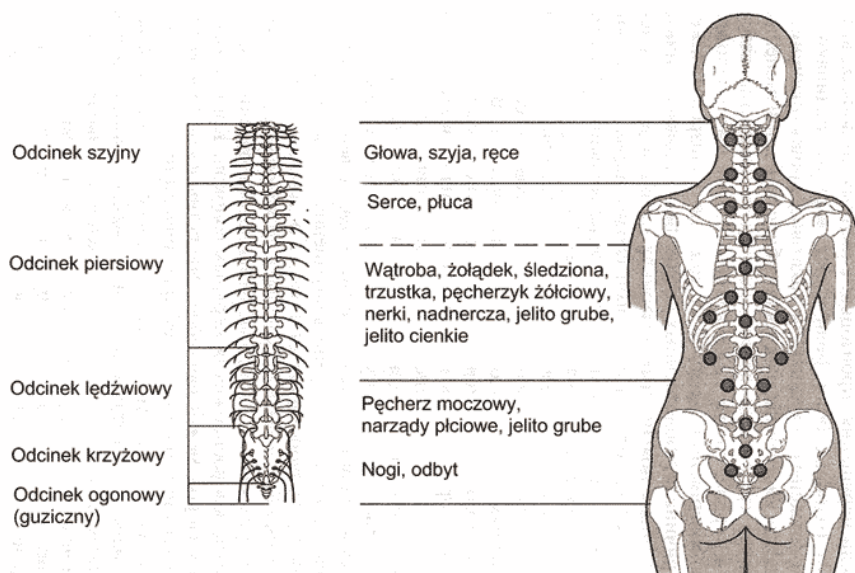


Rola kręgosłupa w powstawaniu chorób

Prawdopodobnie żaden system w organizmie człowieka nie odgrywa tak ważnej roli dla ludzkiego zdrowia oraz długiego i aktywnego życia, jak kręgosłup. Kręgosłup tworzy swego rodzaju oś ciała człowieka. Górna jego część łączy się z czaszką, dolna – z kośćmi miednicy. Kręgosłup składa się z 33-34 kręgów, zbudowanych z trzonu kręgu, łuku kręgu oraz wyrostków. Wyróżnia się następujące odcinki kręgosłupa: szyjny (7 kręgów), piersiowy (12 kręgów), lędźwiowy (5 kręgów), krzyżowy (5 kręgów) oraz ogonowy (4-5 kręgów). Kręgi odcinka szyjnego, piersiowego i lędźwiowego połączone są ze sobą przy pomocy krążków międzykręgowych (dysków), więzadeł i stawów. Amplituda wychyleń między dwoma kręgami jest niewielka, jednak ogółem odcinki te są dość ruchome. Kręgi odcinka piersiowego kręgosłupa połączone są z żebrami i wraz z mostkiem tworzą klatkę piersiową. Wewnątrz kręgów znajdują się otwory, które razem tworzą kanał kręgowy, przez który przechodzi rdzeń kręgowy. Między każdą z par kręgów znajdują się otwory, przez które przechodzą odchodzące od rdzenia kręgowego naczynia nerwowe. Każdy z nerwów rozpoczyna się z dwóch korzonków: przedniego i tylnego. Wrażliwe tylne korzonki nerwowe przewodzą do rdzenia kręgowego informacje na temat stanu wszelkich układów i organów. Przez przednie korzonki nerwowe, motoryczne, przechodzą sygnały z ośrodkowego układu nerwowego do mięśni i innych organów. Ogółem w organizmie znajduje się 31 par korzonków nerwowych: 8 szyjnych, 12 piersiowych, 5 lędźwiowych, 5 krzyżowych i jedna w części guzicznej. Obydwa korzonki nerwowe łączą się w jeden nerw.



Istnieje więc 31 par różnych – autonomicznych i motorycznych – nerwów, które unerwiają określone narządy czy części ciała (rys. 1). Od stanu tych nerwów zależy bardzo dużo: rytm pracy serca,

regulacja przepływu krwi w organizmie, ruchy perystaltyczne jelit, sprawność organów odprowadzających żółć, sprawność systemu moczowego, sekrecja gruczołów – czyli działanie wszystkich narządów i układów.

ROLA KRĘGOSŁUPA W POWSTAWANIU CHORÓB

Rys. 1 Ośrodkowy układ nerwowy, regulujący pracę narządów i części ciała

Specyficzna budowa kręgosłupa chroni mózg i rdzeń kręgowy przed wstrząsami i urazami. Zdrowy kręgosłup pozwala na prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego, a co za tym idzie na zdrowe i pełnowartościowe życie człowieka. Właśnie dlatego tak ważne jest, aby dziecko utrzymywało prawidłową postawę. Jeśli jednak kręgosłup jest słaby, skrzywiony, jeśli odstępy między poszczególnymi kręgami są mniejsze niż być powinny lub ma miejsce jakaś inna patologia, włókna nerwowe są uciskane, ich ukrwienie jest mniejsze, a to z kolei może doprowadzić do ich dysfunkcji w przewodzeniu impulsów nerwowych i przekazywaniu poleceń do mięśni i organów wewnętrznych. Inaczej mówiąc, dochodzi do zakłócenia pracy układów organizmu.

Jeśli do takich zakłóceń doszło w odcinku szyjnym kręgosłupa, pojawiają się bóle głowy, szyi, rąk, pogarsza się ukrwienie mózgu, dochodzi do zawrotów głowy i obniżenia zdolności intelektualnych. Jeśli zmiany dotknęły kręgow odcinka piersiowego kręgosłupa, pojawiają się bóle serca, żołądka, jelit. Bardzo często człowiek chce leczyć całkowicie chore serce, nie podejrzewając nawet, że przyczyną symptomów jest wada kręgosłupa. Zakłócenie pracy odcinka lędźwiowego kręgosłupa grozi bólem w pasie i nogach, pojawiają się często skurcze mięśni nóg, problemy z pęcherzem moczowym, prostatą, problemy ginekologiczne i inne choroby.

Zdarzają się ponadto takie uszkodzenia kręgosłupa, które bezpośrednio nie powodują bólu, ale doprowadzają do poważnych problemów w funkcjonowaniu narządów wewnętrznych. W zależności od tego, które dokładnie z włókien nerwowych zostało naruszone, w organizmie pojawiają się problemy w funkcjonowaniu żołądka, wątroby, niedokrwistość wegetatywna, przewlekłe choroby dróg oddechowych, choroby układu moczowo-płciowego. Wady kręgosłupa mogą doprowadzić do chorób praktycznie wszelkich narządów. Nie jest to, rzecz jasna, jedyna przyczyna wszystkich chorób, jeśli jednak wady te nie zostaną skorygowane, niewielkie są szanse na całkowite wyleczenie.

Bez względu na rodzaj wady kręgosłupa wszelkie nasze działania powinny być skierowane na przywrócenie lub poprawę krążenia krwi we włóknach nerwowych. Jeśli kręgosłup jest zdrowy, nerwy nie są zagrożone bez względu na ruchomość tułowia. Jednak jeśli ruchom tym towarzyszy dodatkowo obciążenie fizyczne (podnoszenie dużych ciężarów), to w najbardziej obciążonych kręgach może dojść

do uszkodzenia, polegającego na ucisku na włókno nerwowe, zakłóceniu krążenia krwi czy zmniejszenia sprężystości dysków, znajdujących się między kręgami. Może dojść nawet do ich przesunięcia (przepuklina dyskowa, dyskopatia). Przemieszczony dysk może powodować ucisk na rdzeń kręgowy. Jest to bardzo niebezpieczne i wymaga starannej diagnostyki oraz specjalistycznego leczenia. Jeśli z jakiegoś powodu mięśnie są osłabione lub przemęczone z powodu utrzymywania niewygodnej pozycji, do uszkodzenia może dojść nawet w przypadku ograniczonego obciążenia.

W przypadku kolejnych obciążeń kręgosłupa jego uszkodzenia mogą się pogłębiać. W obszarach stłuczeń, urazów, obciążeń takie obrażenia mogą się potęgować szybciej i to właśnie w tych obszarach najprędzej mogą pojawić się problemy zdrowotne. Z biegiem lat otwory między kręgami zmniejszają się – odkłada się w nich wapń, który nie został wchłonięty przez tkankę kostną organizmu z powodu osłabionego jej ukrwienia. Proces ten nazywany jest osteochondrozą. Powierzchnia kręgów staje się nierówna, pokrywają ją wypukłości, co powoduje zwiększenie ryzyka ucisku lub uszkodzenia nerwów. W rezultacie może rozwinąć się proces zapalny (zapalenie korzonków nerwowych), który z kolei wywoła obrzęk, przez który korzonki nerwowe będą uciskane jeszcze mocniej.

W podeszłym wieku pojawia się tak duża liczba uszkodzeń, że włókna nerwowe praktycznie na stałe narażone są na ucisk. Na tym etapie nawet proste ruchy mogą doprowadzić do uszkodzenia układu nerwowego. Wtedy także znacznie wzrasta ilość chorób, atakujących nasz organizm. Rację mieli wschodni mędrcy, którzy twierdzili, że „człowiek jest na tyle młody i zdrowy, na ile giętki i zdrowy jest jego kręgosłup”. Funkcjonuje jeszcze jedna mądrość ludowa: „Jeśli cierpisz na wiele chorób, chory jest twój kręgosłup”.

Celem zastosowania terapii wibroakustycznej w procesie leczenia kręgosłupa jest:

1. Poprawa krążenia krwi w mięśniach w celu ograniczenia ich napięcia i poprawy wyważenia kręgosłupa.
2. Usunięcie bólu mięśni, pojawiającego się w wyniku ich przeciążenia.
3. Odbudowa i poprawa krążenia krwi w uciskanych włóknach nerwowych.
4. Poprawa elastyczności dysków międzykręgowych dzięki poprawie krążenia krwi.
5. Usunięcie obrzęku.
6. Rozpuszczenie odkładającej się soli.

Jak już zostało powiedziane, oprócz bólu, w kręgosłupie mogą pojawić się takie patologie, jak przepuklina dysków międzykręgowych, zapalenie korzonków nerwowych, obrzęki. W każdym z

konkretnych przypadków nie jest łatwo określić złożoność schorzeń. Potrzebne są do tego dostateczne kwalifikacje lekarza, a także specjalistyczne urządzenia. Przy tworzeniu programu leczenia bardzo ważne jest wzięcie pod uwagę możliwości pojawienia się stanów zapalnych. Jeśli jest choć najmniejsza możliwość ich powstania, należy stosować urządzenie wibroakustyczne tylko w połączeniu z lekami przeciwzapalnymi. Należy jednocześnie pamiętać, żeby nie stosować silnych preparatów przeciwbólowych bez konsultacji z lekarzem – ból jest wskaźnikiem uszkodzeń naszego organizmu. Ignorowanie bólu lub próba walki z nim spowoduje tylko dodatkowe problemy w przyszłości.

Rozpuszczanie złogów soli i przywracanie elastyczności dyskom międzykręgowym trwa dość długo. W celu osiągnięcia radykalnej poprawy zabiegi należy przeprowadzać przez 2-3 miesiące. Wytrwałość może doprowadzić do powiększenia się otworów między kręgami i wygładzenia powierzchni samych kręgów, co zmniejszy możliwość powstawania uszkodzeń i tworzenia nacisku na włókna nerwowe. Zaleca się coroczne stosowanie terapii – efekt leczenia będzie wtedy utrzymany.

Niestety, większość chorych, w przypadku osiągnięcia zadowalających rezultatów leczenia, rezygnuje z zabiegów. Pojawiają się ponadto inne przyczyny zaniechania leczenia: brak widocznych efektów w pierwszym etapie leczenia, poczucie wyzdrowienia w przypadku pozbycia się wrażeń bólowych, a także inne problemy ze zdrowiem. Nie należy leczyć wszystkiego naraz – stworzy to zbyt duże obciążenie dla organizmu. Choroby trzeba wtedy leczyć etapami, zaczynając z najpoważniejszych chorób. Ludzie spieszą się i, kiedy już poczną poprawę, biorą się za leczenie kolejnej choroby. Jednak to właśnie kręgosłupowi trzeba poświęcić najwięcej uwagi. Kiedy kręgosłup będzie zdrow, część problemów zniknie sama.

Czasami uszkodzenia w kręgosłupie są nieodwracalne. W takich przypadkach nie ma już możliwości pozbycia się ucisku na włókna nerwowe. Pozostaje jedynie utrzymanie w nich krążenia krwi na podstawowym poziomie okresowymi terapiami wibroakustycznej.

Profilaktyczne zabiegi najlepiej jest rozpocząć, kiedy jeszcze nie ma konkretnych oznak choroby i ostrego bólu podczas wykonywania prostych czynności. Najpierw leczeniem należy objąć te odcinki kręgosłupa, które w ciągu życia najbardziej były narażone na kontuzje lub stłuczenia. Jeśli takich kontuzji nie było – zaczynamy od najważniejszego z odcinków kręgosłupa – odcinka szyjnego. Następnie przechodzimy do odcinka lędźwiowego lub lędźwiowo-krzyżowego, a dopiero później do odcinka piersiowego.

Podczas leczenia kręgosłupa może pojawić się ból. Jego pojawienie się wyjaśniane jest tym, że poprawa krążenia krwi i przewodzenia sygnałów we włóknach nerwowych pozwala bólowi dotrzeć do mózgu. Wcześniej nie miało to miejsca z powodu poważnego ograniczenia przepływu krwi i utraty wrażliwości w obszarze zaatakowanym chorobą.