

CLASSIFICAZIONE ED INDICAZIONE DEI VARI TIPI DI TRATTAMENTO DEL

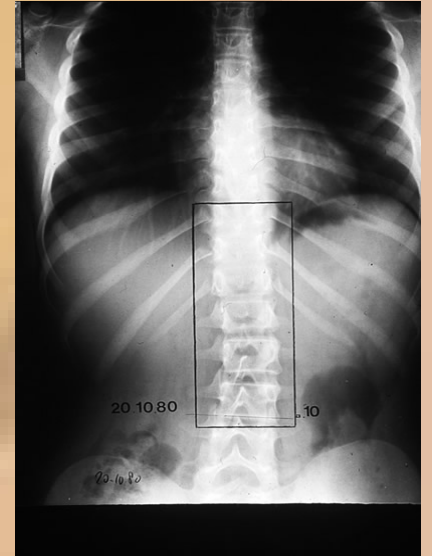


MAL DI SCHIENA

Dr. Roberto Iacolare Specialista in Riabilitazione Posturale

DIAGNOSI DEL MAL DI SCHIENA

- Anamnesi
- Esami strumentali
- Esame posturale



L'indicazione al trattamento prescinde dall'eziologia.

- Trattamento del sintomo: terapia antalgica
- Trattamento della causa: chirurgia, terapia farmacologica o biologica, osteopatia, ozonoterapia, riabilitazione posturale.

Quasi sempre, al trattamento, è necessario associare la rieducazione posturale, poiché spesso l'insieme delle cause che provocano il mal di schiena, è proprio lo squilibrio della postura.

Trattamento del sintomo

TERAPIA ANTALGICA

- **FISIOKINESITERAPIA (F.K.T.)**
- **AGOPUNTURA**
- **FARMACI**
- **TERAPIA BIOLOGICA**

F.K.T.

- **Ipertermia**
- **Laser-terapia**
- **T.E.N.S.**
- **Ultrasuoni-terapia**
- **Magneto-terapia**
- **Massoterapia decontratturante**

IPERTERMIA

Sono Microonde che producono calore endogeno fino a 43.5°, l'apparecchiatura permette il controllo in tempo reale dell'intensità e della profondità (fino a 5 cm) dell'applicazione, con effetto antiflogistico ed antalgico.



LASERTERAPIA

(light amplification by stimulated emission of radiation)

Luce amplificata con emissione di radiazioni che stimola l'aumento del microcircolo ematico con conseguente azione antiflogistica ed antiedemigena, stimola il metabolismo cellulare e l'innalzamento della soglia di percezione del dolore (effetto analgesico).



T.E.N.S.

(transcutaneous electrical nerve stimulator)



Definita anche elettroterapia antalgica, è un'elettrostimolazione transcutanea dei recettori nervosi, che innalza la soglia di percezione del dolore.



ULTRASUONI

Emissione di onde sonore impercettibili all'orecchio umano, che agiscono a livello tessutale, determinando un effetto vibratorio pulsante diatermico, che provoca l'aumento del microcircolo della zona trattata, con azione antiflogistica ed antalgica.

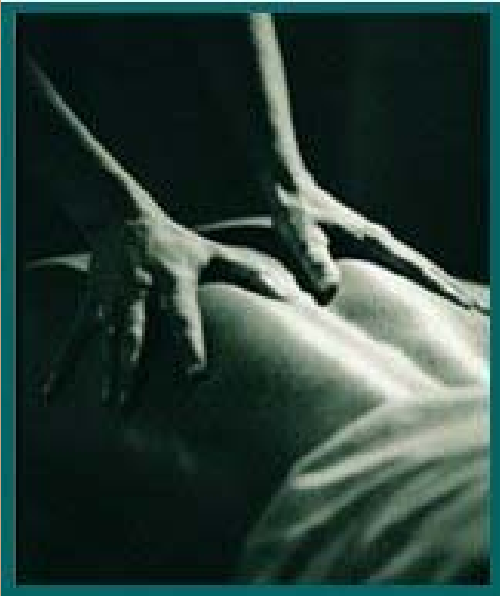


MAGNETOTERAPIA

È un'apparecchiatura che emette campi elettromagnetici pulsati intorno alla zona da trattare, che inducono effetti sedativi, antiedemigeni, rivascularizzanti e stimolanti la rigenerazione tessutale.

MASSOTERAPIA distrettuale decontratturante

**Tecnica di massaggio
manuale che inibisce la
contrattura, in quanto
stimola il microcircolo e il
drenaggio della zona
provocandone il
rilassamento.**



AGOPUNTURA

Fa parte della Medicina Cinese, dati i risultati ottenuti in numerosi screening di massa, l'Organizzazione Mondiale della Sanità l'ha introdotta nei Servizi Sanitari Nazionali. Gli aghi vengono applicati in precisi punti che inibiscono il dolore. Secondo la medicina cinese l'energia vitale, che circola attraverso l'organismo si serve di canali energetici definiti "meridiani", il fluire eccessivo, un ingorgo o una carenza, di tale energia provoca un malessere; lo scopo dell'agopuntura è il ripristino del flusso dell'energia vitale.





FARMACI e BIOFARMACI

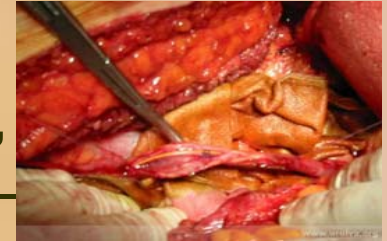
I farmaci antidolorifici sono molteplici ed efficaci(compresse, capsule, gocce, bustine, fiale da iniettare, cerotti a lento rilascio, creme, gel, spray, ecc...), ma troppo spesso sono tossici!

Preferire la terapia biologica (Fitoterapia, Omeopatia, ecc.), vuol dire stimolare la produzione di sostanze antidolorifiche da parte del nostro organismo.

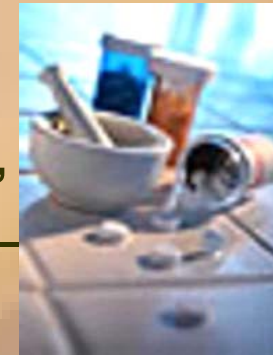


Trattamento della causa

- **Chirurgico: scoliosi oltre i 45°, ernie discali di tipo grave, ecc...** _____



- **Farmacologico-Biofarmacologico: epato-digestivo, renale, neuro-endocrino, ecc...** _____



- **Ozonoterapia** _____



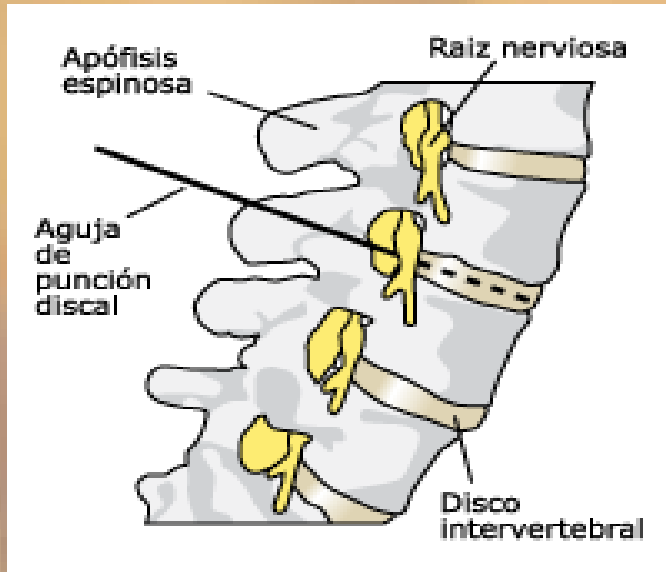
- **Osteopatia** _____



- **Riabilitazione Posturale** _____



OZONOTERAPIA (o discolisi)



l'ozono viene iniettato nei muscoli paravertebrali, producendo un effetto biochimico a breve termine, che è antinfiammatorio, analgesico, miorilassante e iperossigenante; iniettato nel disco intervertebrale produce un effetto a lungo termine, che induce la disidratazione del disco intervertebrale, quindi il riassorbimento di eventuali sporgenze erniarie.

OSTEPATIA

Nasce per opera di Andrew Taylor Still; il termine deriva dal greco “osteon” cioè osso e “pathos” ossia sofferenza.

L'osteopatia è una scienza terapeutica naturale, fondata sulla conoscenza precisa della fisiologia e dell'anatomia del corpo umano. Identifica le disfunzioni e l'assenza di mobilità dei tessuti, cause di alterazioni dell'equilibrio generale dell'individuo, e lo ristabilisce utilizzando le manipolazioni specifiche.



RIEDUCAZIONE POSTURALE

Fondata su basi strettamente scientifiche, mira a stabilizzare la consapevolezza delle proprie funzioni locomotorie, all'armonizzazione della funzionalità cinestesica, ed in fine ad un rimodellamento della propria rappresentazione corporea. Cambia il modo di percepirsi e di usare le parti del proprio corpo, si impara a sentire e correggere la propria postura.

COS'É LA POSTURA

La postura non è altro che l'equilibrio stabilito fra i vari distretti muscolari, che influenzano la posizione delle articolazioni. Quando tale equilibrio è buono non vi è alcuna sofferenza, in quanto lo scarico delle forze esercitate sulla struttura muscolo-scheletrica è ben tollerato.

L'alterazione dell'equilibrio posturale

- Anomalie strutturali: scoliosi, iperlordosi, ipercifosi, ginocchia vare o valghe, piedi piatti o cavi;
- Anomalie o malattie respiratorie che riguardano l'escursione toracica e diaframmatica o la frequenza ed il ritmo ventilatorio;
- Limitazioni funzionali post-traumatiche e post-operatorie;
- Patologie dello sport, agonistico e non;
- Malattie neurologiche e ortopediche; ecc...

**Tutte compromettono l'equilibrio posturale,
...e tutte possono essere causa del mal di schiena!**

IL TRATTAMENTO DI RIABILITAZIONE POSTURALE

L'approccio è "dolce" quasi sempre applicabile, adatto ad ogni età. Vari studiosi hanno sperimentato ed approfondito, con risultati eccellenti, il trattamento di rieducazione posturale, tra questi vi è "Françoise Mézières".

Storia del METODO MÉZIÈRES

Françoise Mézières, trentenne si laurea Fisioterapista a Parigi nel '39, dove per alcuni anni insegna anatomia, fisiologia e ginnastica medica. Nel '49, grazie a quella che chiama osservazione principe, pubblica il testo "Rivoluzione nella Ginnastica Ortopedica" nel quale espone le sue recenti osservazioni chinesiolgiche in netta antitesi con i principi appresi e insegnati. La classe medica resta indifferente innanzi a queste sue osservazioni, ciò la delude tanto da abbandonare la professione e gli studi. Dopo due anni, alcune colleghe, nonché sue allieve, la spronano a riprendere l'attività, approfondisce lo studio anatomico e fisiologico della sua osservazione, rendendola scientifica e ricavandone un metodo di terapia. Decide di organizzare corsi per fisioterapisti, dove insegna il suo Metodo. Inizia così a diffondersi il "Metodo Mézières", e col passare degli anni, grazie anche alla sua efficacia, viene portato dai suoi allievi in tutt'Europa ed anche in altri posti del mondo.

OSSERVAZIONE PRINCIPE



- Paziente con spalle anteposte in decubito supino



- Correggendo manualmente l'anteposizione delle spalle, per reazione si ottiene un'iperlordosi lombare



- Correggendo l'iperlordosi lombare, flettendo gli arti inferiori, per reazione si ottiene un'iperlordosi cervicale

Si rese conto che alcune serie di muscoli sono concatenati, quindi non vanno presi in considerazione singolarmente, ma come catena, ossia tutti insieme.



Françoise Mézières

OSSERVARE E SENTIRE

Françoise Mézières insegna ad osservare il corpo nella sua interezza ed a comprendere come i vari distretti corporei interagiscono in continuazione. Ma soprattutto insegna a sentire la forza, in eccesso o deficitaria, delle catene muscolari che ha individuato: catena posteriore, catena antero-interiore, catena brachiale anteriore, catena anteriore del collo. In particolare la c.p. è composta da una successione di forti muscoli, solidali tra di loro, che se accorciati o eccessivamente forti, rispetto al resto della muscolatura, inibiscono gli addominali, l'escursione diaframmatica e molti altri movimenti, provocando un'alterazione posturale.

L'alterazione posturale è l'alterazione della forma "normale"?!

Quindi esiste una forma "normale" alla quale
confrontare tutte le altre?

Per Françoise Mézières (e non solo) sì!
La forma "normale" è quella che corrisponde alle
proporzioni del numero aureo ($\phi=1,618\dots$), usato
dagli antichi greci, dagli scultori del periodo
classico, da Leonardo, da Michelangelo, e tanti altri.
E' una legge di armonia universale! La forma delle
nostre articolazioni condiziona il movimento e
quindi la funzione. Portando il corpo del paziente
verso alla forma normale, attraverso l'allungamento
delle catene muscolari, si recupera il giusto
rapporto di ciascuna articolazione, e l'equilibrio fra i
distretti muscolari delle stesse, ciò crea i
presupposti che consentono la corretta postura.



...alcuni momenti del trattamento...



La posizione assunta ed il tipo di lavoro effettuato, dipende dalla localizzazione dell'accorciamento muscolare, che non sempre corrisponde alla sede del dolore. Condizione basilare di un buon trattamento è l'uso della respirazione che consente il controllo della forza nella giusta dose per produrre l'allungamento.

G B A Z I E ! !

Presentazione a cura del Dr. Iacolare Roberto