Mr.sc. **A. Stošić,** dr.med; MT; spec. ortoped; sportski liječnik; licencirani manualni terapeut:

**MOGUĆNOSTI MANUALNE MEDICINE   
 SLABINSKO-ZDJELIČNE REGIJE**

(U ŠPORTAŠA) **(+ radionica)**



Dif. ? dg.

**KUK**

**S/I**

**ZGLOB**

**KRALJEŽNICA**

**- / +**

**IRITACIJA ŽIVCA**

**MANUALNA MEDICINA: PREDSTAVLJA NAČIN DIJAGNOSTIKE I LIJEČENJA   
 /‘samo’ liječenje = TERAPIJA!/ (REVERZIBILNIH) FUNKCIJSKIH SMETNJI LOKOMOTORNOG SUSTAVA (= arthroneuromuskularnog) POSEBNIM (NE/SPECIFIČNIM) MANUALNIM TEHNIKAMA.**

**TEHNIKE MANUALNE TERAPIJE:**

**- t. mekih tkiva (kože, veziva, ...)**

**- t. mišićne relaksacije (PIR, inhibicijske t. po *trigger* točkama)**

**- t. specifične mobilizacije (pasivna, aktivna, automobilizacija + NDS\*)**

**- manipulacijske t. (= mobilizacija impulsom / *thrust* )**

**CILJEVI PREDAVANJA:**

**1. DIFERENCIJALNA Dg. ( zglob kuka / sakroilijakalni zglob / kralježnica s / bez**

**iritacije živca)**

**- Sy. tzv. prijelaznog prsno - slabinskog segmenta (*R. Maigne*) - (još) jedan od**

**mogućih uzroka križobolje!**

**- Najčešće SLABINSKO-ZDJELIČNE ŠPORTSKE TRAUME (mišićne ozljede)**

**- *TRIGGER POINTS* (= točke ‘okidači’) slabinsko-zdjelične regije**

**2. TERAPIJA:**

**- TEHNIKE MEKIH TKIVA slabinsko-zdjelične regije**

**- MOBILIZACIJSKE i MANIPULACIJSKE TEHNIKE SLABINSKE REGIJE, S/I**

**zgloba i KUKA**

**DIFERENCIJALNA Dg. ( zgloba kuka / sakroilijakalnog zgloba / kralježnice s / bez**

**iritacije živca) trebala bi voditi računa o tome koja/e je/su**

**struktura/e zahvaćena/e:**

**1. Mehanički uzroci kronične KRIŽOBOLJE:**

**- diskogena / radikularna (≈ 3,7-5,1% !)**

**- fasetna (mali zglobovi)**

**- spondilolisteza / nestabilnost!**

**- sakroilijačna**

**- mišićna (spazam; ozljeda)**

**- fascijalna**

**- mio-fascijalna (meko-tkivna ozljeda)**

**- nakon ozljeda (kostolomi, rupture mekih tkiva)**

**- stenoza spinalnog kanala i/ili lateralnog recesusa**

**- arahnoiditis, uključiv postkirurške ožiljke**

**- (posturalna, ukoliko već ranije nije odgovarajuće tretirana: neki športovi /**

**aktivnosti više)**

**- …)**

**2. NEmehanički uzroci kronične KRIŽOBOLJE:**

**- neurološki sy. (myelopathia, neuropathia, myopathia, dystonia)**

**- sustavni poremećaji (prim./sek. npl; infekcija; upalne spondiloartropatije;**

**metaboličke koštane bolesti uključiv osteoporozu; vaskularni poremećaji)**

**- referirana bol (gastrointestinalni poremećaji; genitourinarni p;**

**ginekološki p; aneurizma trbušne aorte; …)**

**3. PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI od utjecaja na kr. križobolju:**

**- kompenzacijska ozljeda**

**- somatski bolni poremećaj**

**- psihijatrijski sy. (i tzv. histerična bol)**

**- nasilne veze**

**- traženje lijekova**

**- traženje nesposobnosti, bolovanja, pošteda, ‘alibi’ ozljede u športu**

**- kronična križobolja ‘orkestrirana’ psihogeno, biciklička (*Wadell*)**

**ili čak**

**- bihevioralna /‘bioenergetsko polje’/, triciklička (R. Maigne); …**

**U predavanju se spominju i kontraindikacije / opasnosti u dif. dg. odnosno tzv.**

**CRVENE ZASTAVE:**

**- bol nesmanjena u mirovanju ili posturalnom promjenom**

**- nepromijenjena bol nakon 2- 4 tjedna liječenja**

**- bolni obrazac tzv. sjedenja za stolom i pisanja**

**- bol tipa kolika / povezana s visceralnim funkcijama**

**- poznata ili ranija neoplazma**

**- vrućica ili status imunosupresije**

**- visoki rizik kostoloma**

**- udružena sa slabošću, umorom i ↓ tjelesne težine**

**- progresivna neurološka slabost**

**- npr. Sy. Caudae equinae => op. > 24h!**

**- disfunkcija crijeva ili mokraćnog mjehura**

**- jaka jutarnja ukočenost kao primarna smetnja**

**- nemogućnost hoda i samostalne skrbi**

**- (noćna bol! Izrazito znojenje) ...**

**U predavanju i naročito radionici prikazuje se Evjenth-ova / KE metoda dif. dg.**

**što se temelji na pretpostavci da pacijent dolazi radi boli!**

**Dif. dg. se izvodi (bez upitnika koje antalgične osobe obično moraju ispunjavati 20-30 min!) na praktičnom utvrđivanju mjesta boli, odnosno organske strukture pogođene bolom uz pomoć oponašanja pokreta što uzrokuje / smanjuje tu bol i potvrđivanju te boli ili testovima provokacije - izazivanja / pojačanja boli**

**(tzv. *Provocation tests)* ili testovima ublažavanja boli (tzv. *Alleviation tests*).**

**U svijetu je objavljeno na desetke raznih postupnika / algoritama liječenja križobolje od kojih se nijedan nije pokazao toliko učinkovitiji od drugih, a unatoč primjeni istih križobolja i dalje ostaje dijagnoza radi koje radnici imaju najveći apsentizam s posla (i u športu\* /\*osim ozljeda/).**

**Stoga će uslijediti prikaz kompletne metodologije kliničkog pregleda manualnog terapeuta i neki uobičajeni testovi brze i precizne dijagnostike bolne/ih struktura predmetnih regija (slabinska kralježnica / S/I zglob / kuk) kao i način (brze) terapije odgovarajućim manualnim zahvatima - sve to u interakciji sa sudionicima radionice i njihovim željama i zahtjevima, a u skladu s predviđenim vremenom.**

**Osim navedenog, a sukladno interesu sudionika radionice i predviđenog vremena pokazat će se i brza, učinkovita i za pacijente ugodna (originalna) metodologija autora u diferencijalnoj dijagnostici i sukladno istoj odmah primijenjeno liječenje manualnim zahvatima slabinske regije, S/I zglobova i zglobova kuka.**