

## Η πιο ελπιδοφόρα θεραπεία για τα προβλήματα δισκοκήλης

/ Επιστήμες, Τ



Γράφει:

Κακαβάς Γιώργος, Φυσικοθεραπευτής - Χειροθεραπευτής

Πολλοί ασθενείς με ρωτούν τι γίνεται με τη θεραπεία της κήλης μεσοσπονδύλιου δίσκου. Πάρα πολλοί συνάνθρωποί μας πάσχουν από οσφυϊκή ή αυχενική δισκική παθολογία και συνήθως μπαίνουν σε ένα ατέρμονο κύκλο θεραπειών με αντιφλεγμονώδη και αναλγητικά, κατάκλιση, μασάζ κλπ. Άλλοι έχουν χειρουργηθεί χωρίς μεγάλη επιτυχία ή η κήλη έχει υποτροπιάσει αρκετά γρήγορα, ή σε άλλο σπονδυλικό επίπεδο. Η δισκική παθολογία συνήθως είναι μια χρόνια κατάσταση με υφέσεις και εξάρσεις που ταλαιπωρούν τον ασθενή και υποβαθμίζουν την ποιότητα της ζωής του.

Τα τελευταία χρόνια έχει έρθει από την Αμερική μια πολλά υποσχόμενη θεραπεία για το δισκικό πρόβλημα. Λέγεται αποσυμπίεση (spinal Decompression) και βοηθά το αίτιο του προβλήματος και όχι το σύμπτωμα.

Πρόκειται για μια επεμβατική μη χειρουργική θεραπεία με πολύ καλά δημοσιευμένα αποτελέσματα (βελτίωση μέχρι 80% των περιπτώσεων ανάλογα την ηλικία, τη σοβαρότητα και τη χρονιότητα του προβλήματος. Αυτή η θεραπεία πρέπει να γίνεται από πιστοποιημένους θεραπευτές που ξέρουν την εμβιομηχανική της σπονδυλικής στήλης και γνωρίζουν τις αντενδείξεις της θεραπείας.)

Λόγω της ιδιομορφίας του δίσκου (κακή αιμάτωση, πλούσια νεύρωση, αλλαγές με

το πέρασμα του χρόνου κλπ.) η θεραπεία κρατά γύρω στις 6 εβδομάδες με πλάνο 3 θεραπείες την εβδομάδα και μετά την 4η εβδομάδα 2 θεραπείες την εβδομάδα και έναρξη του σταδίου της σταθεροποίησης με ειδικές ασκήσεις για τους μυς γύρω από την σπονδυλική στήλη. [\(περισσότερα...\)](#)