



# Περιεχόμενα

Τόμος 4 ♦ Τεύχος 1 ♦ Ιανουάριος-Μάρτιος 2005

**ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ & ΘΕΡΑΠΕΙΑ**  
ΤΡΙΜΗΝΗ ΕΚΔΟΣΗ  
ΚΩΔΙΚΟΣ: 6443



**ΕΚΔΟΤΗΣ:**

ΣΠΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

**ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:**

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ MCKENZIE

**ΕΔΡΑ:**

ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ 35, ΑΝΩ ΠΑΤΗΣΙΑ

Τηλ/Φαξ: +30 210 2289654

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

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



**ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

Γεώργιος Π. Σπανός  
Κατερίνα Δαμανάκη



**ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ**

Βασιλείου Κων/νος  
Γρυπάρης Γιάννης  
Δαμανάκη Κατερίνα  
Δρίβα Βίκυ  
Ζησάκου Αναστασία  
Καρτσακούλιας Στάθης  
Καρακουλμεζίδου Αγγελική  
Καρανάσιου Αγγελική  
Καπετανάκης Εμμανουήλ  
Μαρκοπούλου Άννα  
Μιχάλη Μαριάννα  
Πούλιου Αλεξάνδρα  
Σιφναίος Δημήτρης  
Σταφυλάκης Παναγιώτης  
Τζιούμα Μάγδα  
Τρούλη Μαριάννα  
Τσακίρη Γεωργία  
Χρυσανθόπουλος Δημήτρης



**ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ  
ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 7.5



**Σημείωμα του Εκδότη** 3

**Συνεντεύξεις**

Ιωάννης Βλάχος 5  
Ορθοπαιδικός Χειρουργός

**Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα**

Ο ρόλος της ορθοπαιδικής και των αυχενικών 11  
τεχνικών στη θεραπεία ασθενών με ζαλάδα

Κλινική Δοκιμασία και Κλίμακα Βαθμολόγησης 17  
στην αξιολόγηση τραυματισμών της Ποδοκνημικής

Ιδιοπαθής Σκολίωση – αιτιολογία - εμβιομηχανική 22  
- αποκατάσταση – νέες θεραπευτικές προτάσεις  
προφύλαξη

Το φαινόμενο της επικέντρωσης 26  
των σπονδυλικών συμπτωμάτων – Μία ανασκόπηση

Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία – 35  
Νέο σύστημα κατάταξης

**Μεγάλα και μικρά Νέα**

9ο Παγκόσμιο συνέδριο Mckenzie 37  
Αναλυτικά το επιστημονικό πρόγραμμα

**Διπλωματούχοι – Πτυχιούχοι** 41  
**Μηχανικής Διάγνωσης και Θεραπείας**  
**του Ελληνικού Ινστιτούτου Mckenzie**

**Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα** 43



## 9<sup>ο</sup> Παγκόσμιο Συνέδριο Μηχανικής Διάγνωσης & Θεραπείας του Ινστιτούτου Mckenzie, 3-5 Ιουνίου, 2005

Σε προηγούμενα τεύχη είχα αναφερθεί γενικότερα, στη σπουδαιότητα του επιστημονικού αυτού γεγονότος. Τώρα, 3 μήνες πριν την έναρξή του, θέλω να επισημάνω τις ειδικότερες σημαντικές πτυχές του, ώστε να μπορέσουν όλοι οι έλληνες κλινικοί που ενδιαφέρονται να το παρακολουθήσουν, να κατανοήσουν την αξία του.

Ξεκινώ από το μέγεθός του! Η εμπλοκή τόσο πολλών «Ιερών Τεράτων» από τον παγκόσμιο χώρο της έρευνας και της εφαρμοσμένης κλινικής, τόσο από την πλευρά της φυσικοθεραπείας, όσο και από την ορθοπαιδική πλευρά, το καθιστούν αμέσως «**ασύγκριτο**» σε σχέση με οποιοδήποτε άλλο παρόμοιο επιστημονικό γεγονός, τοπικής ή ευρωπαϊκής εμβέλειας. Το ίδιο ισχύει και για τους συνέδρους που θα το παρακολουθήσουν. Ο ερχομός στην Κρήτη, ανθρώπων από τα 4 σημεία του ορίζοντα, στον πλανήτη μας, δίνει ένα μέρος από τις ασύλληπτες διαστάσεις του.

Συνάδελφοι από την Αλάσκα μέχρι την Αργεντινή από την Ισλανδία μέχρι τη Νιγηρία, από όλη την Ευρώπη, Βόρεια και νότια Αμερική, Ασία, Αυστραλία και Νέα Ζηλανδία, έχουν ήδη εγγραφεί.

Πιστεύω ότι τα μηνύματα είναι πολύ ηχηρά για τους κλινικούς της Ελλάδας που ασχολούνται με τα μυοσκελετικά προβλήματα. Φυσικοθεραπευτές ή Ορθοπαιδικοί, Φυσιολόγοι ή Ρευματολόγοι, Παθολόγοι ή Νευροχειρουργοί της χώρας μας, πρέπει να αντιληφθούν τα ρεύματα της εποχής. Να αντιληφθούν δηλαδή ότι στην αντιμετώπιση της μάστιγας των μυοσκελετικών παθήσεων, της χρονιότητας των συμπτωμάτων, της λειτουργικής ανικανότητας, της μείωσης της παραγωγικότητας και του κοινωνικού κόστους, η Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία, αποτελεί σημαντικό μέσο. Οι πρόσφατες έρευνες, που δημοσιεύσαμε στο προηγούμενο τεύχος μας, σύμφωνα με τις οποίες ο R. Mckenzie και το δικό του σύστημα Διάγνωσης και Θεραπείας έχει επηρεάσει περισσότερο από κάθε άλλο κλινικό την ορθοπαιδική φυσικοθεραπεία στην Αμερική, είναι μία από τις τεκμηριωμένες αποδείξεις! Φυσικά, υπάρχουν και τόσες άλλες, γι' αυτό και ο τίτλος του συνεδρίου μας είναι «**Η μέθοδος Mckenzie και η εφαρμογή της, στην εποχή των τεκμηριωμένων ερευνητικών αποδείξεων**». Μιλώντας για ερευνητικές αποδείξεις, θέλω να υπογραμμίσω ένα άλλο μοναδικό στοιχείο του προσεχούς συνεδρίου μας!

Είναι γνωστό εδώ και πολλά χρόνια, ότι η έλλειψη ερευνητικών αποδείξεων κρατά προσγειωμένη και υποβαθμισμένη την ορθοπαιδική φυσικοθεραπεία, αντί της ισάξιας επιλογής της μεταξύ άλλων, στη συντηρητική αλλά και τη μετεχειρητική αντιμετώπιση των μυοσκελετικών προβλημάτων από την πολιτεία!

Στον αντίποδα ακριβώς, βρίσκεται η μέθοδος Mckenzie, όπως προανέφερα!

Μία από τις θεματικές ενότητες του Συνεδρίου είναι η επίσημη ανακοίνωση μεγάλου ερευνητικών αποτελεσμάτων Μηχανικής Διάγνωσης και Θεραπείας.

Αναφέρω ενδεικτικά μερικές από αυτές τις ανακοινώσεις που θα ακουστούν στο Συνέδριο.

A. Long: «Έχει σημασία ποια άσκηση θα εφαρμοσούμε; Μία τυχαίοποιημένη κλινική δοκιμασία ασκήσεων για τη θεραπεία της χαμηλής οσφυαλγίας» *Spine*, 2004;29:2593-2602,

H. Clare, R. Adams, C. Maher: «Μία συστηματική ανασκόπηση τυχαίοποιημένων κλινικών δοκιμασιών της μεθόδου Mckenzie, στη θεραπεία του σπονδυλικού πόνου». *Australian Journal of Physiotherapy*:2004, 50:209-216

Mark Werneke: «Είναι οι αντιδράσεις του πόνου στις επαναλαμβανόμενες κινήσεις τελικού εύρους της Σ.Σ. ανεξάρτητες από τη σημειολογία της «νοσηρής συμπεριφοράς» του ασθενή χαμηλής οσφυαλγίας μη ειδικής αιτιολογίας;» *the MIMDTP Programme*, 2004, the CSP Congress.

H. Clare, R. Adams, C. Maher: «Η αξιοπιστία της διαγνωστικής κατάταξης της μεθόδου Mckenzie σε ασθενείς με σπονδυλικό πόνο, με τη χρήση της ομώνυμης φόρμας αξιολόγησης» *Physiotherapy*, 90 (2004):114-119.

A. Aina, S. May, H. Clare: «Το φαινόμενο της επικέντρωσης των σπονδυλικών συμπτωμάτων. Μία συστηματική ανασκόπηση 43 μελετών του φαινομένου της επικέντρωσης» *Manual Therapy* 2004:9, 134-143.

Βέβαια, θα υπάρξουν και άλλες παρουσιάσεις για την Έρευνα, από τους πλέον καταξιωμένους ερευνητές. Ο N. Bogduk θα μιλήσει για την ανάγκη «Διπλών στάνταρτς» στη χρήση των ερευνητικών στοιχείων και τι θέλουμε να αποδείξουμε με την έρευνα.

Ο A. Nachemson θα μιλήσει για τη σημασία της επίδρασης «placebo» στη θεραπεία της χαμηλής οσφυαλγίας. Φυσικά, θα υπάρξουν πολλές άλλες προτάσεις, ώστε δικαίως να λέμε ότι η Μηχανική Διάγνωση και Θεραπεία είναι συνώνυμο της συνεχούς έρευνας.

Το τρίτο σημαντικό και ξεχωριστό στοιχείο του Συνεδρίου είναι η... «Δίκη» που θα γίνει για την αξία της εμβιομηχανικής γνώσης της Σ.Σ. ή όχι, στην αντιμετώπιση της χαμηλής οσφυαλγίας. Στη διαμόρφωση της τελικής «Απόφασης» θα λάβει μέρος όλο το ακροατήριο βασιζόμενο τόσο στις δικές του απόψεις, όσο και στην ανάλυση των «Υπέρ» και «Κατά» από τους ομιλητές.

Το debate θα συνεχιστεί με την αποσαφήνιση των αποτελεσμάτων και των επιδείξεων της μηχανικής διάγνωσης και θεραπείας αφενός, όσο και των ενδείξεων, την επιλογή του χρόνου και των επιπτώσεων των χειρουργικών επεμβάσεων στην αντιμετώπιση της χαμηλής οσφυαλγίας.

Σημαντικής αξίας είναι και η Στρογγυλή Τράπεζα με θέμα «Οσφυαλγία – όταν η χειρουργική επέμβαση αποτυγχάνει... μετά τι;»

Νομίζω όμως, ότι εκ των πλέον σημαντικών εννοιών του συνεδρίου μας θα είναι η μοναδική ευκαιρία παρακολούθησης δέκα (10) κλινικών εργαστηρίων το Σάββατο και οκτώ (8) την Κυριακή. Τα κλινικά εργαστήρια θα παρουσιαστούν από γίγαντες της Ορθοπαιδικής και της Μηχανικής Διάγνωσης και Θεραπείας, όπως οι Nachemson, Bogduk, April, Mooney, Croft, Werneke, May, Watson και τόσων άλλων.

Ποτέ άλλοτε στη χώρα μας δεν υπήρξαν τόσες πολλές επιλογές κλινικών εργαστηρίων με ομιλητές τόσο σπουδαίους κλινικούς.

Οι εγγραφές έχουν ήδη αρχίσει, με σημαντική προσέλευση συναδέλφων, κυρίως, από το εξωτερικό. Οι Έλληνες, ως είθισται, καθυστέρησαν, σε σχέση με τους αλλοδαπούς. Όμως, από την πρώτη εβδομάδα του Φεβρουαρίου, παρουσιάζεται σημαντική κίνηση και από τους Έλληνες.

Το Ελληνικό Ινστιτούτο McKenzie, μετά από παράκληση πολλών συναδέλφων ελλήνων φυσικοθεραπευτών, οι οποίοι δεν μπορούν να προγραμματίσουν τη συμμετοχή τους μέσα στην περίοδο των εγγραφών με τη σημαντική έκπτωση, που έληξε στο τέλος Φεβρουαρίου 2005, επεκτείνει το χρόνο της έκπτωσης μέχρι 2 Μαΐου 2005.

Φίλοι μας, αν και αυτή τη φορά δεν προλάβετε... ΔΕΝ ΘΑ ΦΤΑΙΜΕ ΕΜΕΙΣ!!!

Αγαπητοί συνάδελφοι, όταν αποφασίσαμε να οργανώσουμε αυτό το Παγκόσμιο Συνέδριο στην Ελλάδα είχαμε στο μυαλό μας τους έλληνες φυσικοθεραπευτές και άλλους κλινικούς, για τους οποίους δεν είναι εύκολη η μετάβαση στο εξωτερικό για να παρακολουθούν Συνέδρια τέτοιας εμβέλειας.

Επειδή λοιπόν...

Πιστεύω ότι κανείς δεν πρέπει να χάσει ένα ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ που πραγματοποιείται στη χώρα μας, όταν μάλιστα, δεν έχουμε πολύ συχνά την ευκαιρία να παρακολουθούμε Παγκόσμια Συνέδρια στην Ελλάδα, επειδή...

πιστεύω ότι ως κλινικοί, που ασχολούμαστε με το ευαίσθητο θέμα της Υγείας, πρέπει να είμαστε πάντοτε ενημερωμένοι για τις νέες έρευνες και τις τάσεις, όπως εξελίσσονται στο χώρο αυτό, επειδή...

πιστεύω ότι το Συνέδριό μας είναι υψηλών επιστημονικών standards, κάτι που επιβεβαιώνεται από τους υψηλής επιστημονικής αναγνώρισης ομιλητές αλλά και την άψογη οργάνωση την οποία έχουμε εξασφαλίσει...

για όλους αυτούς τους λόγους και πολλούς άλλους, θα ήταν μεγάλη τιμή μου να συναντήσω όσο γίνεται περισσότερους έλληνες συναδέλφους στο **9<sup>ο</sup> Παγκόσμιο Συνέδριο του Ινστιτούτου McKenzie, στις 3-5 Ιουνίου, στην Κρήτη.**



**Το Ελληνικό Ινστιτούτο McKenzie,  
...μετά από παράκληση πολλών συναδέλφων  
Επεκτείνει την ημερομηνία εγγραφής με 250 ευρώ  
μέχρι 2 Μαΐου 2005, ΜΟΝΟ για τους έλληνες φυσικοθεραπευτές**