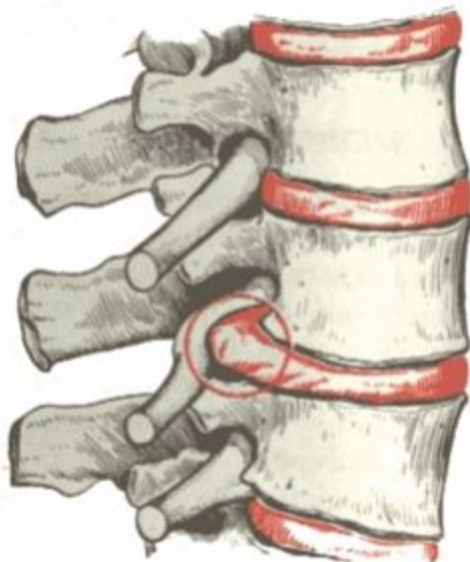
Остеохондроз, травмы (ушибы, растяжения), **грыжи** межпозвонковых **дисков**, избыточная масса тела, повышенная нагрузка на позвоночник, стресс, хроническое переутомление, длительное пребывание в однообразном положении (работа за компьютером, вождение автомобиля и т.п.) – вот самые основные причины вызывающие **боли в спине**.



Наиболее частым заболеванием, приводящим к появлению боли в спине - является остеохондроз позвоночника. Это заболевание связано с постепенным разрушением межпозвоночных дисков, в последствии которого развивается межпозвоночная (межпозвоночная) грыжа диска.



Ущемленный корешок спинномозгового нерва при грыже межпозвоночного диска.



Грыжей межпозвонкового диска называется выпячивание или выпадение фрагментов диска в спинномозговой канал и (или) в межпозвоночные отверстия, приводящее к сдавлению нервной ткани.



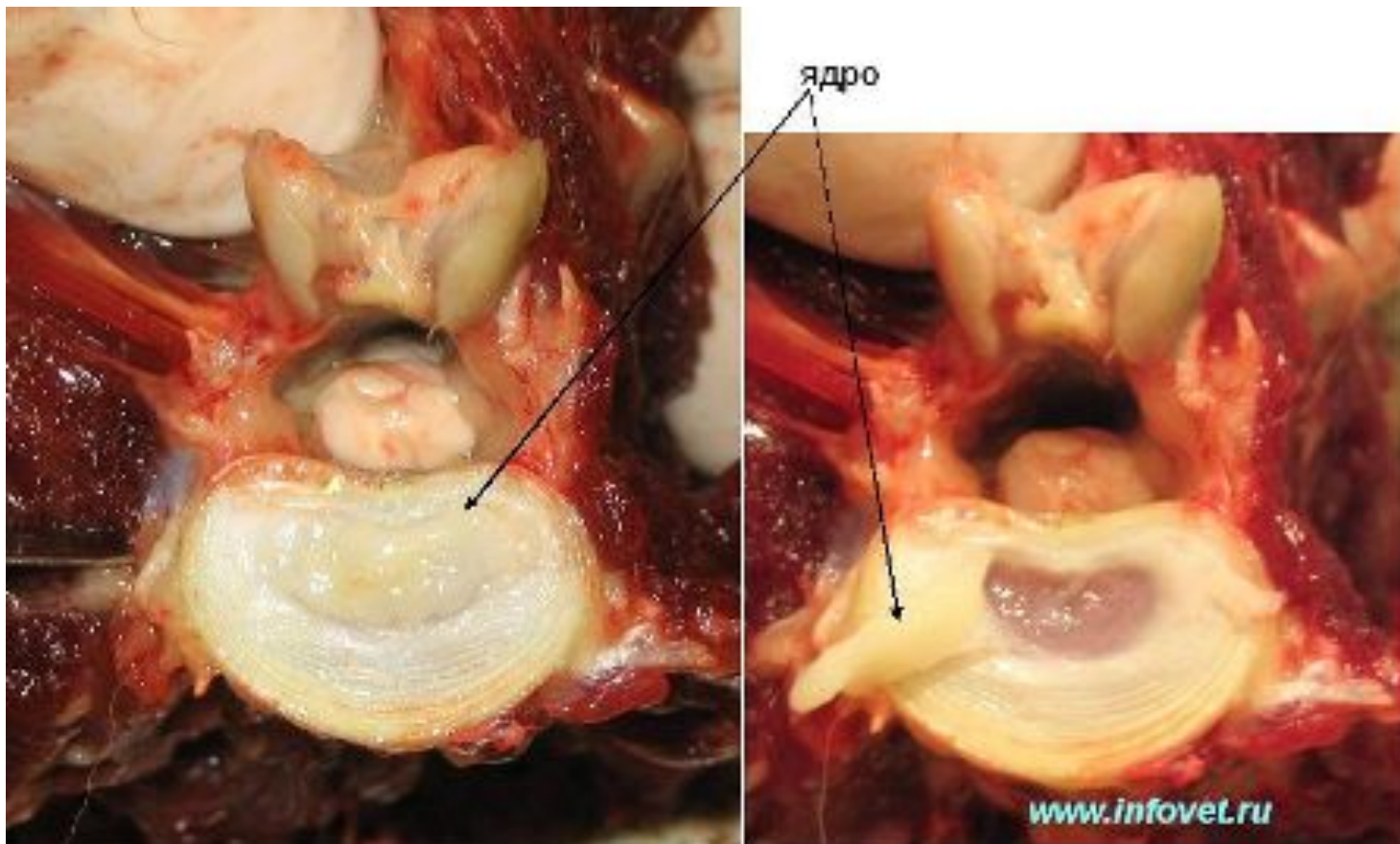
- Чтобы разобраться с самим заболеванием - **межпозвоночная грыжа** будет уместным хоть вкратце, рассказать, что же такое межпозвонковый диск?



# Межпозвоночный диск



# Фото межпозвонкового диска ЖИВОТНОГО



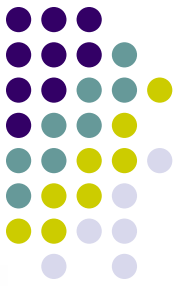


# Грыжа межпозвоночного диска является тяжелым осложнением остеохондроза позвоночника.



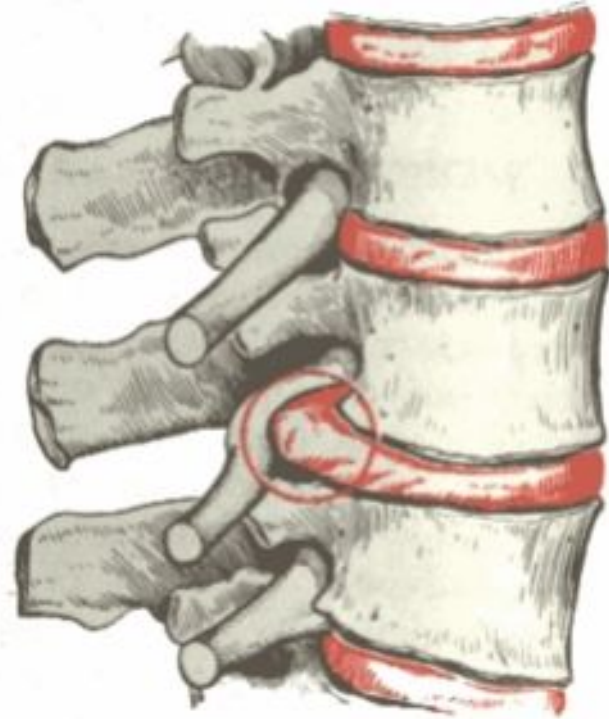
- Ее возникновению, прежде всего, способствуют более сильные нагрузки на поясничные межпозвонковые диски по сравнению с межпозвонковыми дисками шейного и грудного отделов позвоночника.
- Самая частая локализация межпозвонковой **грыжи в поясничном отделе** – это между L4 и L5, а также L5 и S1 позвонками (L-поясничный позвонок, S- крестцовый позвонок) . Реже грыжа образуется между L3 и L4 позвонками.

# Симптомы при межпозвонковой грыже поясничного отдела позвоночника



- На ранних стадиях болезни пациенты предъявляют жалобы только на боли в поясничной области. Характер боли при этом не постоянный, тупой, ноющий.
- Если пациент в этой стадии заболевания не предпринимает каких либо лечебных мер, то процесс в диске усугубляется. Появляется воспаление, отек тканей, которые в свою очередь начинают сдавливать нервный корешок.

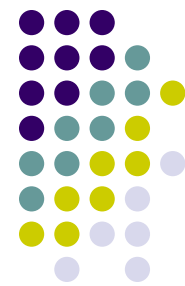
Ущемленный корешок  
спинномозгового нерва при  
грыже межпозвонкового диска.





- Постепенно характер боли изменяется – боль начинает присутствовать постоянно, а так же происходит ее усиление - при физической нагрузке, поднятии тяжести, чихании или кашле.
- Со временем **боль** ограничивает движения **в позвоночнике**, трудно повернуться, наклониться. За счет боли может появиться искривление («перекос») в позвоночнике в какую либо сторону (на медицинском языке это называется анталгический сколиоз).
- Боль начинает распространяться на ягодицу, бедро, голень, лодыжку, а также на икроножные мышцы голени.
- Боль становится стреляющей, ноющей. При этом больному очень трудно найти положение, при котором боль отступает.





- Главной причиной болевого синдрома при грыже межпозвонкового диска является «функциональный блок» в суставах между позвонками. Сократившиеся мышцы спины стягивают позвонки, сдавливая корешки спинномозговых нервов, они подают дополнительный болевой сигнал, что вызывает более сильное сокращение мышц. Порочный круг замыкается. Сустав оказывается заблокированным.
- Приёмы мануальной терапии направлены именно на разблокирование «запертых суставов», на разрыв «порочного круга» и снятие опасного сокращения мышц.

# Показания для мануальной терапия при грыже дисков



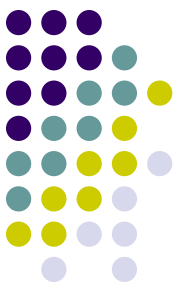
- Проведение лечения грыжи позвоночника мануальной терапией требует прохождения полного обследования у невролога, ортопеда, а также проведение рентген исследования и магниторезонансного сканирования.
- *В основном рекомендуется мануальная терапия при протрузии диска со смещением позвонков, грыжи диска с неприятными ощущениями в области верхних/нижних конечностей, шеи, позвоночника. Также часто проводится мануальная терапия при позвоночной грыже как подготовка к хирургическому лечению.*
- Если у вас межпозвоночная грыжа шейного отдела, мануальная терапия показана как один из видов лечения, если у вас минимальные симптомы. Рекомендуется сочетать с физиотерапевтическими процедурами, рефлексотерапией.



**Эффект лечения:** Уменьшается болевой синдром,  
воспалительный процесс;  
Улучшается общее самочувствие человека;  
Нормализуется кровообращение;  
Восстанавливается обмен веществ;  
Суставы становятся более подвижными;  
Уходят мышечный спазмы.



# Противопоказания для мануальной терапии при грыже позвоночника



- Гипертонический кризис;
- Артериальная гипертензия;
- Травмы, операции на позвоночнике;
- Нестабильное положение позвонков;
- Инфекции, протекающие в позвоночнике;
- Период обострения;
- Острое нарушение мозгового кровообращения;
- Дисковые миелопатии.
- *Противопоказана мануальная терапия при грыже позвоночника беременным женщинам и людям, страдающим онкологическими заболеваниями.*

- Мануальная терапия часто служит источником осложнений. После прохождения курса лечения пациенты жалуются на усиление боли, причинами которого могут быть: Разрыв связок и мышц. Блокирование или смещение позвонков. Развитие гипермобильности позвоночника. Ущемление межпозвоночной грыжи. Переломы ребер, отростков позвонков. Ишемический инсульт.



- В большинстве случаев **грыжа диска не является причиной заболевания**, а является следствием мышечной блокады коротких глубоких мышц спины, которые спазмируясь стягивают позвонки с такой силой, что они деформируют диск, вследствие чего возникает грыжа. В этом случае самой эффективной методикой является мануальная терапия, но заниматься этим должны действительно специалисты, которые знают какие бывают виды грыж (латеральная, вентральная, медиальная, дорзальная, хрящевая и грыжа Шморля) и знают все приемы мануальной терапии.











**Спасибо за внимание**

