



ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
McKenzie

ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΕΣ ΠΑΓΙΔΕΥΣΗΣ. ΑΜΦΙΣΒΗΤΗΣΗ ΤΩΝ ΤΡΕΧΟΥΣΩΝ ΑΝΤΙΛΗΨΕΩΝ ΜΕ ΝΕΑ ΑΠΟΔΕΙΚΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ
- ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΑΥΧΕΝΙΚΗΣ ΜΟΙΡΑΣ ΤΗΣ Σ.Σ. ΣΤΗΝ ΥΠΑΚΡΩΜΙΑΚΗ ΩΜΑΛΓΙΑ: ΜΙΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ
- ΠΡΟΤΙΜΗΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗΣ ΓΙΑ ΤΑ ΑΚΡΑ: ΜΙΑ ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ
- ΠΡΟΤΥΠΑ ΑΝΑΦΟΡΑΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΩΝ ΠΡΟΚΑΛΟΥΜΕΝΑ ΑΠΟ ΤΗ ΡΙΖΑ ΤΗΣ ΟΣΦΥΟΪΕΡΗΣ ΜΟΙΡΑΣ ΤΗΣ Σ.Σ. – ΜΙΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ
- ΑΠΟΨΕΙΣ: Ο ΔΡΟΜΟΣ ΠΡΟΣ ΤΟ ΔΙΠΛΩΜΑ
- ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ
- ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΥΧΟΙ – ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΙ
- ΕΤΗΣΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2019



ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
McKenzie

Μηχανική Διάγνωση & Θεραπεία

Τόμος 18 Τεύχος 2, Απρίλιος – Ιούνιος 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

Μαρία Βασιλάκη
Χρήστος Γκίνης
Αντώνης Μητσόπουλος
Χαρά Μίμογλου
Κατερίνα Δαμανάκη

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ & ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Κατερίνα Δαμανάκη

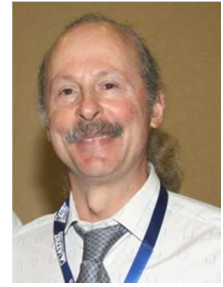
Τιμή Τεύχους: € 7.5

Περιεχόμενα



Σημείωμα του Εκδότη	3
Βιβλιογραφία	
<i>Νευροπάθειες Παγίδευσης. Αμφισβήτηση των Τρεχουσών Αντιλήψεων με Νέα Αποδεικτικά Στοιχεία</i>	4
<i>Έλεγχος της Αυχενικής Μοίρας της Σ.Σ. στην Υπακρωμιακή Ωμαλγία: Μία Συστηματική Ανασκόπηση</i>	9
<i>Προτίμηση Κινητικής Κατεύθυνσης για τα Άκρα: Μία προκαταρκτική έρευνα</i>	16
<i>Πρότυπα Αναφοράς Συμπτωμάτων Προκαλούμενα από τη Ρίζα της Οσφυοϊεράς Μοίρας της Σ.Σ. Μία Περιγραφική Μελέτη</i>	25
Απόψεις	
<i>Ο Δρόμος προς το Δίπλωμα</i>	32
Κλινικές Περιπτώσεις	
<i>Διαδικασία Αξιολόγησης Ασθενούς με Οσφυαλγία Και Υποψία Θωρακικής Μυελοπάθειας</i>	33
Πτυχιούχοι – Διπλωματούχοι	40
Ετήσιο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 2019	43

“Το Βιο Ψυχο-κοινωνικό Μοντέλο ”



Την τελευταία δεκαετία γενικώς και κυρίως τα τελευταία πέντε χρόνια το Βιο-ψυχο-κοινωνικό μοντέλο κερδίζει όλο και περισσότερο εδαφος στην καθημερινή κλινική πρακτική. Ένας από τους σπουδαιότερους λόγους είναι ότι το κλασικό παθο-ανατομικό-μοντέλο δεν βοήθησε στην επίτευξη έγκυρης και αξιόπιστης διάγνωσης στην μυοσκελετική παθολογία.!

Η ειδική ιστική διάγνωση δεν αποτελεί τη συνήθη πρακτική στον κόσμο του εκφυλισμού και της γήρανσης του συνδετικού ιστού, και οι μη ειδικές ιστικές παθολογίες, κυρίως μηχανικές επικρατούν στην επιδημιολογία. Παραδείγματος χάριν, αυχεναλγίες, ραχιαλγίες, οσφυαλγίες ωμαλγίες, γοναλγίες, μηραλγίες κ.τλ. Σε αντίθεση με την έγκυρη και αξιόπιστη ομαδοποίηση της μηχανικής παθολογίας σε αναπαραγωγίμα, αναγνωρίσιμα και έγκυρα μηχανικά σύνδρομα όπως κάνει η ΜΔΘ το πάθο-ανατομικό μοντέλο έχει να αντιπαραβεί σοβαρές δυσκολίες. Αυτές είναι: Πρώτον, η χρήση των αναξιόπιστων ειδικών διαγνωστικών ορθοπαιδικών δοκιμασιών. Δεύτερον, το ολόενα και αυξάνον, με την ηλικία, ποσοστό εκφυλισμού και γήρανσης ασυμπτωματικών πληθυσμών. Τρίτον, η αδυναμία συσχέτισης απεικονιστικών ευρημάτων με την τρέχουσα συμπτωματολογία.

Σαν συνέπεια όλων των ως άνω το Βιο-ψυχο-κοινωνικό μοντέλο είναι ένα μοντέρνο αποτελεσματικό μοντέλο που συνεχώς αντικαθιστά το κλασικό Πάθο-ανατομικό.

Η ολιστική του προσέγγιση συμπεριλαμβάνει και αντιμετωπίζει τόσο την σωματική- συμπτωματική, μηχανική και λειτουργική παθολογία- (Βιο) όσο και την ψυχο-κοινωνική. Έτσι, χωρίς να εξαρτάται από ειδική ιστική διάγνωση, παρά μόνο από έγκυρα και αξιόπιστα μηχανικά σύνδρομα, αναγνωρίζει και αντιμετωπίζει τους σοβαρούς και επιβαρυντικούς, για την πρόγνωση και θεραπεία των μυοσκελετικών παθήσεων, Φραγμούς στην Ανάρρωση!. Τέτοιοι είναι συνηθισμένοι γνωστικοί και συμπεριφοριστικοί παράγοντες που εκδηλώνουν οι ασθενείς και ο κλινικός κόσμος τους χαρακτηρίζει ως διαφόρου χρωματισμού σημαίες. Αυτές είναι:

-Οι **Κίτρινες** σημαίες που:

(i) αντανακλούν σε αρνητικές απόψεις και πεποιθήσεις όπως πχ., "Όλοι οι πόνοι είναι βλαβεροί, "Δεν μπορώ να εργασθώ με πόνο" "Υιοθετώ παθητικές απόψεις" κτλ.

(ii) αντανακλούν σε νοσηρές συμπεριφορές όπως, "Μείωνω το επίπεδο δραστηριοτήτων μου", "Αποφεύγω την κίνηση", "Ξαπλώνω για να μειώσω τον πόνο" κτλ.

(iii) αντανακλούν στη διάγνωση όπως, "Αναζήτηση διάγνωσης" "Επίσκεψη σε πολλούς ιατρούς" "Αντικρουόμενες διαγνώσεις" κτλ.

(iv) αντανακλούν σε συναισθηματικούς παράγοντες όπως, "Κατάθλιψη, Αγωνία, Φόβος, Αγχος "

- Οι **Μαύρες** σημαίες που αντανακλούν στις επιρροές της οικογένειας όπως, "Αξίες οικογενειακές, Πεποιθήσεις, Υπερπροστατευτισμός, Οικονομική πίεση"

-Οι **Μπλε** σημαίες που αντανακλούν στην εργασία όπως "Όχι υποστήριξη από τον εργοδότη, Δυσαρέσκεια στην εργασία, Διαμάχες με τους άλλους υπαλλήλους" κτλ.

Η γρήγορη αναγνώριση και αντιμετώπιση σε βάθος των διάφορων σημαιών είναι πρωταρχικής σημασίας για την ολιστική αντιμετώπιση και θεραπεία της μυοσκελετικής παθολογίας και παράγοντας καθοριστικός πρόληψης της βλαβερής χρονιότητας.

Είναι γνωστό ότι η ΜΔΘ όχι μόνο είναι αποτελεσματικότερη για την έγκυρη αντιμετώπιση των φραγμών στην ανάρρωση αλλά αποτελεί ακρογωνιαίό λίθο της, η Ενίσχυση της αυτοδιαχείρισης και αυτοθεραπείας των ασθενών σε όλο το φάσμα των σημαιών.

Τέλος, η έρευνα καταδεικνύει ότι ασθενείς που αντιμετωπίζονται με ΜΔΘ και έχουν Επικέντρωση ή Προτίμηση Κινητικής Κατεύθυνσης έχουν ευνοϊκή πρόγνωση και παράλληλα, μέσω της διαχείρισης ΜΔΘ επηρεάζονται μία σειρά από ψυχοκοινωνικές παραμέτρους όπως η αποφυγή λόγω φόβου, οι πεποιθήσεις φόβου και ανικανότητας, η σωματοποίηση κ.α.

Σας εύχομαι ένα ξεκούραστο καλοκαίρι!

Γιώργος Σπανός