

Manualna medicina**UČINKOVITO NAD BOLEČO HRBTENICO**

Manualna medicina je posebna tehnika zdravljenja, s katero zdravniki specialisti uspešno odpravljajo simptome, povezane s spremembami hrbtenice, sklepov, mišic in vezivnega tkiva.

Vzroki zanje so različni, prednjačijo pa predvsem prisiljena drža, obrabne spremembe in razvojne posebnosti. Po podatkih ortopedov in nevrologov naj bi za bolečinami v križu trpel vsak tretji Slovenec, za bolečinami v vratu pa vsaka tretja Slovenka. In vendar je velikokrat mogoče pomagati tudi na bolj naraven način, z rokami usposobljenega terapevta, brez zdravil in kirurškega posega.

Osnove manualne medicine

Manualna medicina je priznana kot uradna veja, vendar le pod pogojem, da jo izvaja zdravnik, ki je predhodno opravil ustrezno specializacijo iz nevrologije, ortopedije ali fizioterapije. Veliko ljudi jo sicer zamenjuje za kiropraktiko, ki ne sodi v uradni del zdravstva in deluje bolj lokalno, njenih tehnik pa ne izvajajo zdravniki. Manualna medicina obsega zdravljenje v vseh treh predelih hrbtenice: vratnem, prsnem in ledvenem, in težav, ki so s tem povezane.

Spremembe skozi leta

Prvi znaki sprememb se pojavijo med 25. in 35. letom starosti. V tej fazi gre večinoma zgolj za zakrčenost mišic, kar pa pozneje lahko pripelje do resnih težav. Zdravljenje

je uspešno in traja kratek čas. Pri večini ljudi, starejših od 40 let, se začnejo pojavljati večje obrabne spremembe, kot na primer osteohondroza ali posedanje vretenc ter posledično zmanjševanje medvretenčnega prostora. Po 60. letu starosti se pri večini primerov dodatno pojavljata spondiloza in spondiloartroza. Posledice se kažejo z zmanjševanjem gibljivosti in z bolečinami v različnih delih telesa.

Kako poteka zdravljenje

Zdravnik specialist ob prvem obisku pregleda zdravstveno dokumentacijo, naredi nevrološki pregled, z otipom preveri gibljivosti sklepov, mišic, tetiv in vezivnega tkiva ter oceni držo in gibanje. Na podlagi podrobne anamneze in klinične slike se zdravnik odloči za individualno zdravljenje oziroma predpiše dodatne preiskave. Veliko pacientov občuti zmanjšanje bolečin že po prvi terapiji, sicer pa za popolno odpravo bolečin določenega simptoma, kot je dolgotrajna bolečina v križu, zadošča v povprečju pet obiskov. Po končanem zdravljenju je včasih potrebnih nekaj dni, da se pokaže učinek zdravljenja, nato pa je dobro nadaljevati z vajami za krepitev mišic in rednimi kontrolnimi pregledi. □

MANUALNA MEDICINA

Učinkovito zdravljenje gibalnega sistema – že 25 let!

SIMPTOMI in INDIKACIJE

- bolečine v hrbtu, vratu, križu
- bolečine v sklepih
- bolečine/mravljinci v rokah ali nogah
- artroza sklepov: koleno, rama, kolk
- glavoboli, vrtoglavice, nespečnost
- bolečine po poškodbah
- hernija diska, lordoza, kifoza
- spondilitis, spondiloza, spondilartroza
- epikondilitis, išijas, stenoza
- otroška idiopatska skolioza I. in II. stopnje

**Naročila in informacije:**

- ▶ **Ljubljana**, dr. Andrej Kotov, T: 01 561 25 21
- ▶ **Nova Gorica in Koper**, dr. Aleksej Filipov, dr. Genadij Filipov, T: 05 300 23 77
- ▶ **Maribor in Moravske Toplice**, dr. Sergej Fedorov, dr. Denis Kupa, T: 02 470 24 13



Brezplačna številka
((•080 12 03))

info@mo-gy.si, www.mo-gy.si

Kaj zdravijo z manualno medicino:

- hernija diska oziroma medvretenčna ploščica, ki pritiska na živce,
- oboletost in bolečine v hrbtenici zaradi osteohondroze,
- vrtoglavice in šumenje v ušesih zaradi motenj krvnega obtoka v hrbtenični arteriji,
- glavobol, nespečnost, omotičnost, ki so posledica draženja vegetativnih ganglijev,
- bolečine v prsnem košu,
- artroza kolena, rame, kolka,
- pritisk mišic na živce zaradi zategnenosti,
- ramensko-lopatični periartritis,
- bolezni notranjih organov, reflektorno povezanih s hrbtenico,
- otroška idiopatska skolioza I. in II. stopnje,
- pri športnikih simptomi, ki so posledica poškodb in aktivnih treningov.

Uspešnost zdravljenja z manualno medicino je sicer po prvi terapiji (to je od 4 do 6 obiskov) okoli 80 odstotna, pri čemer je 40 odstotkov pacientov v celoti ozdravljenih, pri enakem odstotku pacientov so ozdravljeni glavni simptomi, pri preostalih 20 odstotkih pa je viden napredek, vendar so praviloma potrebne še dodatne terapije.