

Ciprian Bachigeanu

KINETOTERAPIA

**TRATAM SCOLIOZA, CIFOZA, LORDOZA SI ALTE DEFICIENTE ALE COLOANEI IN ORICARE DINTRE SEDIILE DE MAI JOS !
PROGRAMEAZA-TE ACUM, TU SAU COPILUL TAU, INAINTE CA DEFICIENTA SA NU MAI POATA FI CORECTATA !**

SCOLIOZA SI KINETOTERAPIE

Coloana vertebrala este formata din 33-34 vertebre, dintre care : 7 cervicale, 12 dorsale, 5 lombare, 5 sacrale si 4-5 coccigiene. Deviatiiile coloanei vertebrale se pot clasifica in : **deviatii ale coloanei vertebrale in plan frontal** (de exemplu, SCOLIOZA) sau **deviatii ale coloanei vertebrale in plan sagital** (de exemplu, CIFOZA sau LORDOZA). Mentionam ca aceasta clasificare este una succinta inasa cuprinde cazurile cel mai des intalnite. Evident ca pot exista si combinatii ale acestora precum CIFO-LORDOZA sau CIFO-SCOLIOZA. Trebuie inasa facuta diferentierea intre deficienta deja instalata si atitudinea anormala care ofera un teren favorabil pentru instalarea deficientei, in cazul in care nu se trateaza prin kinetoterapie.

Aceasta diferenta se face in urma analizei radiografiei coloanei vertebrale si a pacientului in sine (de exemplu: "SCOLIOZA" sau "ATITUDINE SCOLIOTICA", aceasta din urma nereprezentand deficienta deja instalata ci doar un reflex gresit de postura). In ambele cazuri inasa trebuie sa se apeleze la kinetoterapie, aceasta fiind singura forma de tratament pentru deficientele de coloana care nu sunt monstroase si deci nu necesita interventie chirurgicala. Chiar si in cazul purtarii unui corset trebuie facute sedintele de kinetoterapie. In caz contrar se poate ajunge la asimetrii de bazin care vor afecta in timp mersul, la gibozitati toracale ("cocoase"), la dificultati respiratorii datorate expansiunii limitate a cutiei toracice etc.

Cand este depistata din timp, **scolioza** poate fi tratata fara a se mai ajunge la interventii chirurgicale. Pentru curburi ale coloanei vertebrale de pana la 30 grade singurul tratament este kinetoterapia (gimnastica medicala sub indrumarea unui specialist-kinetoterapeut). **Kinetoterapia** este importanta pentru tonifierea musculaturii paravertebrale care sustine coloana, ajuta la flexibilitatea si mobilitatea coloanei si sterge reflexul gresit de postura instaurandu-l pe cel corect. De la 30 grade la 50 grade se recomanda pe langa kinetoterapie (gimnastica medicala) si purtarea unui corset, care previne agravarea curburii. In

Ciprian Bachigeanu

cazul curburilor de peste 50 grade singurul tratament este tratamentul chirurgical.

Tipurile de scolioze pot fi :

Scolioza cu o singura curbura

scolioza in forma literei "C" (dreapta sau stanga)

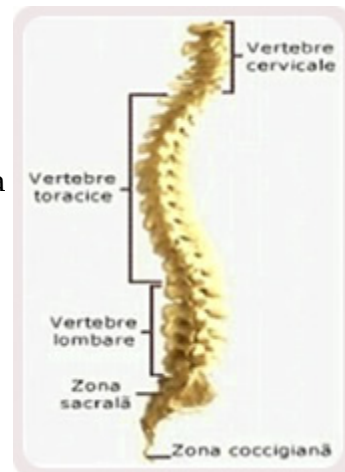
Scolioza cu doua sau trei curburi

scolioza in forma literei "S" (dreapta sau stanga), in care curburile alterneaza de o parte si de alta a coloanei in mod compensator.

De aceea este foarte important ca sedintele de kinetoterapie sa se desfasoare intr-un cabinet de kinetoterapie sub supravegherea unui kinetoterapeut, intrucat programul terapeutic difera in functie de tipul scoliozei.

Tratamentul prin kinetoterapie (gimnastica medicala)

urmareste sa corecteze deviatiile coloanei vertebrale si sa mentina aceasta corectare, sa opreasca evolutia scoliozelor, sa reduca tulburarile functionale si asimetriile secundare ale corpului. Printre oameni sunt cunoscute multe tipuri de tratament pentru scolioze (**acupunctura, reflexoterapie, chiropraxie, tratamente naturiste etc.**), dar medicina contemporana recunoaste numai **trei tipuri de tratament** care sunt recunoscute de **Organizatia Mondiala Pentru Sanatate** anume:



1. TRATAMENT PRIN KINETOTERAPIE (GIMNASTICA MEDICALA)

2. TRATAMENT ORTOPEDIC (corset)

3. TRATAMENT CHIRURGICAL

Atentie parinti!!!!!! Duceti copiii la cabinete de kinetoterapie daca stiti ca acestia au deficiente de coloana (scolioze, cifoze). Avantajul este acela ca pana la 18 ani o deficiente de coloana se poate recupera total daca urmati tratament de kinetoterapie. Dupa aceasta varsta, coloana "nu se mai indreapta" intrucat

Ciprian Bachigeanu

sistemul osos se opreste din dezvoltare si atunci, se lucreaza pentru stagnarea evolutiei deficientei si limitarea aparitiei complicatiilor acesteia.

KINETOTERAPIE SI SPONDILOZA

Spondiloza cervicala

este o afectiune degenerativa a coloanei vertebrale, localizata la nivelul vertebrelor cervicale si a discurilor intervertebrale. Afectiunea survine in general la persoanele cu varsta inaintata(peste 45 ani) si evolueaza in timp.Statistic vorbind spondiloza afecteaza ambele sexe in mod egal,dar survine la barbati mai devreme decat la femei.

Spondiloza cervicala apare in urma uzurii (degenerarii) discurilor sau articulatiilor intervertebrale si este adesea insotita de reactii de reparare (osteofite) la nivelul corpurilor vertebrale. Aceasta proliferare anormala a tesutului osos (ma refer la osteofite) poate duce la cresterea presiunii exercitate asupra nervilor spinali.

Multi dintre cercetatori considera ca **principala cauza a spondilozei cervicale** este datorata imbatranirii tesutului ceea ce este corect insa putin conservator intrucat nu trebuie marginalizate urmatoarele **cauze** :

- » adoptarea unei pozitii vicioase a coloanei cervicale (statul prelungit in fata calculatorului sau la birou);
- » scaderea tonusului muscular, fapt datorat adesea sedentarismului;
- » anomalii congenitale;
- » traumatisme.

Toate aceste situatii "ajuta" la uzura progresiva a discurilor intervertebrale si instaurarea spondilozei cervicale, care se caracterizeaza prin redoare articulara matinala, dureri in zona cervicala

si a centurii scapulare, sindrom vertiginos (ameteli). Persoanele in varsta sunt expuse la reumatisme degenerative datorita intreruperii activitatii profesionale, acceptarii sedentarismului, cresterii in greutate si diminuarii considerabile a activitatii aparatului locomotor. In aceste cazuri se produc scaderi ale tonusului muscular, apar atrofii musculare, muschii isi pierd functiile, apar modificari in axele extremitatilor osoase modificand raporturile de contact ale suprafetelor osoase ale unei articulatii, provocand tulburari in nutritia articulara si modificari biochimice la nivelul cartilajelor articulare.

Tratamentul consta obligatoriu in sedinte de fizioterapie efectuate de 2 ori pe an si asociate cu masaj terapeutic (atentie!!! diferit de masajul de relaxare), la care se adauga lunar, daca este posibil, programul de kinetoterapie. Acesta creste

Ciprian Bachigeanu

mobilitatea osteoarticulara, tonusul muscular, tonifica insertiile si creste nutritia discului intervertebral.

Kinetoterapia reprezinta un tratament care este alcatuit dintr-un program de exercitii active sau active cu rezistenta, program elaborat in functie de evolutia bolii si de stadiul acesteia, de catre un kinetoterapeut. In nici un caz sedintele de kinetoterapie nu se pot desfasura la domiciliul pacientului fara supravegherea medicala a unui kinetoterapeut. Trebuie precizat faptul ca tratamentul medicamentos ajuta numai temporar. Daca se tine seama de esenta leziunilor de tip artrozic, este clar ca uzura articulatiilor si modificarile osoase nu pot fi remediate cu medicamente. In linii generale, se pot lua masuri de protectie fata de uzura articulatiei, de tratament care sa scada durerea la miscare, sa reduca contractura musculara si, daca este posibil, sa se obtina o restaurare a functiei articulare. Aceste obiective insa pot fi atinse cel mai bine prin kinetoterapie si masaj terapeutic.

In final doresc sa recapitulez urmatoarele:

1. Tratamentul medicamentos actioneaza impotriva durerii cervicale, insa efectele lui sunt de scurta durata si uneori pot fi agresive pentru persoanele cu probleme gastrice (de aceea antiinflamatoarele se asociaza cu medicatie de tip pansament gastric). Aceasta medicatie se ia cel mult 15 zile iar efectele ei sunt, asa cum spuneam, limitate deoarece se trateaza efectul (durerea) si nu cauza. De aceea, in lipsa kinetoterapiei, fenomenele dureroase reapar.

2. Fizioterapia asociata cu masajul terapeutic actioneaza impotriva durerii cervicale avand efect antialgic, ajuta la cresterea troficitatii zonelor adiacente coloanei vertebrale si la decontracturarea musculaturii paravertebrale cervicale. Efectele fizioterapiei sunt mult mai benefice si mai de lunga durata daca aceste proceduri se asociaza cu masajul terapeutic.

3. Kinetoterapia actioneaza direct asupra cauzei (asupra degenerarii vertebrelor si discurilor intervertebrale ajutand la rehidratarea acestora). Ea conduce la redobandirea mobilitatii articulare, cresterea elasticitatii si tonusului muscular, diminuarea efectelor negative ale osteofitelor si la imbunatatirea starii generale a organismului din punct de vedere psiho-motric. Kinetoterapia se incepe dupa cele 12 sedinte de fizioterapie asociate cu masaj terapeutic.

Nu pot sa-mi permit sa nu accentuez urmatoarele: **KINETOTERAPIA (gimnastica medicala) pentru spondiloza cervicala nu se face la domiciliu**, fara supraveghere medicala, fara aparatura corespunzatoare (spalier, sistem de scripeti, bicicleta ergonometrica, greutati etc.), si fara un program de recuperare medicala individualizat special pentru spondiloza cervicala, elaborat de un kinetoterapeut.

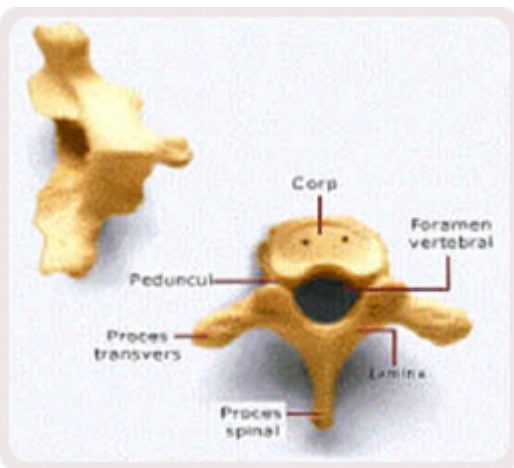
Ciprian Bachigeanu

TRATAM HERNIA DE DISC

KINETOTERAPIE SI HERNIE DE DISC

In cazul in care pacientul decide sa se trateze pentru **hernie de disc**, **lombosciatica** sau **discopatie lombara**, pasii pe care acesta trebuie sa-i urmeze sunt:

» In prima faza se trateaza **simptomatologia** (durere, contractura musculara, discomfort) prin sedinte de fizioterapie asociate cu masaj terapeutic (nu de relaxare!); medicatia ajuta doar temporar si este, de obicei, agresiva pentru mucoasa gastrica (de aceea antiinflamatoarele se iau cu un pansament gastric de tipul omez, omeran, ranitidina); aceste sedinte de fizioterapie trebuiesc repetate de doua ori pe an deoarece efectele lor sunt de lunga durata;



» In a doua faza se trateaza **cauza** cu ajutorul kinetoterapiei (programul Williams- fazele I, II si III);

» In cel mai rau caz se intervine chirurgical.

Coloana vertebrala

reprezinta elementul central al sistemului osos uman si deci al aparatului locomotor. Aceasta indeplineste urmatoarele functii: functia de sustinere (sustine trunchiul alaturi de musculatura paravertebrala), functia de protectie (protejeaza maduva impotriva diferitelor agresiuni mecanice cu ajutorul canalului medular), functia de mobilitate (datorita curburilor sale fiziologice ofera omului posibilitatea de a se misca si de a se deplasa), functia morfogenetica (particularitatile mecanicii coloanei vertebrale influenteaza asezarea organelor interne).

Coloana vertebrala este alcatuita din 33-34 piese osoase numite vertebre. Corpii vertebrali sunt legati prin discurile intervertebrale. Intre vertebre se mai gasesc si ligamente care, impreuna cu discul intervertebral si cu capsulele articulare, formeaza segmentul de mobilitate.

Componenta cea mai importanta a acestuia o reprezinta discul intervertebral care este asezat in spatiile dintre corpii vertebrali, pe care ii separa, dar ii si solidarizeaza in acelasi timp. Este format dintr-o portiune periferica, alcatuita din

Ciprian Bachigeanu

tesut conjunctiv fibros, numita inel fibros si o portiune centrala cu aspect gelatinos, care poarta numele de **nucleu** pulpos. In cazul discului degenerat, presiunile din interiorul nucleului pulpos scad semnificativ. Contractura muschilor toracelui si abdomenului reduce cu mult sollicitarea discurilor intervertebrale.

Aceste date releva importanta intretinerii unei bune musculaturi toraco-abdominale pentru asigurarea functionarii normale a coloanei vertebrale si pentru prevenirea uzurii discale. Astfel, la persoanele supraponderale, unde tonusul musculaturii abdominale e scazut, se creeaza conditii mecanice nefavorabile suplimentare asupra coloanei vertebrale, explicand frecventa aparitiei discopatiei sau chiar a herniei de disc. **Miscarea** este necesara nutritiei discului intervertebral.

Solicitarile maxime ale coloanei lombare prin ridicarea greutatilor in pozitii incorecte (cu zona lombara in flexie sau in hiperextensie) solicita la maximum inelul fibros care se poate fisura. Bolnavul simte o durere violenta care-l imobilizeaza. In acest moment, nucleul pulpos, aflat in stare de tensiune, migreaza pe fisurile inelului fibros, provocand iritarea filetelor nervoase ceea ce provoaca o **durere** violenta. Acesta este primul **simptom** al deteriorarii discului. Daca dupa acest moment **acut** se continua activitatea, atunci nucleul pulpos mareste dimensiunile fisurilor inelului fibros, putand aluneca mai departe, iritand radacinile nervilor care ies din maduva spinarii. In stadii mai avansate de deteriorare a discului, nucleul pulpos se poate rupe, iar fragmentele pot migra, fie catre cavitatea medulara fie in interiorul corpilor vertebrali. Fragmentarea si migrarea nucleului pulpos reprezinta "hernie de disc", stare de deteriorare a discului care este ireversibila, necesitand chiar si **tratament** neuro-chirurgical.

Primul stadiu, de fisurare cu integritatea nucleului pulpos, este reversibil si este cunoscut sub numele de "discopatie" beneficiind de tratament medical. In stadiile urmatoare, spatiile intervertebrale se ingusteaza, diminuand in acelasi timp orificiul de emergenta a radacinilor nervului **sciatic**, aparand simptomul de **lombosciatica**.

Din nefericire, in aceasta faza se comit imprudente regretabile din partea bolnavilor care amana consultul medical continuandu-si activitatea si efortul fizic. Continuarea activitatii supune zona lezata la presiuni mari care deplaseaza nucleul pulpos sau chiar il fragmenteaza ajungandu-se la hernie de disc. Evolutia in aceasta situatie poate fi severa, presupunand tratamente complicate si costisitoare, uneori necesitand interventia chirurgicala. Scurtarea evolutiei lombosciaticii discale depinde deci de acest gest simplu, care consta din adoptarea imediata a repausului la pat si a consultului medical in primele ore de

Ciprian Bachigeanu

la aparitia durerii.

Orice lombosciatica trebuie in principiu investigata cu un RMN pentru a se pune un **diagnostic** corect, daca este cazul, de **hernie** de disc.

KINETOTERAPIE SI SPONDILOZA

Spondiloza cervicala

este o afectiune degenerativa a coloanei vertebrale, localizata la nivelul vertebrelor cervicale si a discurilor intervertebrale. Afectiunea survine in general la persoanele cu varsta inaintata(peste 45 ani) si evolueaza in timp.Statistic vorbind spondiloza afecteaza ambele sexe in mod egal,dar survine la barbati mai devreme decat la femei.

Spondiloza cervicala apare in urma uzurii (degenerarii) discurilor sau articulatiilor intervertebrale si este adesea insotita de reactii de reparare (osteofite) la nivelul corpurilor vertebrale. Aceasta proliferare anormala a tesutului osos (ma refer la osteofite) poate duce la cresterea presiunii exercitate asupra nervilor spinali.

Multi dintre cercetatori considera ca **principala cauza a spondilozei cervicale** este datorata imbatranirii tesutului ceea ce este corect insa putin conservator intrucat nu trebuie marginalizate urmatoarele **cauze** :

- » adoptarea unei pozitii vicioase a coloanei cervicale (statul prelungit in fata calculatorului sau la birou);
- » scaderea tonusului muscular, fapt datorat adesea sedentarismului;
- » anomalii congenitale;
- » traumatisme.

Toate aceste situatii "ajuta" la uzura progresiva a discurilor intervertebrale si instaurarea spondilozei cervicale, care se caracterizeaza prin redoare articulara matinala, dureri in zona cervicala

si a centurii scapulare, sindrom vertiginos (ameteli). Persoanele in varsta sunt expuse la reumatisme degenerative datorita intreruperii activitatii profesionale, acceptarii sedentarismului, cresterii in greutate si diminuarii considerabile a activitatii aparatului locomotor. In aceste cazuri se produc scaderi ale tonusului muscular, apar atrofii musculare, muschii isi pierd functiile, apar modificari in axele extremitatilor osoase modificand raporturile de contact ale suprafetelor

Ciprian Bachigeanu

osoase ale unei articulatii, provocand tulburari in nutritia articulara si modificari biochimice la nivelul cartilajelor articulare.

Tratamentul consta obligatoriu in sedinte de fizioterapie efectuate de 2 ori pe an si asociate cu masaj terapeutic (atentie!!! diferit de masajul de relaxare), la care se adauga lunar, daca este posibil, programul de kinetoterapie. Acesta creste mobilitatea osteoarticulara, tonusul muscular, tonifica insertiile si creste nutritia discului intervertebral.

Kinetoterapia reprezinta un tratament care este alcatuit dintr-un program de exercitii active sau active cu rezistenta, program elaborat in functie de evolutia bolii si de stadiul acesteia, de catre un kinetoterapeut. In nici un caz sedintele de kinetoterapie nu se pot desfasura la domiciliul pacientului fara supravegherea medicala a unui kinetoterapeut. Trebuie precizat faptul ca tratamentul medicamentos ajuta numai temporar. Daca se tine seama de esenta leziunilor de tip artrozic, este clar ca uzura articulatiilor si modificarile osoase nu pot fi remediate cu medicamente. In linii generale, se pot lua masuri de protectie fata de uzura articulatiei, de tratament care sa scada durerea la miscare, sa reduca contractura musculara si, daca este posibil, sa se obtina o restaurare a functiei articulare. Aceste obiective insa pot fi atinse cel mai bine prin kinetoterapie si masaj terapeutic.

In final doresc sa recapitulez urmatoarele:

1. Tratamentul medicamentos actioneaza impotriva durerii cervicale, insa efectele lui sunt de scurta durata si uneori pot fi agresive pentru persoanele cu probleme gastrice (de aceea antiinflamatoarele se asociaza cu medicatie de tip pansament gastric). Aceasta medicatie se ia cel mult 15 zile iar efectele ei sunt, asa cum spunem, limitate deoarece se trateaza efectul (durerea) si nu cauza. De aceea, in lipsa kinetoterapiei, fenomenele dureroase reapar.

2. Fizioterapia asociata cu masajul terapeutic actioneaza impotriva durerii cervicale avand efect antialgic, ajuta la cresterea troficitatii zonelor adiacente coloanei vertebrale si la decontracturarea musculaturii paravertebrale cervicale. Efectele fizioterapiei sunt mult mai benefice si mai de lunga durata daca aceste proceduri se asociaza cu masajul terapeutic.

3. Kinetoterapia actioneaza direct asupra cauzei (asupra degenerarii vertebrelor si discurilor intervertebrale ajutand la rehidratarea acestora). Ea conduce la redobandirea mobilitatii articulare, cresterea elasticitatii si tonusului muscular, diminuarea efectelor negative ale osteofitelor si la imbunatatirea starii generale a organismului din punct de vedere psiho-motric. Kinetoterapia se incepe dupa cele 12 sedinte de fizioterapie asociate cu masaj terapeutic.

Ciprian Bachigeanu

Nu pot sa-mi permit sa nu accentuez urmatoarele: **KINETOTERAPIA (gimnastica medicala) pentru spondiloza cervicala nu se face la domiciliu**, fara supraveghere medicala, fara aparatura corespunzatoare (spalier, sistem de scripeti, bicicleta ergonometrica, greutati etc.), si fara un program de recuperare medicala individualizat special pentru spondiloza cervicala, elaborat de un kinetoterapeut.

TRATAM SCOLIOZA, CIFOZA, LORDOZA SI ALTE DEFICIENTE ALE COLOANEI IN ORICARE DINTRE SEDIILE DE MAI JOS !

SCOLIOZA SI KINETOTERAPIE

Coloana vertebrala este formata din 33-34 vertebre, dintre care : 7 cervicale, 12 dorsale, 5 lombare, 5 sacrale si 4-5 coccigiene. Deviatii ale coloanei vertebrale se pot clasifica in : **deviatii ale coloanei vertebrale in plan frontal** (de exemplu, SCOLIOZA) sau **deviatii ale coloanei vertebrale in plan sagital** (de exemplu, CIFOZA sau LORDOZA). Mentionam ca aceasta clasificare este una succinta insa cuprinde cazurile cel mai des intalnite. Evident ca pot exista si combinatii ale acestora precum CIFO-LORDOZA sau CIFO-SCOLIOZA. Trebuie insa facuta diferentierea intre deficienta deja instalata si atitudinea anormala care ofera un teren favorabil pentru instalarea deficientei, in cazul in care nu se trateaza prin kinetoterapie.

Aceasta diferenta se face in urma analizei radiografiei coloanei vertebrale si a pacientului in sine (de exemplu: "SCOLIOZA" sau "ATTITUDINE SCOLIOTICA", aceasta din urma nereprezentand deficienta deja instalata ci doar un reflex gresit de postura). In ambele cazuri insa trebuie sa se apeleze la kinetoterapie, aceasta fiind singura forma de tratament pentru deficientele de coloana care nu sunt monstroase si deci nu necesita interventie chirurgicala. Chiar si in cazul purtarii unui corset trebuie facute sedintele de kinetoterapie. In caz contrar se poate ajunge la asimetrii de bazin care vor afecta in timp mersul, la gibozitati toracale ("cocoase"), la dificultati respiratorii datorate expansiunii limitate a cutiei toracice etc.

Cand este depistata din timp, **scolioza** poate fi tratata fara a se mai ajunge la interventii chirurgicale. Pentru curburi ale coloanei vertebrale de pana la 30 grade singurul tratament este kinetoterapia (gimnastica medicala sub indrumarea unui specialist-kinetoterapeut). **Kinetoterapia** este importanta pentru tonifierea musculaturii paravertebrale care sustine coloana, ajuta la flexibilitatea si mobilitatea coloanei si sterge reflexul gresit de postura instaurandu-l pe cel corect. De la 30 grade la 50 grade se recomanda pe langa kinetoterapie

Ciprian Bachigeanu

(gimnastica medicala) si purtarea unui corset, care previne agravarea curburii. In cazul curburilor de peste 50 grade singurul tratament este tratamentul chirurgical.

Tipurile de scolioze pot fi :

Scolioza cu o singura curbura

scolioza in forma literei "C" (dreapta sau stanga)

Scolioza cu doua sau trei curvuri

scolioza in forma literei "S" (dreapta sau stanga), in care curburile alterneaza de o parte si de alta a coloanei in mod compensator.

De aceea este foarte important ca sedintele de kinetoterapie sa se desfasoare intr-un cabinet de kinetoterapie sub supravegherea unui kinetoterapeut, intrucat programul terapeutic difera in functie de tipul scoliozei.

Tratamentul prin kinetoterapie (gimnastica medicala)

urmareste sa corecteze deviatiile coloanei vertebrale si sa mentina aceasta corectare, sa opreasca evolutia scoliozelor, sa reduca tulburarile functionale si asimetriile secundare ale corpului. Printre oameni sunt cunoscute multe tipuri de tratament pentru scolioze (**acupunctura, reflexoterapie, chiropraxie, tratamente naturiste etc.**), dar medicina contemporana recunoaste numai **trei tipuri de tratament** care sunt recunoscute de **Organizatia Mondiala Pentru Sanatate** anume:



- 1. TRATAMENT PRIN KINETOTERAPIE (GIMNASTICA MEDICALA)**
- 2. TRATAMENT ORTOPEDIC (corset)**
- 3. TRATAMENT CHIRURGICAL**

Atentie parinti!!!!!! Duceti copiii la cabinete de kinetoterapie daca stiti ca acestia au deficiente de coloana (scolioze, cifoze). Avantajul este acela ca pana la 18 ani o deficiente de coloana se poate recupera total daca urmati tratament de

Ciprian Bachigeanu

kinetoterapie. După această vârstă, coloana "nu se mai îndreaptă" intrucat sistemul osos se opreste din dezvoltare si atunci, se lucreaza pentru stagnarea evolutiei deficientei si limitarea aparitiei

DISCOPATIE LOMBARA SI KINETOTERAPIA

Discopatia vertebrala (lombara)

reprezinta o "boala a discului" (o patie) manifestata, de obicei, printr-o deteriorare a discului intervertebral de la nivelul **coloanei vertebrale lombare** . **Coloana vertebrala** este formata din vertebre dispuse una deasupra alteia. Intre aceste vertebre se afla discuri intervertebrale. Gaurile vertebrelor asezate una deasupra celeilalte formeaza canalul vertebral . Prin **canalul vertebral** trece maduva spinarii.

Maduva spinarii este formata dintr-un manunchi de fibre nervoase care pleaca de la nivelul scoartei cerebrale si transmit comenzile de la aceasta catre intregul corp. Daca discurile intervertebrale nu sunt intregre, atunci spatiul intervertebral se ingusteaza, ceea ce poate duce la compresie pe radacina nervoasa. Deteriorarea discurilor vertebrale de la nivelul coloanei vertebrale lombare se numeste discopatie lombara. Daca discul dintre vertebrele lombare se deterioreaza si nu se intervine cu nici un tratament, el se poate rupe producandu-se **hernia de disc** .

Cea mai des intalnita discopatie vertebrala este hernia de disc , cunoscuta si sub numele de ruptura a discului intervertebral , este o afectiune prin care o parte din discul intervertebral apasa elementele anatomice din canalul spinal (radacinile nervoase si maduva spinarii). Acest lucru se intampla atunci cand inelul fibros care mentine discul pe loc se rupe, permitand nucleului pulpos sa alunece catre maduva. Rezultatul este hernierea nucleului pulpos in canalul spinal.

Varsta, supraponderabilitatea si traumatismele repetate sunt factori care predispun la aparitia **herniei de disc** . Desi exista in procent mic si **hernii de disc cervicale** sau **toracale** , **cele mai frecvente hernii de disc** sunt intalnite in portiunea inferioara a coloanei lombare, la nivelul **discurilor L4- L5/ L5- S1** .

Protruzia discala este o alunecare unilaterala (uneori bilaterala) a discului spre canalul spinal si radacina nervoasa, cauzand durere, amorteala si slabiciune musculara pe acea radacina nervoasa. Durerea este prezenta in mod constant si este corelata cu discul intervertebral herniat. Durerea este numita si sciatica, ea se extinde din spate (punctul fesier) spre coapsa pe portiunea posterioara, pana la nivelul gambei si piciorului.

Ciprian Bachigeanu

Cunoastem trei stadii de **hernie de disc lombara** :

Stadiul 1 - cu **iritarea radacinii nervoase** (durere pe traiect radicular);

Stadiul 2 - **compresia radacinii** (durere si parestezii pe traiect radicular cu modificari ale reflexelor osteotendinoase);

Stadiul 3 - **paralizia radacinii** (durere, parestezii, pareza/paralizie pe membrul inferior).

Desi in unele cazuri foarte severe este absolut necesara interventia chirurgicala, de cele mai multe ori pacientul poate sa fie scutit de "bisturiu" daca urmeaza un tratament de **kinetoterapie (gimnastica medicala)** care este recomandat **in toate stadiile evolutive ale lombosciaticii de cauza discala** . Important este sa adaugam faptul ca programul de recuperare (de exemplu programul Williams) trebuie sa fie individualizat in functie de stadiul bolii si de starea pacientului. In perioadele acuta si subacuta nu se face nici un fel de miscare si se recomanda numai **fizioterapia si masaj terapeutic** (Atentie!!! Acest masaj difera de masajul somatic de relaxare intrucat manevrele acestui masaj sunt diferite pentru aceasta afectiune; exista medici care interzic masajul in ideea in care acesta ar putea creste durerea mai mult, insa ei se refera la masajul somatic si nu la cel terapeutic).

In perioada de remisiune (refacere) singurul tratament recomandat este **KINETOTERAPIA**. In acest sens este foarte bine sa subliniam ca programul de kinetoterapie(de obicei, programul Williams) nu consta intr-un simplu set de exercitii fizice ,ci este un tratament care cuprinde si sfaturi importante pe care trebuie sa le urmeze pacientul cu hernie de disc in viata cotidiana.

COXARTROZA

reprezinta o degradare articulara determinata de un dezechilibru morfologic si functional, fiind cea mai frecventa afectare a soldului. Coxartroza este cunoscuta si sub numele de artroza soldului, osteoartroza a soldului, etc.

Coxartrozele



Ciprian Bachigeanu

se observa mai ales la subiectii de peste 40 de ani, frecventa lor crescand odata cu inaintarea in varsta. Sunt atinse aproape in egala masura ambele sexe. Cauzele de aparitie a coxartrozei variaza de la pacient la pacient. Varsta este un factor important, deoarece este necesara o perioada de timp considerabila pentru ca tesuturile sa se slabeasca si cartilajul articular sa se distruga sau sa se degenereze. De asemenea, surplusul de greutate poate crea un teren favorabil aparitiei acestei afectiuni.

Luxatia congenitala a soldului

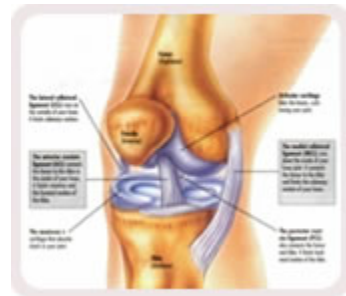
este, de asemenea, una dintre cauzele importante ale bolii. Ca semn al aparitiei acestei luxatii, se constata ca mersul este schiopatat, dar nu exista dureri. Subluxatia de sold poate fi o alta cauza. Aceasta reprezinta in fond o luxatie incompleta a acestei articulatii. In timpul mersului capul femural tinde sa alunece in sus, ceea ce are drept urmare intinderi ligamentare. De multe ori, cei cu subluxatii de sold nu au dureri si nici nu schiopata anumite perioade de timp. Fara examene radiologice ei pot ignora subluxatia pana atunci cind apare artroza. In raport cu gradul subluxatiei, cu incarcarea ponderala (gradul de obezitate) si cu suprasolicitarile fizice, coxartroza poate apare, asa cum afirmam mai sus, dupa 40, 50 sau 60 de ani.

In general debutul este insidios. De multe ori primele dureri apar in genunchi si antreneaza adesea erori de diagnostic. Durerile sunt semnalate la mers pe teren accidentat, la ortostatism prelungit, la trecerea de la pozitia sezand la pozitia stand. **Cracmentele articulare** (acele zgomote produse la mobilizarea articulatiei) semnaleaza profunzimea leziunii osoase. **Scaderea in greutate** a bolnavului cu coxartroza influenteaza radical simptomatologia dureroasa si dificultatea la mers, prin reducerea sarcinilor pe care le suporta articulatia coxofemurala.

KINETOTERAPIE SI GONARTROZA

Gonartroza

este una dintre formele reumatismului degenerativ localizate la nivelul articulatiei genunchiului. Boala reumatismala degenerativa, se mai numeste si **artroza** si, in functie de localizarea ei, poate fi **gonartroza (la genunchi)**, **coxartroza (la sold)** sau **spondiloza (la coloana vertebrala)**.



Gonartroza

Ciprian Bachigeanu

este mai frecventa la femei si le afecteaza, de obicei, pe cele care au trecut de 40 de ani. **Cauzele** sunt multiple, de obicei fiind vorba de dereglari la nivel metabolic si hormonal, inasa poate aparea si ca urmare a unor traumatisme. Dereglarile la nivel hormonal ce apar la menopauza (insuficienta ovariana) fac ca femeile ajunse in aceasta etapa a vietii, sa fie predispuse la gonartroza. Suferintii de diabet, guta precum si obezii se confrunta cu aceeasi problema. Trebuie amintite si problemele circulatorii: varice, flebite, dar si cele rezultate ca urmare a inaintarii in varsta care duc la agravarea gonartrozei.

Gonartroza se manifesta prin tumefierea articulatiei si prin dureri violente. De obicei durerea este mult mai puternica atunci cand bolanvul merge sau depune efort. Printr-un examen radiologic amanuntit se poate sti daca este vorba de existenta unui lichid intraarticular sau, din contra, de ingustarea articulatiei si prezenta unor osteofite, deformatii, sau a unor corpi liberi in articulatie.

Pacientul cu coxartroza sau gonartroza trebuie sa tina cont de progresivitatea leziunilor, pentru care va trebui sa respecte urmatoarele "**reguli de igiena**" (in mare parte comune pentru coxartroza si gonartroza):

- » reducerea sau mentinerea greutatii corporale sub greutatea ideala;
- » evitarea pozitiiilor monotone prelungite atat in ortostatism cat si pe scaun sau "in genunchi" (este favorizat flexumul de sold si genunchi);
- » evitarea mersului prelungit ("mersul este cel mai prost exercitiu pentru un coxopat") si a mersului pe teren accidentat;
- » mersul cu sprijin in baston nu trebuie evitat;
- » evitarea schiopatarii printr-un control volitional al mersului;
- » respectarea perioadelor de repaus, asociata cu posturarea antidecliva a membrelor inferioare;
- » se vor prefera deplasarile pe bicicleta;
- » se vor purta pantofi cu tocul mic, comozi, cu talpa elastica (pentru amortizarea socurilor);
- » corectarea inegalitatii membrelor inferioare (peste 2 cm) si a piciorului plat (talonete);
- » pentru genunchi - evitarea traumatismelor directe;
- » se va executa cel putin de 3 ori pe saptamana zilnic un program de KINETOTERAPIE !!

TRATAMENT COXARTROZA SI GONARTROZA

Tratamentul consta obligatoriu in **sedinte de fizioterapie** efectuate de 2 ori pe an si asociate, daca este cazul, cu **masaj terapeutic**, la care se adauga lunar, daca este posibil, programul de kinetoterapie. Acesta creste mobilitatea

Ciprian Bachigeanu

osteoarticulara, tonusul muscular, tonifica insertiile si creste nutritia cartilajului.

Acest tratament este alcatuit dintr-un **program de exercitii pasive, active, active cu rezistenta**, program elaborat in functie de evolutia bolii si de stadiul acesteia, de catre un kinetoterapeut. In nici un caz sedintele de kinetoterapie nu se pot desfasura la domiciliul pacientului fara supravegherea medicala a unui kinetoterapeut.

Trebuie precizat faptul ca **tratamentul medicamentos ajuta numai temporar**. Daca se tine seama de esenta leziunilor din coxartroza, este clar ca uzura cartilajului si modificarile osoase nu pot fi remediate cu medicamente. In linii generale, se pot lua masuri de protectie fata de uzura articulatiei, prin tratament care sa scada durerea la miscare, sa reduca contractura musculara si, daca este posibil, sa obtina o restaurare a functiei articulare. Aceste obiective insa pot fi atinse cel mai bine prin kinetoterapie.

Paralizii tratate la cabinetele noastre din Bucuresti:

Hemipareza

Hemipareza este o paralizie partiala si incompleta a jumatati stangi sau drepte a corpului. Pacienti diagnosticati cu hemipareza (dreapta sau stanga) au o forta musculara diminuata (scazuta) si miscarile pentru desfasurarea activitatilor zilnice cu membrele afectate sunt posibile, lente si se fac cu greutate.

Hemiplegie

Hemiplegie este o paralizie completa (totala) a jumatatii drepte sau stangi a corpului. Se caracterizeaza cu pierderea functiei motirii si cu imposibilitatea miscarii membrelor afectate.

Tetraplegia (cvadriplegia) consta in pierderea completa a miscarilor membrelor superioare si inferioare.

Tetrapareza (cvadripareza) consta in pierderea partiala sau incomplete a miscarilor membrelor afectate.

Ciprian Bachigeanu

Parapareză și paraplégie

Parapareză este paralizia celor două membre inferioare. Când deficitul motor este complet, se numește paraplégie. Paraplégia apare fie în leziunea neuronului motor central (traiectul intramedular), când sunt prezente tulburările sfincteriene (retenție de urină și fecale) și semnul Babinski bilateral, fie în cea a neuronului motor periferic. Semnul clinic comun este deficitul motor (dispariția sau diminuarea forței musculare la nivelul membrelor inferioare).

Paraplégia poate fi spastică sau flască.

- Paraplégia spastică este datorată lezării neuronului motor central. Se caracterizează cu diminuarea forței musculare la nivelul membrelor inferioare, reflexe osteo-tendinoase exagerate, hipotonie, semnul Babinski prezent, tulburări sfincteriene. Se întâlnește în morbul Pott, cancerul vertebral, scleroza în plăci, scleroza laterală amiotrofică, tumori medulare, siringomieli, sindroame neuroanemice, ca și în meningioamele paracentrale.

- Paraplégia flască este produsă fie de lezarea neuronului motor central (formă centrală), fie de lezarea neuronului periferic (formă periferică). Semnele comune sunt deficitul motor (paraplégie), diminuarea tonusului muscular și dispariția reflexelor.

Monoplegia constă în pierderea completă a mișcărilor unui membru superior sau inferior.

Monopareză constă în pierderea parțială sau incompletă a mișcărilor membrului afectat.

Accident vascular cerebral (AVC)

Accident vascular cerebral apare în situație când un vas de sânge (o arteră) care furnizează sânge la nivelul unei zone a creierului se sparge sau este blocat de un cheag sangvin. În câteva momente, celulele nervoase din zona respectivă sunt afectate și poate să apară și decesul. Accidentul vascular cerebral ischemic este cauzat de un cheag de sânge care blochează circulația sangvină a creierului.

Spina bifida

Ciprian Bachigeanu

Spina bifida este o malformatie congenitala care implica dezvoltarea incompleta a tubului neural sau a oaselor care ii acopera. Denumirea spina bifida provine din limba latina si inseamna coloana rupta sau coloana deschisa. Este dovedit faptul ca spina bifida apare dupa primele luni de sarcina, cand cele doua parti ale coloanei vertebrale ale fatului nu reusesc sa se uneasca, lasand o zona deschisa (numita fistula).

Infirmitatea motorie cerebrala (IMC)

Infirmitatea motorie cerebrala sunt tulburari cerebrale neprogresive, rezultand din disfunctia centrilor si a cailor motorii cerebrale, caracterizate prin sindroame spastice, ataxice, diskinetice si atone, avand o etiologie prenatala, perinatale si postnatala, cauza intervenind inainte ca sistemul nervos sa atinga maturatia deplina.

Tetrapareză spastică

Tetrapareză spastică reprezintă forma cea mai gravă de diplegie spastică. În România în ultimul timp se nasc copii cu diferite afecțiuni produse în viața intrauterină. Printre ele putem să-I numărăm și pe copii diagnosticați cu tetrapareză spastică. Din punctul de vedere al statisticii, această boală are o frecvență crescută la bebeluși cu diferite malformații cerebrale sau cu infecții intrauterine (citomegalovirus). Acest tip de afecțiune afectează membrele inferioare, dar mai accentuat sunt afectate membrele superioare. Pacientul întotdeauna este cu capul în hiperextensie asociat cu retracția umerilor. Nu poate să ridice capul nici nu poate să rotească gatul. Membrele inferioare sunt în extensie, adducție, observându-se flexia plantară a membrului inferior și contractia adductorilor. Uneori apare și luxația de sold. Folosind examenul neurologic putem să observăm existența unui sindrom piramidal atât la membrele inferioare, cât și la cele superioare. Apar de asemenea, tulburări de masticatie și nutriție, ceea ce va determina efectuarea alimentației cu ajutorul sondei.

Sunt prezente și următoarele simptome:

- strabism
- atrofie optică

Ciprian Bachigeanu

- deviatie la coloana vertebrala (cifoza, scolioza)
- crize epileptic
- retard mintal
- luxatia de sold etc.

Scleroza multipla (scleroza in placi) - generalitati, simptome si tratament

Scleroza in placi este o afectiune a sistemului nervos central (creier si maduva spinarii) fiind o boala auto-imuna. Sistemul de aparare al corpului uman isi ataca propriile celule, in loc sa le protejeze, distrugandu-se mielina, ceea ce încetinesc viteza influxului nervos.

Scleroza multipla afecteaza adultii de ambele sexe cu predominanta feminina (60% dintre cazuri). Cauzele acestei boli nu sunt cunoscute cu exactitate. Specialistii in domeniul sunt de parere ca este o boala autoimuna adica sistemul imunitar al organismului ataca mielina ca si cum acesta ar fi un corp strain. In primul rand ca simptomatologia scleroza in placi (scleroza multipla) vizeaza functiile senzitive (apar furnicaturi, impresii tactile anormale), functiile motorii (paralizie usoara), vederea ,echilibru si apare incontinenta (controlul urinei)

Tratamentul pentru scleroza multipla (scleroza in placi) este medicamentos si nu in ultimul rand prin kinetoterapie (gimnastica medicala) pentru intarirea musculaturi corporale.

Tendinita-generalitati, simptome si tratament

Tendinita reprezinta o inflamatie a tendoanelor (fascicule fibroase care fixeaza muschii de oase). Aceasta afectiune este dureroasa si afecteaza in general umerii, genunchii, coatele, soldurile, calcaiul si incheatura mainii.

Este necesara o interventie chirurgicala in cazul cand tendinita este severa si provoaca rupere de tendon. Tendinita este frecventa la oameni activi fizic (la sportivi) sau la persoane cu activitati profesionale in conditii neobisnuite (descarcator, incarcator, etc). Dintre sportivi predispusi la tendinita sunt persoanele care practica sporturi extreme cu sollicitare intensa a musculaturi.

Ciprian Bachigeanu

La nivelul membrelor superioare sunt afectate coatele (la tenismeni), dar la nivelul membrelor inferioare este frecventa asa numita tendinita "lui Ahile"

Cand este vorba de simptomatologie pentru tendinita la nivelul membrelor inferioare putem sa subliniam faptul ca durerea este primul simptom al tendinitei. Durerea este de obicei localizata in sectiunea tendonului, intre rotula si zona in care tendonul se uneste cu tibia. In timpul activitatilor fizice, durerea se poate resimti ca si ascutita - in special in timpul alergarilor sau sariturilor. Dupa antrenament, durerea poate persista ca o mancarime usoara.

Tratamentul pentru tendinita este alcatuit din 3 faze:

Faza I - repaus si tratamentul medicamentos

Faza II - fizioterapie (ultrasunet, electroterapie si laserterapie)

Faza III - kinetoterapie (gimnastica medicala)

FIZIOTERAPIA IN DERMATOLOGIE

Fizioterapie, desi aplicarea ei este locala, actioneaza profund si intereseaza organismul in totalitatea lui, prin modificarile pe care le produce asupra organismului in totalitatea lui, prin modificarile pe care le produce asupra metabolismului si asupra sistemului nervos.

Fizioterapie in tratamentul dermatozelor are o aplicatie foarte larga, folosindu-se efectele tuturor agentilor fizici, electrici, actinici, etc.

Ciprian Bachigeanu

KINETOTERAPIA(masaje, dus filiform)

Masajul constituie o metoda terapeutica practicata in tratamentul dermatozelor fetei. Masajul activeaza circulatia sangvina, intensifica functiile normale ale pielii, influenteaza metabolismul tesuturilor si realizeaza aspecte tonosedative. Prin masaje se usureaza evacuarea secretiei glandelor sebacee si se accelereaza resorbtiia infiltratelor patologice. Masajul se poate aplica pe pielea paroasa a capului;prin el se activeaza circulatia sangvina si practicat regulat, se pot preveni seboreea si alopecia seboreica.

Masajul plastic al fetei, facut cu pricepere, poate preveni ridurile si in cazuri de acnee, ajuta la eliminarea comedoanelor. De asemenea, cicatrizarea ulcerelor caloase este ajutata prin masaje.

Dusul filiform se foloseste de un jet filiform, cu presiune mai mare. El necesita un aparat special. Este indicat in acnee, prurit, lichen plan, psoriazis rebel si eczeme cronice.

Ultrasunetele se aplica cu succes in cicatricile cheloidiene, in sclerozele pielii si in leziuni fibroase.

TERMOTERAPIA

1.Frigul se aplica sub forma de comprese reci, simple sau medicamentoase, fie sub forma pungilor de ghiata. Actiunea lor este antiflogistica, antipruriginoasa si sedativa. Temperatura compreselor reci poate fi scazuta daca introducem in solutie bucati de ghiata sau daca amestecam apa cu alcool in parti egale, pentru a mari pierderea de caldura prin evaporarea grabita.

2.Temperatura mai scazuta se poate obtine prin refrigerare cu ajutorul jetului de clorura de etil, care prin evaporare imediata, ingheata pielea. Aceasta devine de consistenta dura, insensibila si de culoare alba. Metoda se foloseste mai ales in anestezie, dar se poate intrebuinta si pentru obtinerea hiperemiei puternice care urmeaza fazei de inghet.

3.Cu ajutorul bioxidului de carbon lichefiat la mare presiune(50atm), prin destindere brusca, se poate obtine zapada carbonica, de circa

-80 grade. Acesta zapada se poate amesteca cu eter sau acetona, pentru coborareasii mai accentuata a temperaturii. Zapada carbonica are o actiune caustica, cu aplicare in tratamentul unor dermatoze ca lupus eritematos.

CALDURA.

1.Sub forma de cataplasme calde, preparate din faina de in, mei sau porumb (mamaliga) sau sare incalzita.

2.Caldura provenita de la o sursa de electricitate sau de la arderea unor vapori inflamabili, inrosind un fir de platina, poate servi pentru cauterizarea tesuturilor patologene. Metoda este folosita cu predilectie la deschiderea unor abcese, foliculite, colectii purulente, deoarece prezinta avantajul de a nu favoriza diseminarea infectiei prin deschiderea de vase.

Ciprian Bachigeanu

ELECTROTHERAPIA

1. Diatermia constă în aplicarea unor unde de înaltă frecvență care iau naștere între doi electrozi conductori, aplicați față în față, pe pielea unui membru. Prin trecerea curentului electric rezultă efectul termic, care este mai accentuat în organele mai puțin conductoare de electricitate, de exemplu în oase și cartilaje, decât în mușchi. Datorită efectului congestiv pe care-l provoacă, se folosește în dermatologie în inflamații piococice torpide. Dacă unul din poli este transformat într-un ac, curentul aglomerat pe această suprafață mică da naștere unei scantei electrice, care distruge țesuturile; diatermocoagularea, metoda electivă pentru distrugerea tumorilor benigne, dar mai ales maligne sau pentru distrugerea țesuturilor lupice.

2. Undele ultrascurte sunt asemănătoare cu undele scurte radio. Acestea iau naștere între electrozii aparatului. Corpul ameninșă interpus le interceptează și transformă energia ondulatorie în energie calorică. Caldura produsă de undele ultrascurte trece și prin haine, deci electrozii nu trebuie aplicați pe piele; trebuie să avem grijă ca în spațiul dintre electrozii să nu se introducă obiecte metalice, care captează undele și pot să provoace arsuri.

3. Electroliza se bazează pe efectul disocierii electrolitice a curentului galvanic, produs de pantostat. Electrodul indiferent este realizat printr-o placă metalică acoperită cu o bucată de pânză umezită, iar electrodul activ, printr-un ac de platină. Efectul terapeutic este realizat prin ionii chimici cu acțiune caustică, ce apar la electrodul activ. Metoda se folosește la deschiderea abceselor, furunculelor și la epilare.

4. Iontoforeza folosește același curent galvanic, electrozii având însă o suprafață mare și servind pentru a introduce ioni terapeutici în piele.

FOTOTERAPIA

Sursele luminoase întrebuintate cu scop terapeutic în dermatologie sunt în ordinea descrescândă a lungimii de undă a razelor emise:

1. razele infrarosii
2. razele solare
3. razele ultraviolete
4. razele rontgen
5. razele gamma (radii)

1. Razele infrarosii sunt produse prin așa-numita lampă Solux, care constă dintr-un bec electric de 1000-2000 de lumini, cu filament special și ale cărui raze sunt filtrate printr-o sticlă roșie specială, care lasă să treacă numai razele calorice. Efectul acestor iradiatii este caloric. Puterea lor de patrundere este până în hipoderm. Indicația lor este identică cu aceea a mijloacelor care produc căldura superficială.

Ciprian Bachigeanu

2. Razele solare sunt cele mai usor de aplicat. Ele pot fi primite in anotimpul insorit direct, in aerul liber, prin bai de soare. Spectrul razelor solare este intins, astfel ca ele cuprind, atat raze calorice, cat si raze chimice (ultraviolete)

Razele de dimineata sunt mai sarace in raze calorice, cele de la pranz sunt mai bogate in acestea, astfel ca, dupa efectul dorit, baile de soare se vor face dimineata sau la pranz.

Ca regula generala, baile de soare trebuie facute progresiv, altfel putandu-se produce arsuri cu efecte neplacute. Sensibilitatea cutanata la raze este variabila.

Sub actiunea componentei ultraviolete, pielea se pigmenteaza progresiv. Efectul lor este rubrefiant general si vitaminizant (vit. D2). Se poate aplica in tuberculoza cutanata, psoriazis, lichen plan, anemii, distonii neurovegetative.

3. Razele ultraviolete sunt obtinute cu ajutorul lampilor speciale. Efectul lor terapeutic este identic cu al celor solare, intrucat in baile de soare se cauta tot acelasi efect al razelor chimice.

Iradierile pot fi generale indicate in tuberculoze cutanate tratate cu vit D2, psoriazis vulgar, acneea pustuloasa, ulcerile atone, etc. si alte dermatoze unde este necesara stimularea organismului.

Iradierile locale ajuta la patrunderea razelor ultraviolete in straturi mai profunde, indicate in tuberculoza cutanata, pelada, lupus pernio.

RONTGENTERAPIA.

In tratamentul dermatozelor, razele rontgen au o aplicatie tot mai vasta. Razele obtinute printr-un curent de tensiune mai inalta au o lungime de unda mai mica si mai mare putere de patrundere in adancime.

Tubul de emisie a razelor X da nastere la o tensiune anumita unui fascicul de raze de lungimi de unda diferite, fasciculul fiind mai bogat in raze de o anumita lungime de unda. Pentru selectionarea lor si deci pentru uniformizarea puterii de patrundere, se interpun, intre tub si piele filtre care absorb razele cu o putere de patrundere prea mica si cu efecte secundare nedorite. Filtrele de aluminiu se folosesc in terapia superficiala, cele de cupru, in terapia profunda. Razele nefiltrate produc foarte repede eritem si radiodermita, astfel ca nu sunt folosite in mod curent.

RADIUTERAPIA

Se face cu radiopunctura si prin radiucontact. Ambele forme sunt indicate in tratamentul neoplasmelor cutanate benigne (angioame, cheloide) si maligne (epitelioame bazo- si spinocelulare)

LUMINA POLARIZATA

Corpul omenesc se compune din 100% celule, mai exact din cca. 60-70 milioane de celule. In aceste celule au loc procese chimice, fizice. Pentru ca sistemul celular sa poata functiona acesta are nevoie de o anumita energie care

Ciprian Bachigeanu

provine din elemente din lumina, aer, apa, dar si din substante nutritive si unde electromagnetice pozitive care provin din mediul nostru inconjurator.

Asadar daca dorim sa mentinem organismul sanatos, este necesar sa putem influenta sistemul biologic pozitiv, sa putem activa capacitatile de autoaparare ale organismului, sa putem elimina factorii de stres si sa putem activa procesele regenerative.

Terapia cu lumina polarizata nu numai ca se poate combina fara probleme cu alte forme de tratament, dar le si sustine si le completeaza, aceasta actionand eficient in profunzimea tesuturilor.

Aparatul Bioptron foloseste lumina polarizata liniar cu lungimea de unda de 400- 2000 mm.

Undele luminoase emise de acest aparat, acopera domeniul de la lumina vizibila la undele infrarosii calde(caldute) Nu contin unde ultraviolete si avand o energie de 40mw/cm² nu sunt periculoase pentru organism.

Modul de actiune al luminii polarizate.

Dupa multi ani de cercetari in domeniul medical, s-a demonstrat modul in care lumina polarizata actioneaza asupra celulelor si proceselor biologice. Astfel expunerea la lumina polarizata exercita o influenta complexa asupra organismului.

Astfel se pot distinge urmatorii factori de influenta directa:

- actiunea undelor luminoase electromagnetice.
- factori termici.
- factori dependenti de proprietatile biologice ale celulelor
- optice(coeficient de reflexie)
- coeficient de permeabilitate
- coeficient de absorbtie

Sub influenta luminii polarizate creste activitatea energetica a membranei celulare. Procesele de regenerare sunt activate, absorbtia de oxigen in tesuturi si potentialul bioenergetic cresc.

Regenerarea si normalizarea tesuturilor este o consecinta a cresterii potentialului energetic celular.

Lumina polarizata favorizeaza starea generala de sanatate si intareste organismul.

Ea este acceptata deplin in domeniul terapeutic, deoarece:

- are influenta terapeutică in multe afectiuni
- nu sunt cunoscute efecte secundare nedorite.
- folosirea este fara contact direct si este antiseptica
- folosirea luminii polarizate completeaza ideal formele traditionale de tratament

In tratarea bolii de piele Psoriazis cu ajutorul plantelor, respectiv cu Deniplant s-a urmarit inlaturarea deficientelor interne care duc la aparitia acestei boli, avand ca urmare vindecarea de la sine a tesutului epitelial. Din acest

Ciprian Bachigeanu

motiv durata tratamentului este uneori destul de mare(de la cateva luni la cativa ani)

S-a observat ca folosind in paralel tratamentul cu Deniplant si tratamentul cu lumina polarizata procesul de vindecare a tesuturilor epiteliale se realizeaza mai repede. Insa in acest caz este de retinut faptul ca in momentul vindecarii la suprafata a tesutului epitelial, nu trebuie intrerupt tratamentul cu Deniplant, deoarece exista posibilitatea ca acele probleme interne care produc boala sa nu se fi rezolvat(chiar daca la exterior nu mai sunt semne). Din acest motiv este necesar continuarea inca o perioada de timp a tratamentului cu plante (cu pauze la o zi, doua, etc). Daca in aceasta perioada de tratament cu pauze nu mai apare nici o leziune epiteliala, se poate considera ca tratamentul poate fi intrerupt definitiv.

Ca si in cazul psoriazisului cand lumina polarizata actioneaza asupra tesuturilor epiteliale distruse, fiind nevoie si de un tratament intern si in alte afectiuni este recomandat sa se procedeze in mod asemanator. Fie se apeleaza la medicina alopata folosind medicamentele obtinute prin sinteza, fie se apeleaza la produsele fitoterapeutice.

BALNEOTERAPIA

Tratamentul hidro-mineral este un adjuvant al tratamentului local. Apa minerala are asupra unor dermatoze o actiune locala si una generala.

Actiunea locala este conditionata de diferitele grade de temperatura prin care se poate realiza calmarea pruritului si se poate obtine o actiune sedativa sau excitanta. Actiunea antiseptica este conditionata de compozitia chimica a apelor, apele arsenicale avand un efect antiseptic. Apele Sulfuroase au o actiune keratoplastica in dermatozele unde se presupune carenta sulfului (seboree)Radioactivitatea apelor radioactive excita metabolismul celular si reparatia tesuturilor.

Actiunea generala exercita o influenta asupra modificarii terenului morbid, in dermatoze conditionate de tulburari gastrice, gastro-intestinale, colecistopatii, bolile ficatului, rinichiului si o actiune sedativa asupra sistemului nervos. Apele sulfuroase regleaza functiile intestinale, evacuarea si fermentatia, ele avand o actiune colagoga si diuretica bine exprimata. Apele arsenicale actioneaza asupra glandelor si asupra metabolismului bazal. Apele alcaline schimba mediul umorilor si modifica pH-ul sangvin si cutanat, factor care joaca un rol foarte important in starile alergice. Apele termale si radioactive au o actiune sedativa asupra sistemului nervos.

La noi in tara cele mai folosite ape minerale sunt urmatoarele:

1.Apele arsenicale. Cele mai cunoscute statiuni sunt in regiunea Sucevei, cu ape alcaline, arsenicale, feruginoase si radioactive in zona ardealului, Sangiorz, Tusnad, sau Buzias.

2.Ape sulfuroase iodurate:Baile Herculane, Govora, Calimanesti, Pucioasa, Someseni, Caciulata, Bazna.

Ciprian Bachigeanu

3. Apele hipotermice, oligometalice, silicoase si radioactive: Baile 1 Mai, Bazna.

4. Apele cloruro-sodice: Ocnele mari, Ocna sibiului, Slanic Prahova, Sovata..

APITERAPIA

Propolisul are proprietati anestezice de 3,6 ori mai mare decat cocaina si de 5,2 ori mai mare decat novocaina. De asemenea, are proprietati bactericide, antivirale antifungice, cicatrizante.

Daca in trecut, mierea si celelalte produse apicole, erau folosite in completarea si imbunatatirea hranei omului, astazi ele sunt folosite si la combaterea si prevenirea durerii si a suferintei omului, deoarece albinele au adaugat produsului primitiv, fermenti, enzime, substante bactericide, bacteriostatice, care le-a conferit anumite virtuti terapeutice.

Produsele apicole pot fi intrebuintate impartite in doua grupe. Produse apicole naturale directe cum ar fi mierea ceara, propolisul, polenul, pastura, lactisorul de matca, veninul de albine si apilarnilul. Produse apicole naturale indirecte :hidromelul, otetul de miere, turtele si prajiturile din miere, cremele cu ceara, preparatele cosmetice pe baza de produse apicole.

Mierea in combinatie cu propolis si lactisor de matca s-a dovedit a fi eficienta in afectiuni ale tubului digestiv, ficatului, in astenii nervoase, insomnii.

In tara noastra sunt foarte multe produse apiterapice. In tratamentul afectiunilor dermatologice se poate folosi spraiul cu propolis sau creme diferite.

Mierea poate fi consumata simplu sau sub forma de adaus la ceai.