

## Περιεχόμενα



<b>Σημείωμα του Εκδότη</b>	3
<b>Συνεντεύξεις</b>	5
<b>Δρ. Απόστολος Πολυζωίδης</b> <b>Ορθοπαιδικός Χειρουργός –</b> <b>Σύμβουλος του Ελλ.Ινστ. McKenzie</b>	
<b>Τα Ανθρώπινα Άκρα –</b> <b>Μηχανική Διάγνωση &amp; Θεραπεία</b> Ανασκόπηση του βιβλίου <b>Τι Απαντά ο St. May</b>	11 13
<b>Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα</b>	
<i>Συνδρομο Παγωμένου Ωμου</i>	15
<i>Επιστολές προς τον Εκδότη (Σχετικά</i> <i>με την ανασκόπηση της ομάδας Κοχρεΐν)</i>	22
<i>Θεραπευτικές Ασκήσεις για την Οσφυαλγία</i> <i>Μια Συστηματική Ανασκόπηση στο Πλαίσιο</i> <i>της Ομάδας Ανασκόπησης Κοχρεΐν</i>	26
<i>Πόσο σχετικά είναι τα μηχανικά</i> <i>χαρακτηριστικά με την Οσφυαλγία;</i> <i>Η Αναθεώρηση του Βιοψυχοκοινωνικού</i> <i>Μοντέλου</i>	34
<i>Η Μηχανική Επίδραση των Διατάσεων</i> <i>στις Θλάσεις των Οπίσθιων Μηριαίων Μυών</i>	36
<b>Κλινικές Μελέτες</b>	39
<b>Ομάδες Εργασίας – Αναφορές</b>	44
<b>Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα</b>	45
<b>Μεγάλα και μικρά Νέα</b>	47
<b>Διπλωματούχοι-Πτυχιούχοι</b>	48

Τόμος 1 ♦ Τεύχος 2 ♦ Απρίλιος-Ιούνιος 2002

**ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ**

ΤΡΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ



**ΕΚΔΟΤΗΣ:**

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ MCKENZIE

**ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΚΔΟΣΗΣ:**

ΓΕΩΡΓΙΟΣ Π. ΣΠΑΝΟΣ

Τηλ/Φαξ: + 30 10 2289654

Web Site: [www.mckenziehellas.gr](http://www.mckenziehellas.gr)

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



**ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

Γεώργιος Π. Σπανός  
Παναγιώτης Γριβέας  
Κατερίνα Δαμανάκη



**ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ**

Γρυπάρης Γιάννης  
Ζησάκου Αναστασία  
Καρτσακούλιας Στάθης  
Καψαμπέλης Αλέξανδρος  
Μαρκοπούλου Άννα  
Ρεντζιά Εύη  
Τζιούμα Μάγδα  
Χρυσανθόπουλος Δημήτρης



**ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ**  
**ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 7.5

## Από τη Σύntαξη...



Αγαπητοί συνάδελφοι

Το δεύτερο τεύχος του περιοδικού μας είναι ήδη στα χέρια σας. Εάν η συνέχεια είναι δύσκολη όπως κάθε αρχή, τότε και ο άλλος στόχος που κρίνει την προσπάθειά μας επιτεύχθηκε. Τώρα είμαστε πολύ πιο σίγουροι ότι μπορούμε. Πολύ δε περισσότερο που η απήχρησή του, ήταν μια ευχάριστη έκπληξη!

Πολλά καινούρια κι ενδιαφέροντα θέματα φιλοξενούμε σ' αυτό το τεύχος.

Στις συνεντεύξεις, μας τιμά αυτή τη φορά ο Δρ. Απόστολος Πολυζώιδης, χειρουργός ορθοπεδικός και επι τιμή σύμβουλος του Ελλ. Ινστ. Mckenzie, σε ορθοπεδικά θέματα.

Στις συστηματικές ανασκοπήσεις έχουμε δύο εξαιρετικά θέματα. Την πλήρη ανασκόπηση της βιβλιογραφίας από τον συνάδελφο Nathaniel Grubbs, επί του συνδρόμου του «Παγωμένου Ωμου». Θεωρούμε καλό να ξεκινήσουμε με τα δεδομένα της πρόσφατης δεκαετίας, διότι στα προβλήματα του ώμου θα επανέλθουμε πολλές φορές ακόμη, στις πλέον πρόσφατες αντιλήψεις, τόσο της φυσικής του ιστορίας όσο και της κλινικής πορείας και της θεραπευτικής του αντιμετώπισης.

Δημοσιεύουμε επίσης, μία συνοπτική αναφορά από τη συστηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που έγινε από την ομάδα van Tulder, για τις «Θεραπευτικές ασκήσεις στην Οσφυαλγία». Θα διαβάσετε όμως και τις δημοσιευμένες ενστάσεις, με επιστολές προς τον εκδότη, των Ronald Donelson, Stephen May και Robin Mckenzie. Προτείνω να διαβάσετε με προσοχή τόσο τις τεκμηριωμένες αντιδράσεις του κλινικού κόσμου, που συνήθως έχει να υποδείξει σημαντικούς παράγοντες οι οποίοι δεν γίνονται αντιληπτοί από τους ερευνητές, όσο και τις σημαντικές αδυναμίες του έργου της ανασκόπησης, που πρώτοι οι ίδιοι οι ερευνητές επισημαίνουν. Μελετήστε με υπομονή αυτήν την ανασκόπηση και εξάγετε τα συμπεράσματά σας. Επιτρέψτε μου όμως να κάνω και τις δικές μου επισημάνσεις υπό μορφήν ερωτημάτων.

Πόσο τεκμηριωμένα είναι τα θεραπευτικά πρωτόκολλα που ακολουθούμε, ως κλινικοί, στις μυοσκελετικές παθήσεις; Πόσο ικανοί είμαστε να αντιληφθούμε την εγκυρότητα και την αξιοπιστία της ερευνητικής προσπάθειας και των αποτελεσμάτων της, ώστε να τα υιοθετήσουμε ή να τα απορρίψουμε; Τι γνωρίζουμε για τη στρατηγική και τα χαρακτηριστικά των ποιοτικών μελετών; Πόσο γνωστές σε βάθος είναι έννοιες, όπως αναθεωρητική έρευνα, έρευνα προοπτικής, ομοιογενής έρευνα, τυχαία κατανομή πληθυσμού, ομάδες ελέγχου, απλή ή διπλή «τροφή» καταγραφή, αξιοπιστία του ενός ή των πολλών παρατηρητών, ψευδοθετικά ή ψευδοαρνητικά συμπεράσματα, kappa value, P value, κ.λπ. Πιστεύω ότι οι γνώσεις αυτές αλλά και η συνεχής εμπάθυνση είναι απαραίτητες για κάθε κλινικό. Επίσης αναρωτιέμαι, πόσο ικανή είναι μία ερευνητική ομάδα να προσεγγίσει την αλήθεια, όταν απαρτίζεται από μέλη που δεν είναι κλινικοί, ή όταν δεν συμπεριλαμβάνει έγκυρα ερευνητικά συμπεράσματα ή δεν αντιλαμβάνεται τη διαιγνωστική διαδικασία και τα θεραπευτικά πρωτόκολλα μιάς μεθόδου;

Είναι προφανές ότι το πρόβλημα εδώ, είναι σημαντικό. Επομένως, ο ρόλος της εκπαίδευσης των αυριανών κλινικών είναι κεφαλαιώδης.

Γι' αυτόν το λόγο νομίζω ότι οι σχολές πρέπει «να βάλουν τα δυνατά τους». Ας αναλογιστούμε τις δυσκολίες που έχουν οι φοιτητές όταν καλούνται να φέρουν εις πέρας ανασκοπήσεις της βιβλιογραφίας, τη στιγμή που ούτε ερευνητές είναι, ούτε και ώριμοι ή εξειδικευμένοι κλινικοί.

Επιστρέφω λοιπόν στην έρευνα της ομάδας van Tulder, για την οποία έχω την άποψη ότι αποδεικνύεται πολύ καλύτερη των προσδοκιών των συντελεστών της και μακράν της τεκμηριωμένης πραγματικότητας, όσον αφορά στη μέθοδο Mckenzie. Δεν είναι μόνο οι αδυναμίες της σύγκρισης ανομοιογενών ερευνών, όπως άλλωστε παραδέχονται και οι συντελεστές της. Είναι κυρίως η μη αναφορά της σε συμπεράσματα έγκριτων μελετητών της μεθόδου Mckenzie, όπως είναι αυτά της Δανέζικης<sup>1</sup> και Αγγλικής<sup>2</sup> έρευνας. Είναι επίσης η αποδυνάμωσή τους, καθώς δεν λαμβάνουν υπ' όψιν τους την τεκμηριωμένη ερευνητικά ικανότητα διάγνωσης συγκεκριμένων μηχανικών σπονδυλικών συνδρόμων επί των οποίων και μόνον εφαρμόζεται η μέθοδος και προβλέπει την έκβαση του αποτελέσματος. Τέλος, ατυχώς, δεν αναφέρεται στο φαινόμενο της επικέντρωσης. Ένα φαινόμενο που έχει καταξιωθεί από τη βιβλιογραφία της τελευταίας δεκαετίας για τις θεραπευτικές, διαγνωστικές, προγνωστικές και προληπτικές του δυνατότητες<sup>3</sup>. Ως εκ τούτου, η συγκεκριμένη ανασκόπηση της ομάδας van Tulder, εντελώς άστοχα, εξισώνει τη μέθοδο Mckenzie με ασκήσεις έκτασης ή κάμψης.

Ολοκληρώνοντας την παρουσίαση της αρθρογραφίας του παρόντος τεύχους, θα έλεγα να μην παραλείψετε τα άρθρα για την αναθεώρηση του βιοψυχοκοινωνικού μοντέλου σε σχέση με τα μηχανικά χαρακτηριστικά της οσφυαλγίας, του R. Donelson, και την ανακοίνωση αποτελεσμάτων της μηχανικής επίδρασης των διατάσεων στις θλάσεις των οπισθίων μηριαίων μυών, στους υπό παρακολούθηση αθλητές, από την ομάδα του Ν. Μαλλιάρη, του Αθλητιάρου του ΣΕΓΑΣ.

Στο πρώτο θα αναγνωρίσετε το βιοψυχολογικό μοντέλο που διέπει τη συμπτωματολογία της οσφυαλγίας (*yellow flags*) και τους τρόπους που η μέθοδος *McKenzie* προτείνει για την ανατροπή των περιορισμών που αυτό προκαθορίζει.

Στο δεύτερο, πιστεύω ότι θα δεχθείτε με ικανοποίηση τα συμπεράσματα της πολύ ενδιαφέρουσας αυτής ανακοίνωσης. Προσωπικά, εκτιμώ με ασφάλεια, ότι θα υπήρχαν ακόμη καλύτερα αποτελέσματα εάν α) στον πληθυσμό των αθλητών που εξετάστηκαν αναγνωρίζονταν υπο-ομάδες του συνδρόμου δυσλειτουργίας των συστατών στοιχείων και β) η συχνότητα των διατάσεων γινόταν κάθε δεύτερη ώρα, όπως το θεραπευτικό πρωτόκολλο της μεθόδου *McKenzie* προτείνει. Αυτά τα καλύτερα αποτελέσματα υποστηρίζονται άλλωστε από την τρέχουσα βιβλιογραφία.

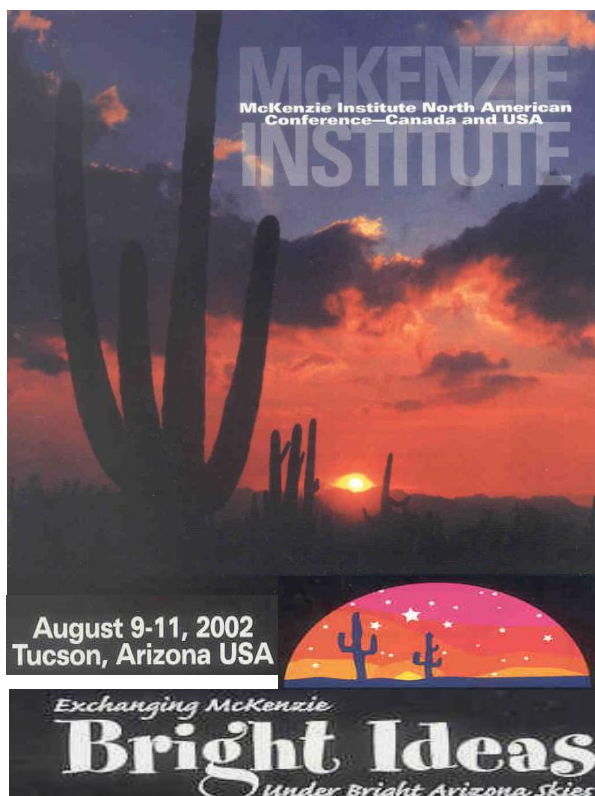
Τέλος, αναφέρω τα κλινικά περιστατικά που παραθέτουν οι συνάδελφοι Π. Γριβέας και Δ. Σιφναίος.

Σαν επίλογο, θα ήθελα να αναφέρω μία νέα μας κατάκτηση, για την οποία είμαστε περήφανοι. Το Ελλ. Ινστ. *McKenzie* αποκτά σημαντική ηλεκτρονική βιβλιοθήκη μέσω της οποίας μπορείτε να έχετε πρόσβαση στα μεγαλύτερα και πλέον έγκριτα περιοδικά ορθοπαιδικής και φυσικοθεραπείας του κόσμου.

Ελπίζω αυτό το γεγονός να είναι μία σημαντική βοήθεια σε φοιτητές ή κλινικούς. Περισσότερες λεπτομέρειες γι' αυτό το θέμα μπορείτε να πάρετε από τη γραμματεία του Ινστιτούτου μας.

Ευχές πολλές για καλό και δροσερό καλοκαίρι.

Γεώργιος Π. Σπανός



**Για περισσότερες πληροφορίες:**

Ann Carlton

Τηλ.: 001 800 2338501

Φαξ: 001 858 6380327

E-mail: [acarlton@san.rr.com](mailto:acarlton@san.rr.com)

McKenzie Institute USA

E-mail: [www.mckenziemdt.org](http://www.mckenziemdt.org)