



ΕΛΛΗΝΙΚΟ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
McKenzie

# ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- ΚΛΙΝΙΚΗ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕ ΤΗΝ JILL COOK, Καθηγήτρια Μυοσκελετικής Υγείας
- ΠΩΣ ΕΡΜΗΝΕΥΕΤΑΙ Η ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ «ΑΝΕΞΗΓΗΤΟ» ΧΡΟΝΙΟ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΠΟΝΟ ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ
- ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΟΣΦΥΪΚΗΣ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΣΤΕΝΩΣΗΣ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ
- ΠΟΤΕ ΥΠΟΨΙΑΖΟΜΑΣΤΕ ΥΠΑΡΕΧ ΣΠΟΝΔΥΛΟΑΡΘΡΙΤΙΔΑΣ: ΜΙΑ ΒΑΣΙΚΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ
- ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ: Η ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑΣ ΤΗΣ ΑΥΧΕΝΙΚΗΣ ΚΑΜΨΗΣ ΜΕ ΣΤΡΟΦΗ ΓΙΑ ΕΠΙΒΕΒΑΙΩΣΗ ΤΗΣ ΣΤΡΟΦΗΣ ΩΣ ΠΡΟΤΙΜΗΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗΣ ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΑΥΧΕΝΑΛΓΙΑ: ΣΕΙΡΑ ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ
- ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΥΧΟΙ – ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΙ
- ΕΤΗΣΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2024



ΕΛΛΗΝΙΚΟ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
**McKenzie**

## Μηχανική Διάγνωση & Θεραπεία

Τόμος 23 Τεύχος 1, Ιανουάριος – Μάρτιος 2024

**ΕΚΔΟΤΗΣ:** ΣΠΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

**ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:** Ελληνικό Ινστιτούτο McKenzie

**ΕΔΡΑ:** Λ. Ηρακλείου 35, Άνω Πατήσια

**Τηλ./Φαξ:** +30 210 2289654

**Web Site:** [www.mckenzieinstitute.org/gr](http://www.mckenzieinstitute.org/gr)

**E-mail:** [secr@mckenziehellas.gr](mailto:secr@mckenziehellas.gr)

**F/B:** McKenzie Institute Hellas

### ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Γεώργιος Π. Σπανός

Κατερίνα Δαμανάκη

### ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Μπατσασασβίλι Λέλα

Δαμανάκη Κατερίνα

### ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ & ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 10

# Περιεχόμενα



<b>Σημείωμα του Εκδότη</b>	3
<b>Κλινική Συζήτηση</b> <i>Jill Cook, PT, PhD, OCS, Dip MDT, FAAOMPT</i>	4
<b>Βιβλιογραφία</b> <i>Πώς Ερμηνεύεται η Κεντρική Ευαισθητοποίηση σε Ασθενείς με «ανεξήγητο» Χρόνιο Μυοσκελετικό Πόνο. Κατευθυντήριες οδηγίες</i>	9
<i>Διάγνωση και Διαχείριση Οσφυϊκής Σπονδυλικής Στένωσης Ανασκόπηση</i>	15
<i>Πότε υποψιαζόμαστε ύπαρξη σπονδυλοαρθρίτιδας: Μία βασική δεξιότητα στη μυοσκελετική κλινική πρακτική</i>	27
<b>Κλινικές Περιπτώσεις</b> <i>Η χρήση της Δοκιμασίας της Αυχενικής Κάμψης με Στροφή για επιβεβαίωση της Στροφής ως Προτίμηση Κινητικής Κατεύθυνσης σε Ασθενείς με Αυχεναλγία: Σειρά Κλινικών Περιστατικών</i>	30
<b>Πτυχιούχοι – Διπλωματούχοι</b>	39
<b>Ετήσιο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 2024</b>	42

## Η Μηχανική και Κλινική Διάγνωση της Ωμαλγίας

Είναι γνωστό ότι μεταξύ των αρθροπαθειών των περιφερειακών αρθρώσεων, η ωμαλγία εμφανίζεται με πολύ μεγάλη, αν όχι τη μεγαλύτερη, επικράτηση.

Είναι γνωστό, επίσης, ότι η ειδική ιστική διάγνωση, είναι εξαιρετικά δύσκολη και οι γνωστές διαγνωστικές ετικέτες είναι συχνά μη έγκυρες και αναξιόπιστες, όπως π.χ. “περιαρθρίτιδα”, “ορογονοθυλακίτιδα”, “παθολογία επιχείλιου χόνδρου”, “σύνδρομο πρόσκρουσης”, “αστάθεια” κ.λπ.

Οι λόγοι για τα ως άνω προβλήματα είναι αρκετοί και ποικίλοι. Ένας από αυτούς, είναι η έλλειψη σαφών διαγνωστικών κριτηρίων μεταξύ των κλινικών, όπως π.χ., η περιοχή των συμπτωμάτων. Ένας άλλος είναι η μη αντίληψη της εμπλοκής της αυχενικής μοίρας στην ωμαλγία. Επίσης, η χρήση των ειδικών διαγνωστικών ορθοπαιδικών δοκιμασιών που, εν πολλοίς, είναι μη αξιόπιστες και έγκυρες για τη διάγνωση του εμπλεκόμενου ιστού. Ένας ακόμη λόγος είναι η παρουσία πολλών απεικονιστικών ευρημάτων σε ασυμπτωματικά άτομα, κυρίως στη μέση και τρίτη ηλικία. Τέλος, είναι και η αδυναμία συσχέτισης των απεικονιστικών ευρημάτων με την τρέχουσα συμπτωματολογία.



Επομένως, εκτός από περιπτώσεις σαφών ή σχετικών τραυματισμών, όπως κατάγματα και εξάρθρωσεις, οι ειδικές ιστικές διαγνώσεις ή παθολογίες του ώμου, είναι εξαιρετικά δύσκολες και αναξιόπιστες, με εξαίρεση τις παθήσεις του πετάλου των στροφένων και του παγωμένου ώμου. Κι εδώ, μιλούμε, φυσικά, για το χρόνιο στάδιο του παγωμένου ώμου, καθώς η έγκαιρη διάγνωση στην οξεία φάση αποτελεί ένα σύνθετο πρόβλημα και μόνιμη πρόκληση.

Την πλειοψηφία των διαγνωστικών και θεραπευτικών διαχειρίσεων των παθολογιών του ώμου, έχει προ καιρού αντιμετώπισει η Μ.Δ.Θ., με έγκυρη και αξιόπιστη κατάταξη σε μηχανικά σύνδρομα.

Η μεγαλύτερη επικράτηση είναι αυτή της Διαταραχής 31%, Αρθρικής Δυσλειτουργίας 10%, Συσταλής Δυσλειτουργίας 17%, και υποκατηγορία άλλο 36% (St. May, R. Rosedale, Physical Therapy 2012:92:1175-1186)

Για την υποκατηγορία “Άλλο” της Μ.Δ.Θ. που δεν περιέχει τα γνωστά 3 μηχανικά σύνδρομα, αλλά τις ειδικές παθολογίες του ώμου, πρέπει να αναφερθούν τα εξής:

Στα τελευταία 10 με 13 χρόνια, σοβαρές απεικονιστικές και κλινικές μελέτες, έχουν σημαντικά διαφωτίσει την ειδική διάγνωση και βοηθήσει τις διαγνωστικές αποφάσεις στην ωμαλγία και τις λειτουργικές ανεπάρκειες του ώμου. Τις έρευνες αυτές έκανε ο δάσκαλός μου και πρώην συνάδελφος καθηγητής, στο Διεθνές Ινστιτούτο McKenzie, φυσικοθεραπευτής Mark Laslett μαζί με τη συνεργάτιδά του, φυσικοθεραπεύτρια, Angela Catogav: “A prospective study of shoulder pain in primary care: Prevalence of imaged pathology and response to guided diagnostic blocks”. Στις έρευνές τους θέλησαν να συσχετίσουν τα ποικίλα ακτινολογικά ευρήματα της άρθρωσης του ώμου και συγκεκριμένα του υπακρωμιακού θύλακα, της γλυνοβραχιόνιας άρθρωσης και της ακρωμιοκλειδικής άρθρωσης με τα γενικότερα συμπτώματα του ώμου. Τα ακτινολογικά ευρήματα προέκυψαν, κατά σειρά, από ακτινογραφίες, υπερηχογραφικό σκανάρισμα και μαγνητική απεικόνιση. Τα συμπτώματα κατεγράφησαν κατά την κλινική εξέταση και την εφαρμογή “ειδικών” ορθοπαιδικών δοκιμασιών. Ο συσχετισμός των ευρημάτων με τα συμπτώματα, έγινε με την εφαρμογή ειδικών διαγνωστικών blocks (αναισθητικών διηθήσεων) καθοδηγούμενα από υπερηχογραφικό scanning, φθοροσκοπική καθοδήγηση και μαγνητική αρθρογραφία. Οι διηθήσεις (αναισθητικές εγχύσεις) γίνονταν κατά σειρά στον υπακρωμιακό θύλακο, στην ακρωμιοκλειδική άρθρωση και, τέλος, αν χρειαζόταν στη γλυνοβραχιόνια άρθρωση και εφόσον ο πόνος από τις “ειδικές” ορθοπαιδικές δοκιμασίες μειωνόταν στο 80%, τουλάχιστον, με την επανάληψή τους. Τα σημαντικά ευρήματα της έρευνας, είχαν ως εξής:

Η παθολογία του πετάλου των στροφένων και υπακρωμιακού θύλακα ήταν τα συχνότερα ευρήματα του υπερηχογραφικού scanning και του μαγνητικού αρθρογραφήματος. Ειδικότερα, οι πλήρεις πάχους ρωγμές του υπερακάνθιου, στο υπερηχογράφημα, συσχετιζόνταν με υπακρωμιακό πόνο και με διαρροή ή διόγκωση του ελύτρου του τένοντα του δικεφάλου, επί ενός άθικτου πετάλου των στροφένων. Κανένα απεικονιστικό εύρημα δεν συσχετιζόταν σθεναρά με διαγνωστική έγκυση (block) στην ακρωμιοκλειδική άρθρωση!

Αντιλαμβανόμαστε, λοιπόν, ότι οι συμπτωματικές αντιδράσεις στην άρθρωση, συσχετίζονται με πολύ λιγότερα απεικονιστικά ευρήματα στον πληθυσμό, τουλάχιστον, των επειγόντων περιστατικών στην πρωτοβάθμια φροντίδα της Ν.Ζηλανδίας, όπου έγινε η έρευνα. Αυτό μπορεί να βοηθήσει σημαντικά στη διάγνωση και διαχείριση της ωμαλγίας.

Πολλά περισσότερα για τις παθολογίες του ώμου, θα ανακοινωθούν στην Ημερίδα που διοργανώνει το Ελληνικό Ινστιτούτο McKenzie, σε συνεργασία με την Γ' Ορθοπαιδική Κλινική του Νοσοκομείου “Υγεία”, στις 25 Μαΐου 2024, με θέμα «Πόνος στον Ωμό – Νεότερα Δεδομένα»

Γιώργος Σπανός