



ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
McKenzie

ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΕ ΤΗΝ ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟ Δρ ΚΩΣΤΟΓΛΟΥ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ
- ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΕΝΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΠΟΝΟ: ΥΠΟΣΧΕΣΗ, ΠΑΓΙΔΕΣ ΚΑΙ ΛΥΣΕΙΣ
- Η ΣΥΧΝΟΤΕΡΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ ΣΤΗ ΜΔΘ ΓΙΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΒΑΣΙΚΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΜΗ-ΟΞΕΙΑ ΓΟΝΑΛΓΙΑ, ΗΤΑΝ Η ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ
- Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ FOAM ROLLING ΣΤΟΝ ΤΟΝΟ, ΤΗΝ ΕΛΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΚΑΜΨΙΑ ΤΩΝ ΜΑΛΑΚΩΝ ΙΣΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΕ ΒΑΡΗ
- ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ
- ΚΟΚΚΙΝΕΣ ΣΗΜΑΙΕΣ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ
- ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΥΧΟΙ – ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΙ
- ΕΤΗΣΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2019



ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
McKenzie

Μηχανική Διάγνωση & Θεραπεία

Τόμος 18 Τεύχος 3, Ιούλιος – Σεπτέμβριος 2019

ΕΚΔΟΤΗΣ: ΣΠΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ: Ελληνικό Ινστιτούτο McKenzie

ΕΔΡΑ: Λ. Ηρακλείου 35, Άνω Πατήσια

Τηλ./Φαξ: +30 210 2289654

Web Site: www.mckenzieinstitute.org/gr

E-mail: secr@mckenziehellas.gr

F/B: McKenzie Institute Hellas

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Γεώργιος Π. Σπανός
Κατερίνα Δαμανάκη

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Χρήστος Γκίνης
Μαρία-Ελένη Λίλη
Αντώνης Μητσόπουλος
Χαρά Μίμογλου
Κατερίνα Δαμανάκη

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ & ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 7.5

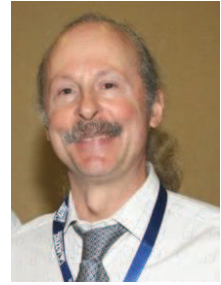
Περιεχόμενα



Σημείωμα του Εκδότη	3
Συνεντεύξεις <i>Κώστογλου Ιφιγένεια – Ενδοκρινολόγος</i>	
Βιβλιογραφία Ψυχολογικά Προσανατολισμένη Αντιμετώπιση Ασθενών με Επίμονο Μυοσκελετικό Πόνο: Υπόσχεση Παγίδες και Λύσεις	24
Η Συχνότερη Κατάταξη στη ΜΔΘ για Ασθενείς με Βασικό Πρόβλημα μη Οξεία Γοναλγία ήταν η Σπονδυλική Διαταραχή: Αναδρομική Ανασκόπηση Καταγραφής	32
Η Επίδραση του Foam Rolling στον Τόνο, την Ελαστικότητα και την Ακαμψία των Μαλακών Ιστών κατά τη Διάρκεια της Αποκατάστασης, μετά από Προπόνηση με Βάρη	28
Κλινικές Περιπτώσεις <i>Κόκκινες Σημαίες στα Παιδιά</i>	37
Πτυχιούχοι – Διπλωματούχοι	40
Ετήσιο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 2019	43

Η Διαφορική Διάγνωση στη ΜΔΘ

Κάποια γεγονότα από την επιστημονική μου διαδρομή παραμένουν βαθιά χαραγμένα στη μνήμη μου. Αρκετά χρόνια πριν, ήμουν καλεσμένος στην πανέμορφη πόλη του Βόλου σ' ένα συνέδριο του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπείας. Μιλούσα για την ωμαλγία και την ανάγκη του κλινικού κόσμου να θέσει μηχανική διάγνωση, δεδομένης της αδυναμίας για έγκυρη και αξιόπιστη ειδική ιατρική διάγνωση. Στο προεδρείο καθόταν ο αείμνηστος καθηγητής της Ορθοπαιδικής και Τραυματολογίας, Παναγιώτης Συμμεωνίδης, αυθεντία στις παθήσεις του Ωμου και στο ακροατήριο ο πρόεδρος του συνεδρίου και του Συλλόγου, αείμνηστος Γρηγόριος Πετρόπουλος. Πριν το τέλος της ομιλίας μου ο Π. Συμμεωνίδης, εμφανώς εκνευρισμένος από τό... "Θράσος" του ομιλητή, Φυσικοθεραπευτής γάρ, πώς τολμά να θέσει "θέμα Διάγνωσης" με διακόπτει λέγοντας: "Από τότε ή Μέθοδος Mckenzie Βάζει διάγνωση... Εστω και μηχανική;" ενώ και ο Γρ. Πετρόπουλος συντονίζεται μαζί του λέγοντας: "...Μην ακούτε κ. Συμμεωνίδη εμείς (οι φυσικοθεραπευτές) μόνο αξιολόγηση μπορούμε να κάνουμε και να εκτελέσουμε τις οδηγίες από το παραπαικτικό του ιατρού..." Κρατώντας την ψυχραιμία μου, βρήκα το κουράγιο να απαντήσω στον καθηγητή, ότι η Μέθοδος McKenzie όχι μόνο βάζει



Μηχανική Διάγνωση αλλά είναι περισσότερο έγκυρη και αξιόπιστη, στην περίπτωση της Ωμαλγίας και όχι μόνο, από την κλασική διάγνωση που βασίζεται σε ειδικά ορθοπεδικά κλινικά τεστ, την κλασική φυσική εξέταση και την απεικόνιση, όπως προκύπτει από τις τεκμηριωμένες επιστημονικές αποδείξεις και για του λόγου το αληθές τον προσκαλούσα για την ενημέρωσή του στο 9ο Παγκόσμιο Συνέδριο McKenzie που θα γινόταν πρώτη φορά στην Ελλάδα! Όσο για τον Πετρόπουλο, του παρατήρησα ότι ως Πρόεδρος του ΠΣΦ θα έπρεπε να υποστηρίζει, τόσο επιστημονικά, όσο και επαγγελματικά τους φυσικοθεραπευτές κι όχι το αντίθετο! Κάποια χρόνια αργότερα, πάλι καλεσμένος ως ομιλητής σε συνέδριο του ΠΣΦ για την διαγνωστική κατάταξη της Μηχανικής Διάγνωσης & Θεραπείας, ένας σύνεδρος τοποθετήθηκε λέγοντας ότι δεν είναι ούτε δυνατόν, ούτε πρέπον η Μέθοδος McKenzie να θέτει Διάγνωση. Υποστήριξα με σθένος τη Διαγνωστική και προγνωστική ικανότητα της Μηχανικής Διάγνωσης και Θεραπείας επικαλούμενος νεώτερες επιστημονικές αποδείξεις, αλλά πρώτη φορά και δημόσια, η επιβεβαίωση ήρθε από τα πλέον επίσημα χείλη. Πρόεδρος της συνεδρίας ήταν ο διεθνούς φήμης καθηγητής της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Κρήτης, Ορθοπαιδικός, Αλέξανδρος Χατζηπαύλου, που παίρνοντας το λόγο είπε: "Γιατί σας κάνει εντύπωση; Η Μέθοδος McKenzie όχι μόνο μπορεί να βάζει διάγνωση, έγκυρη κι αξιόπιστη, αλλά και πρέπει να το κάνει, δεδομένης της αδυναμίας της κλασικής ορθοπεδικής διάγνωσης". Συμπλήρωσε δε ότι, τόσο στον Καναδά, απ' όπου προέρχεται, όσο και στις ΗΠΑ, από τις 10ετίες του 80 και του 90 ήταν ήδη γνωστές οι διαγνωστικές ικανότητες της ΜΔΘ. Μάλιστα είπε ότι επιπλέον, η ΜΔΘ χαίρει της αναγνώρισης, τόσο του ίδιου, όσο και συναδέλφων του, παγκόσμιες κλινικές αυθεντίες, όπως ο Vert Mooney, Alf Nachemson, James Cyriax, Malcom Jayson, Nikolai Bogduk και άλλων. Από τότε, κύλησε πολύ νερό στο αυλάκι του χρόνου και ολοκληρώνεται πλέον η δεύτερη 10ετία της δεύτερης χιλιετίας. Η ΜΔΘ έχει κατοχυρωθεί, τόσο διεθνώς, όσο και στην Ελλάδα, έχει δε αναδείξει και τη σημαντική της ικανότητα και στη διαφορική διάγνωση, εφόσον επί τέσσερις 10ετίες και πλέον, διαρκώς αυξάνει και αναπαράγει τις έγκυρες επιστημονικές αποδείξεις της και εφαρμογές. Στον Καναδά και ΗΠΑ για παράδειγμα, η Εταιρεία Σπονδυλικής Στήλης Βορείου Αμερικής, αφενός συνδιοργανώνει τα παγκόσμια συνέδριά της με το Διεθνές Ινστιτούτο McKenzie -San Fransisco 2017, Ottawa 2020-, ενώ εκδίδει και κλινικές οδηγίες ότι σε απουσία κακοήθειας η διαχείριση και διάγνωση του σπονδυλικού και μυοσκελετικού πόνου πρέπει να εξαντλείται πρωτίστως και αποκλειστικά από τη ΜΔΘ! Προτρέπει δε όλους τους ιατρούς μέλη της, επεμβατικούς και μη στην εκμάθησή και εξειδίκευσή στη ΜΔΘ οργανώνοντας ειδικά σεμινάρια! Σε ανάλογες οδηγίες για διαχείριση του σπονδυλικού πόνου προβαίνει και το Κολλέγιο Οικογενειακών Παθολόγων Αμερικής. Στην Ελλάδα Η ΜΔΘ έχει επίσημα αναγνωρισθεί και από την Ελληνική Εταιρεία Σπονδυλικής Στήλης (ΕΕΣΣ), 2014, όσο και από την Ελληνική Εταιρεία Χειρουργικής Ορθοπαιδικής & Τραυματολογίας, 2015. Εδώ και χρόνια, η πλειονότητα των Ιατρών αναζητούν συναδέλφους με διαπίστευση στη ΜΔΘ για τη συντηρητική διαχείριση του Μυοσκελετικού Πόνου, οι οποίοι ανακοινώνονται δημόσια από τις λίστες του Ελληνικού Ινστιτούτου McKenzie Η ικανοποίηση είναι πλέον καθολική για την συνεργασία των διαπιστευμένων συναδέλφων με ιατρούς που διαχειρίζονται συντηρητικά τον μυοσκελετικό πόνο. Πρόσφατα, 2/9/2019, στο Journal of Manual and Manipulative Therapy, οι εξαιρετικοί συναδελφοί Richard Rosedale, Ravi Rastogi και άλλοι δημοσίευσαν το άρθρο: "Exploring the Prevalence of Extremity Pain of Spinal Source (EXPOSS), Journal of Manual & Manipulative Therapy 2019-09-02, journal-article" επιβεβαιώνοντας ότι πριν από οποιαδήποτε επεμβατική θεραπεία στις περιφερειακές αρθρώσεις, πρέπει να έχει γίνει αξιολόγησή-ΜΔΘ της Σπονδυλικής Στήλης! Κατά το άρθρο το 71 % του πόνου στο ισχίο και το 47,6% του πόνου στον ώμο μπορεί να προέρχεται από την Σπονδυλική Στήλη, όπως προέκυψε από την Διαφορική Διάγνωση της ΜΔΘ! Μεγάλη προσοχή λοιπόν, πριν τις επεμβατικές αποφάσεις. Πάνω σε αυτήν ακριβώς τη μοναδική ικανότητα για Διαφορική Διάγνωση της ΜΔΘ επιτρέψτε μου να σας διηγηθώ δύο πολύ Πρόσφατα περιστατικά..

Ασθενής στον 7ο μήνα της εγκυμοσύνης, με σοβαρή ριζοπάθεια συνοδευόμενη από νευρολογικά και απεικονιστικά ευρήματα παραπέμπεται από ικανότατο χειρουργό Σ.Σ. με σκοπό την πρόγνωση, αποφυγή χειρουργείου και θεραπεία μέσω ΜΔΘ... Αποτελέσματα εξαιρετικά, ασυμπτωματική πλέον με ένα υγιέστατο αγοράκι! Πρόγνωση πολύ καλή!

Τηλεφωνική επικοινωνία από άλλο εξαιρετικό χειρουργό ΣΣ έχει ως εξής: "Γιώργο θέλω να μας βοηθήσεις. Κυρία μεσήλικη με χρόνια Οσφυοισχιαλγία δεν μπορούμε να τη βοηθήσουμε και λόγω παντελούς έλλειψης απεικονιστικών ευρημάτων! Θέλω σε παρακαλώ να βάλεις ΔΙΑΓΝΩΣΗ προτίστως ή και ΔΙΑΦΟΡΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ και ΠΡΟΓΝΩΣΗ". Σε ερώτησή μου εάν πέραν της οσφύς υποπτεύεται πύελο, ιερολαγόνιο παθολογία, ισχίο ή άλλο η απάντησή ήταν: "Γιώργο μου δεν ξέρω"! Αποτελέσματα; Μηχανική Παθολογία ΣΣ ανατάξιμη, σε έδαφος ψυχοκοινωνικού προβλήματος, με φραγμούς στην ανάρρωση! Αντιλαμβάνεσθε, πιστεύω, και την προσωπική μου ικανοποίηση.

Αγαπητοί φίλοι, όλα τα νεώτερα δεδομένα στη Διαγνωστική κατάταξη αλλά και τις παγκόσμιες εξελίξεις στην ΜΔΘ θα έχουμε την ευκαιρία να αναπτύξουμε στις προσεχείς μας ημερίδες στη Λευκωσία και Αθήνα στις 2 και 9 Νοεμβρίου 2019 αντίστοιχα!

Σας προσκαλώ όλους, η είσοδος είναι ελεύθερη

Καλό Φθινόπωρο!

Γιώργος Σπανός