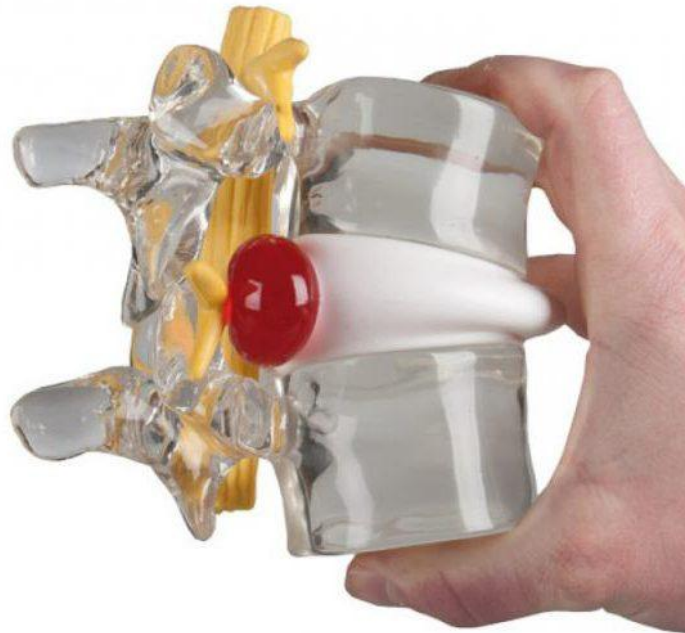


# Основные принципы мануальной терапии при шейном остеохондрозе



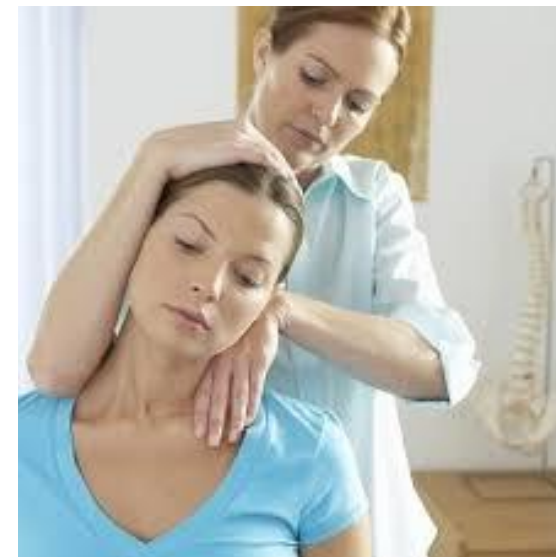


- В настоящее время от малоподвижного образа жизни, одним из самых распространенных заболеваний считается шейный остеохондроз. Он проявляется в дистрофии межпозвоночных дисков шейного отдела позвоночника. Существует большое количество методов лечения остеохондроза.
- Мануальная терапия при остеохондрозе шейного отдела считается одним из самых эффективных немедикаментозных методов лечения этого недуга.



# Мануальная диагностика

- Общение пациента с врачом начинается с подробного сбора жалоб, выяснения особенностей болевого синдрома и наличия других проявлений болезни. Обязательно уточняется, есть ли сопутствующие заболевания. Выявляются противопоказания для лечения.
- После этого проводится осмотр области шеи: оценивается выраженность шейного лордоза, расположение шейных позвонков, головы, плеч. Определяется подвижность позвоночника при наклоне вперед и назад.



- На ощупь оценивается состояние кожи, напряжение мышц, выявляются блокады. При ощупывании остистых позвонков обращают внимание на расстояние между ними, болезненность, состояние связочного аппарата.
- Затем оценивается состояние дугоотростчатых суставов шейного отдела позвоночника с помощью пальпации, определения пассивных движений, смещения позвонков в различных плоскостях. Выявляется функциональная блокада, ее степень, болезненность пассивных движений.





- Для уточнения диагноза необходимо проведение дополнительных методов исследования:
- Рентгенография шейного отдела позвоночника.
- Компьютерная томография.
- Магнитно-резонансная томография.
- Ультразвуковая диагностика.
- Электронейромиография (ЭНМГ).
- Только после всесторонней оценки состояния пациента врач-реабилитолог делает вывод о возможности проведения терапии.

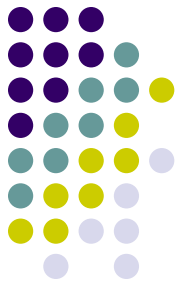


# Лечебные техники



Все манипуляции мануального терапевта направлены на устранение функциональной блокады, выявленной при диагностике. Для этого используется две основные техники: **мобилизация и манипуляция**.

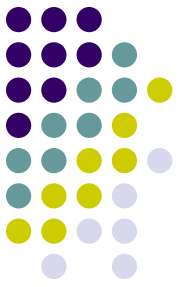
- В результате такого воздействия наблюдаются следующие эффекты:
- восстанавливается подвижность позвоночного сегмента;
- устраняется мышечное напряжение;
- расслабляется связочный аппарат шейного отдела позвоночника;
- улучшается кровообращение и лимфоотток.
- Во время процедуры пациент должен быть полностью расслаблен. Пациент располагается так, как удобно врачу.



## Мобилизационная техника

Мобилизация сустава заключается в максимальном сопоставлении сочленения в крайнем положении. Фиксация одной из частей сустава – обязательное условие. Врач производит в суставе пассивные пружинящие движения.

Воздействие легкое, осуществляется в фазу выдоха. В некоторых случаях достаточно от 10 до 15 таких движений для полной ликвидации функциональной блокады. В ряде случаев можно обойтись без манипуляции.

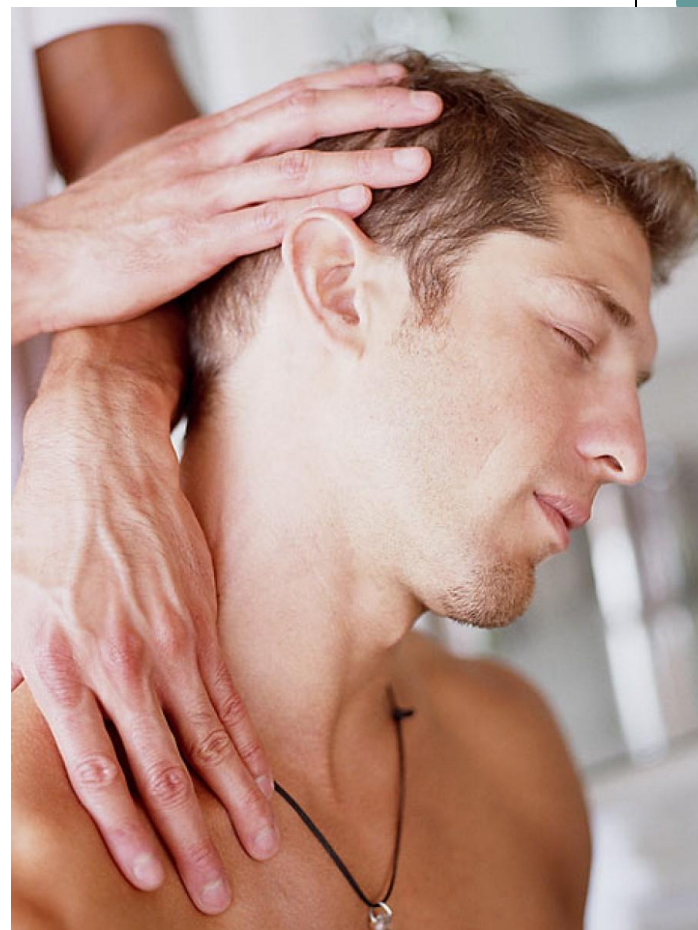




## Манипуляционная техника

Во время манипуляции часть сустава также фиксируют и производят мобилизацию другой его части. Остальные суставы тоже должны быть неподвижны.

На выдохе производят быстрое движение в сторону ограничения движения. При этом иногда можно услышать хруст. После этого предоставляется отдых в течение 20–30 минут.



Мануальный терапевт воздействует не только на суставы шейного отдела позвоночника, но также на мышцы и связки. Для этого используются различные методы

Сближение мест, где крепятся мышцы, с одновременным сильным сдавлением брюшка мышцы. Воздействие продолжается до тех пор, пока мышца не расслабится.

Растягивание мышцы с удалением мест ее прикрепления друг от друга. Это движение комбинируют с воздействием на брюшко мышцы перпендикулярно мышечным волокнам.

Растирание спазмированных мышц.

Постизометрическая релаксация: после максимального напряжения мышцы достигается ее полное расслабление.

Пассивное восстановление объема движений с помощью медленных и ритмичных манипуляций.

Продольное вытяжение для увеличения расстояния между позвонками.



Мануальная терапия считается эффективной, если после проведения лечения уменьшаются клинические проявления заболевания, улучшается мозговое кровообращение и самочувствие пациента. Лечение проводится 2–3 раза в год по 6–15 сеансов. Процедуры могут назначаться ежедневно или 1 раз в несколько дней. Это решает мануальный терапевт.





- Возможные осложнения:
- Усиление нестабильности позвонков.
- Повреждение спинного мозга или его корешков выпавшей грыжей.
- Переломы тел позвонков при опухолевом поражении или остеопорозе.
- Повреждение спинномозговой артерии или корешка спинного мозга остеофитом.
- Разрывы связок при воспалительных заболеваниях.
- Мануальная терапия при шейном остеохондрозе способна творить чудеса, если имеются функциональные нарушения. Поэтому мануальную терапию нужно использовать на ранних стадиях остеохондроза или применять с профилактической целью.



# Показания для мануальной терапии

- Основным показанием к проведению мануальной терапии является функциональн. блокада – ограничение пассивной подвижности при нормальной функции сустава.
- Остеохондроз.
- Протрузии межпозвоночных дисков
- Спондилоартроз.
- Вегетососудистая дистония



# Противопоказания:

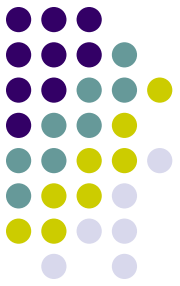


- Старческий возраст.
- Наличие опухоли в головном или спинном мозге.
- Воспалительные процессы неспецифического характера в позвоночнике, например, туберкулезный спондилит, ревматизм.
- Менингит, энцефалит.
- После оперативного вмешательства на позвоночнике.
- Если есть фрагменты грыж.
- Наличие острой инфекции.
- Высокое артериальное давление.
- Обострение хронических заболеваний в виде гепатита, панкреатита, холецистита.
- Недавний инфаркт или инсульт.
- Сосудистые заболевания..



## Поведение пациента после процедуры

- После проведения сеанса пациент не должен мгновенно вскакивать и бежать домой. Организму необходим отдых, а позвоночник можно обездвижить с помощью специального корсета.
- Все наклоны головы, резкие движения и повороты в шейном отделе должны быть исключены. После сеанса в некоторых случаях может наблюдаться некоторое усиление боли, вызванное воздействием на ткани. Для ее снятия можно принять обезболивающий препарат.



## Статистика.

Вот какие побочные эффекты может давать мануальная терапия при остеохондрозе шейного отдела: 15% больных после процедуры испытывали головокружение, 5% — повышенную мобильность позвоночника, 22% — усиление болевого синдрома, 7% — прогрессирование заболевания. **За и против** - необходимо взвесить, прежде чем отправляться на такое лечение.





**Успехов в учебе!**



**Спасибо за внимание!**

