

HRBTENICA VAM BO HVALEŽNA



Z bolečinami v hrbtenici se v odrasli dobi sreča skorajda vsak. Vzroki zanje so 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. V večini primerov je te težave možno odpraviti na povsem naraven način, z rokami usposobljenega zdravnika - terapevta, brez zdravil in kirurškega posega.

Besedilo: mag. Sanja Zrimšek; Fotografije: Center zdravlja MO-GY

Dr. Sergej Fedorov po poklicu je zdravnik, specialist nevrolog, ki se je naknadno dodatno specializiral za zdravljenje težav s hrbtenico in gibalnem sistemom, tako imenovano Manualno medicino.

dr. Fedorov, kako ste se odločili za delo in življenje v Sloveniji?

V Slovenijo sem prišel na priporočilo prijatelja, zdravnika, dr. Genadija Filipova, ki je bil že nekaj let zaposlen kot zdravnik v ordinaciji MO-GY v Novi Gorici. Prejšnje delo v bolnišnici in na univerzi je bilo strokovno, predvsem pa fizično zelo zahtevno, marsikdaj si zaradi preobilice obveznosti nisem uspel vzeti dovolj potrebnega časa za posameznega pacienta, kar me je vedno mučilo. V zasebnem zdravstvu je drugače, svoje bolnike poznam po imenih, njim in njihovim zdravstvenim težavam se lahko posvetim bolj poglobljeno, kar vsekakor prispeva k uspešnosti zdravljenja.

Kako poteka vaše delo, kaj pravzaprav pomeni zdravljenje s tehnikami manualne medicine?

Manualna medicina obsega številne ročne tehnike in predstavlja pomemben del pasivne kinezioterapije. Gre za strokovno vejo, za katero se po opravljeni specializaciji odločajo specialisti nevrologi oziroma ortopedi. Z njo pridobimo poglobljeno poznavanje hrbtenice in celotnega gibalnega sistema. Zdravljenje obsega celovit klinični pregled, ki ga zdravnik pridobi na samem začetku zdravljenja, v kolikor so težave bolnika primerne za zdravljenje s tehnikami manualne medicine pa naknadno predpišemo določeno število terapij. Strokovnost pa je še kako pomembna pri postavitvi

pravilne diagnoze in posledično uspešnem zdravljenju.

Katere so tiste najbolj pogoste težave, ki jih opazate pri ljudeh v vaših ordinacijah?

Prevladujejo ljudje s težavami, ki izvirajo iz hrbtenice. Predvsem obrabne spremembe so tiste, ki povzročajo bolečine, zakrčenost, mravljinčenja na področju hrbtenice in reflektorno tudi v drugih delih telesa, predvsem v okončinah. Zelo pogosta diagnoza je hernija. Druga skupina so na videz lokalne težave, ki imajo prav tako pogosto vzrok v hrbtenici: občutki mravljinčenja, otopelosti in nemoči v rokah ali nogah, občutki zakrčenosti in bolečin v sklepih, glavoboli, vrtoglavice, nespečnost, šumenje v ušesih in še mnogo drugega. Lahko rečem, da s tehnikami manualne medicine v številnih primerih zapolnjujemo vrzel med jemanjem zdravil in operacijo.

Se težave s starostjo večajo? Opazate razlike tudi med spoloma?

Prvi znaki sprememb se pojavijo med 25. in 35. letom starosti. Zdravljenje je v tem obdobju zelo uspešno in zahteva bistveno manj časa. V primeru preobremenjenosti, prisiljene drža in poškodb so te spremembe tudi pri mlajših lahko že bolj izražene in se kažejo kot spremembe v medvretenčnih prostorih in medvretenčnih ploščicah ter sklepih. Težave so lahko tudi posledice otroške skolioze. 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 spondilartroza. Akutnih težav, tako

imenovanim močnih bolečin na meji vzdržljivosti je največ v srednjih letih, medtem ko so pri starostnikih pogoste kronične bolečine. Žal je med našimi bolniki tudi vedno več otrok. Pri moških je morda več težav s spodnjim delom, ki se kažejo kot bolečine v križu, ki lahko sevajo tudi v nogo (t.i. išijas), medtem ko so pri ženskah bolj pogoste težave z vratnim delom hrbtenice, ki se odražajo tudi v predelu glave, ramenskega obroča in rok.

Kako poteka samo zdravljenje pri vas?

Ob prvem obisku bolnika natančno pregledamo. Pregled obsega pogovor z bolnikom, anamnezo, pregled zdravstvene dokumentacije, nevrološki pregled, manualni pregled gibljivosti sklepov, mišic, tetiv in vezivnega tkiva, oceno praga bolečin, oceno drža, gibanja itd. Pri terapijah gre za za mehke tehnike delovanja na gibalni sistem, s katerimi razmeroma neboleče in hitro odpravimo vzroke bolečin. 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.



prof. Sergej Fedorov, dr. med., spec. nevrolog, spec. manualne medicine

MANUALNA MEDICINA

Učinkovito zdravljenje gibalnega sistema – od leta 1991.

SIMPTOMI IN INDIKACIJE

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

INFORMACIJE IN NAROČILA:

- 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, dr. Sergej Fedorov, dr. Denis Kupa, dr. Vladimir Fedorov T: 02 470 24 13
- Moravske Toplice (Terme Vivat), dr. Sergej Fedorov, dr. Vladimir Fedorov T: 040 804 286

Brezplačna številka
 080 12 03

