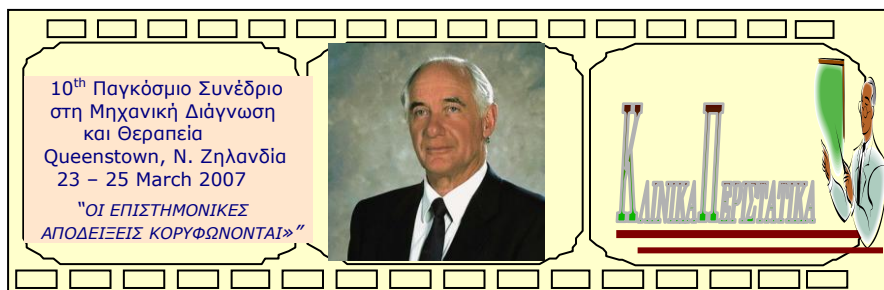




Περιεχόμενα



Σημείωμα του Εκδότη 3

Συνεντεύξεις

Με τον R. McKenzie 4

Ανασκοπήσεις Έρευνες Άρθρα

*Σύστημα Θεραπευτικής Κατάταξης
και ασκήσεις Σταθεροποίησης* 7

*Εκπαίδευση σταθεροποίησης των μυών του κορμού
και γενική άσκηση, έναντι μόνο άσκησης.
Τυχαία ελεγχόμενη δοκιμασία ασθενών
με υποτροπιάζουσα χαμηλή οσφυαλγία* 9

*Νευρολογική Αξιολόγηση: Να γίνεται
ή να μη γίνεται;* 12

Το Βιο-Ψυχο-κοινωνικό Πρότυπο Αντιμετώπισης 18

*Τα αποτελέσματα της μηχανικής θεραπείας
στην επιδιόρθωση και αναμόρφωση των ιστών* 22

Χειρισμοί: Ναι ή Όχι; 28

Η μέθοδος McKenzie 29

Κλινικά Περιστατικά 30

Μεγάλα και μικρά Νέα 34

Διπλωματούχοι – Πτυχιούχοι 36

Ετήσιο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα 39

Τόμος 4 ♦ Τεύχος 4 ♦ Οκτώβριος-Δεκέμβριος 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

E-mail: secc@mckenziehellas.gr



ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Γεώργιος Π. Σπανός
Κατερίνα Δαμανάκη



ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΣΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Βασιλείου Κων/νος
Γρυπάρης Γιάννης
Δαμανάκη Κατερίνα
Δρίβα Βίκυ
Ζησάκου Αναστασία
Καρακουμτζίδου Αγγελική
Καρανάσιου Αγγελική
Καπετανάκης Εμμανουήλ
Καραγιάννη Βαρβάρα
Μαρκοπούλου Άννα
Μιχάλη Μαριάννα
Πούλιου Αλεξάνδρα
Σιφναίος Δημήτρης
Σταφυλάκης Παναγιώτης
Τρούλη Μαριάννα
Χρυσανθόπουλος Δημήτρης



**ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ
ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**

Κατερίνα Δαμανάκη

Τιμή Τεύχους: € 7.5



Αγαπητοί συνάδελφοι, είναι ευχάριστες οι διαπιστώσεις που προκύπτουν, δύο μόλις μήνες, μετά την έκδοση του προηγούμενου τεύχους μας. Στην αντίστοιχη στήλη και με τον τίτλο «Όταν η πραγματικότητα ξεπερνάει τις προσδοκίες», έγραφα για το πρόσφατο παγκόσμιο συνέδριό μας και τα οφέλη που θα προέκυπταν από αυτό για τη φυσικοθεραπεία. Τα οφέλη προέκυψαν ταχύτατα και ίσως με τον πλέον ενδεδειγμένο επιστημονικά τρόπο. Μέσα, δηλαδή, από άλλα πανελλήνια συνέδρια. Πιστεύω ότι είναι μόνο η αρχή και ότι θα υπάρξουν και άλλα.

Ας πάρουμε όμως τα πράγματα με τη σειρά τους.

Έγραφα, λοιπόν, σε κάποια παράγραφο ότι : «Η αυλαία για το 9^ο παγκόσμιο συνέδριο έπεσε. Ένας από τους πρώτους στόχους έχει πραγματοποιηθεί ή με απόλυτη επιτυχία...» «...Συμπεράσματα και αποτελέσματα που ήρθαν ως επακόλουθα της παγκόσμιας έρευνας και της συνεχούς εργασίας επιστημόνων διεθνούς κύρους...»

Η μεταλαμπάδεση όλων αυτών των σύγχρονων απόψεων στον τομέα αντιμετώπισης μυοσκελετικών προβλημάτων έλαμψε στις εργασίες του τελευταίου 31^{ου} συνεδρίου «Γιαννέστρας-Σμυρνής», που έγινε τον περασμένο Οκτώβριο στο Ρέθυμνο. Στο συνέδριο αυτό, λοιπόν, η εργασία του ορθοπεδικού-χειρουργού κ. Μιχαηλίδη Δημήτρη, διευθυντή της Ορθοπεδικής Κλινικής του Γενικού Νοσοκομείου Ρεθύμνου, με τίτλο «*Η συντηρητική αγωγή στο αυχενικό σύνδρομο*», απέσπασε τιμητική διάκριση και εισέπραξε τον ενθουσιασμό του ακροατηρίου και του προέδρου της συνεδρίας.

Η τοποθέτηση του ομιλητού στο πρόβλημα, ήταν ριζοσπαστική και απόλυτα σύμφωνη με την κλινική πραγματικότητα του σήμερα και, ουσιαστικά ταυτόσημη με τα συμπεράσματα του 9^{ου} παγκοσμίου συνεδρίου μας. Δανείζομαι κάποια τμήματα από την πολύ ενδιαφέρουσα ομιλία του:

«Τρεις βασικές μέθοδοι συντηρητικής αγωγής έχουμε. Τη φυσικοθεραπεία, τη φαρμακευτική αγωγή και τα ορθωτικά μηχανήματα».

Η επισήμανση και μόνο ως πρώτης μεθόδου της φυσικοθεραπείας σε σύγκριση με τη φαρμακευτική αγωγή και τα ορθωτικά μηχανήματα, δικαιώνει τη συμβολή της φυσικοθεραπείας στον αυχενικό πόνο!

«Ως ορθοπεδικοί, έχουμε ελάχιστη ή καθόλου εκπαίδευση στα τρία αυτά θεραπευτικά μέσα!», «Η συχνή πρακτική είναι η ενιαία αγωγή των μέσων με φτωχό αποτέλεσμα και απογοήτευση.», «*Η καλύτερη πρακτική είναι εξειδικευμένη αγωγή με καλύτερο αποτέλεσμα και ικανοποίηση*».

Η παραδοχή των ως άνω υπεδείκνυε την αντιμετώπιση που υπερέχει.

«Ο ορθοπεδικός», συνέχισε, «ξοδεύει όλο και λιγότερο χρόνο για τον χρόνιο άρρωστο». «Το θεραπευτικό κενό καταλαμβάνεται από άλλους που είναι διατεθειμένοι να ασχοληθούν μαζί του επί μακρόν», «Αν αυτοί οι άλλοι ακολουθούν επιστημονική μέθοδο, χτίζουν αργά αλλά σταθερά μία αδιαμφισβήτητη κατάκτηση γνώσης και συγκεκριμένης εφαρμογής».

Αντιλαμβάνεστε, φαντάζομαι ότι για αυτούς τους άλλους, δεν αναφερόταν γενικώς σε συναδέλφους που αντιμετωπίζουν το αυχενικό σύνδρομο με τα συνήθη μέσα, όπως έλξεις, διαθερμίες ή λείζερ. Το αντίθετο μάλιστα, αφού μίλησε για την αναποτελεσματικότητα των μέσων αυτών. Ως «άλλους» ανέφερε τον R. McKenzie, ο οποίος *«προχώρησε την επιστημονική εδραίωση των κλινικών πεποιθήσεων για κάθε λεπτομέρεια εφαρμογής ασκήσεων, κινητοποιήσεων ή χειρισμών, με αυστηρά προγραμματισμένες μελέτες και στατιστική ανάλυση των αποτελεσμάτων, του σε συνεργασία με κέντρα από πολλές χώρες».*

Μίλησε, λοιπόν, για *«την εξειδικευμένη και αυστηρά καθορισμένη»* μηχανική θεραπεία της μεθόδου! Αναφέρθηκε στη *«συστηματική διάγνωση»* και κατάταξη υπο-ομάδων αυχενικών παθήσεων *«βασισμένη στη μηχανική σημειολογία και συμπτωματολογία της πάσχουσας σπονδυλικής στήλης.»* Τέλος, μίλησε για το Διεθνές Ινστιτούτο McKenzie και το ελληνικό παράρτημα.

Ωστόσο, μίλησε και για πολλά άλλα και πολύ ενδιαφέροντα, που αξίζει ίσως να δημοσιεύσουμε σε άλλες σελίδες του περιοδικού μας.

Αγαπητοί φίλοι, έφτασε νομίζω ο καιρός που η σκυτάλη για την ενημέρωση των συμπερασμάτων για τη μηχανική διάγνωση και θεραπεία της μεθόδου, θα περάσει και στα χέρια των ορθοπεδικών για τους ορθοπεδικούς και όχι μόνο.

Το ιατρικό κοινό, στο πρόσφατο συνέδριο Γιαννέστρας-Σμυρνής, έδειξε την ικανοποίηση και ευχαριστήσή του για την παρουσίαση του κ. Μιχαηλίδη.

Τις θερμότερες ευχαριστίες μας, εκφράζουμε και εμείς.

Σας εύχομαι, Καλά Χριστούγεννα και χαρούμενο, ειρηνικό και με υγεία για όλους σας, το 2006.