

## ΝΕΕΣ ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΩΝ ΠΟΝΩΝ & ΠΟΝΩΝ ΔΥΣΜΗΝΟΡΡΟΙΑΣ (ΜΙΚΡΟΡΕΥΜΑΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ )

**Θεραπείες** χαλάρωσης μασάζ, κινητοποίηση και φυσικοθεραπεία, ρεφλεξολογία, βελονισμός, ομοιοπαθητική, φαρμακευτική αγωγή, ηλεκτρική νευρική διέγερση (TENS), αποσυμπίεση νευρικών ριζών, υδροθεραπεία, σιάτσου, κρυοθεραπεία, θερμοθεραπεία, μαγνητοθεραπεία είναι μερικές από τις γνωστές κλασικές μεθόδους αντιμετώπισης πόνου, κατά περίπτωση.

**Ο πόνος** μπορεί να έχει καταστροφική επίδραση στην καθημερινότητα μας, να επηρεάσει την ικανότητα μας να λειτουργήσουμε φυσιολογικά και να φέρουμε σε πέρας καθημερινές δραστηριότητες. Συνδέεται με κατάθλιψη, εμποδίζει την ευκαμψία και την κινητικότητα με αποτέλεσμα την έκδηλη μείωση της φυσικής ικανότητας σε κάθε τομέα της επαγγελματικής, κοινωνικής και προσωπικής μας ζωής.

**Η φυσικοθεραπευτική παρέμβαση**, με σύγχρονες επιστημονικές τεκμηριωμένες τεχνικές και μεθόδους, καθώς και με εξοπλισμό μηχανημάτων προϊόντος εξελιγμένης τεχνογνωσίας, στοχεύει στην βελτίωση ή την συντήρηση της φυσικής κατάστασης δίνοντας έτσι ποιότητα ζωής σε όλες τις ηλικίες.

Ο κ. Κων/νος Δασκαλάκης ως εξειδικευμένος φυσικοθεραπευτής στην ολιστική θεραπευτική πόνου και στην πρωτοποριακή Μικρορευματική θεραπεία, έχει ασχοληθεί πάρα πολλά χρόνια με την αιτιολογική αντιμετώπιση μυοσκελετικών πόνων. Μιλώντας μας, τόνισε πως οι περισσότερες συνήθεις τρόποι αντιμετώπισης σωματικού πόνου δεν αντιμετωπίζουν την αιτία αυτού αλλά μόνο τα συμπτώματα.

Έτσι τον καλύπτουν μέχρι να ξαναεκδηλωθεί. Όταν όμως αντιμετωπίσουν τα αίτια που προκαλούν σε κάποιο σημείο του σώματός μας πόνο, δηλ. τη φλεγμονή που δημιουργείται στον τραυματισμένο (σπασμένο) ή αποδιοργανωμένο ιστό τοπικά, τότε είναι πιο εύκολο και αποτελεσματικό να σταματήσουμε τον πόνο ή να τον περιορίσουμε σε ένταση και συχνότητα σε βάθος χρόνου. Αυτό επιτυγχάνεται με επισταμένη αξιολόγηση του πόνου υποκειμενικά και αντικειμενικά με διαφόρων τύπων τεστ και τη βοήθεια εξελιγμένης συσκευής ανίχνευσης πόνου, **το τεσλόμετρο πόνου – φλεγμονής**.

Επίσης σε δεύτερο στάδιο επιτυγχάνεται με την εφαρμογή εξελιγμένου συστήματος εξοπλισμού με αντιφλεγμονώδη και παυσίπονη δράση το οποίο ενισχύει

έως 500% όπως αναφέρεται βιβλιογραφικά τον φυσικό μηχανισμό ίασης χωρίς καμία παρενέργεια και ενεργοποιώντας τον μηχανισμό ενδορφίνης (φυσική αναλγητική ουσία του οργανισμού) τοπικά για ταχεία παυσίπονο δράση.

Είναι γνωστό πλέον ότι ο προαναφερόμενος εξοπλισμός ολιστικής θεραπευτικής παρέχει μια ποιοτική θεραπεία για μείωση της λήψης φαρμάκων και αποφυγή παρενεργειών και τοξικότητας. Είναι ως επί το πλείστον φορητού τύπου και εύκολος στην χρήση εξοπλισμός δίνοντας την δυνατότητα της κατ' οίκον εφαρμογής από τον ίδιο τον ασθενή ή το περιβάλλον του για πολλαπλή και άμεση αντιμετώπιση πόνου στο σπίτι.

### **Το Σύστημα**

**Ο κ. Δασκαλάκης (μέλος της επιστημονικής ομάδας Ε.Σ.Υ.Π.Ε.),** τονίζει ότι σήμερα στην υπηρεσία της ολιστικής θεραπευτικής και της φυσιοθεραπείας υπάρχει το σύστημα PSS (Pain Solution Systems) που αντιμετωπίζει με κλινικά ελεγμένα ιατρικά μηχανήματα ταχείας αναλγησίας, κάθε μορφή μυοσκελετικού πόνου συνδυαστικά με εφαρμογή της νέας μικρορευματικής θεραπείας MCT.

Η μέθοδος απευθύνεται στις περιπτώσεις ασθενών που αντενδεικνύεται η χορήγηση αντιφλεγμονωδών φαρμάκων, κυρίως κορτιζονούχων, όπως στις περιπτώσεις υπερτασικών ασθενών, ασθενών με έλκος, διαβητικών, αιματολογικών ασθενών και κάποιες κατηγορίες καρδιοπαθών.

Η εφαρμογή του Ιατρικού συστήματος PSS δίνει αποτελεσματικά λύση σε μυοσκελετικούς πόνους, μειώνοντας έτσι τη λήψη φαρμάκων στις περιπτώσεις:

- Οσφυαλγίας – Ισχιαλγίας
- Αυχενικού συνδρόμου – Πονοκεφάλων
- Αρθρίτιδας – Ρευματισμών
- Θλάσεων – μετατραυματικών Πόνων
- Πρηξίματος – δυσκαμψίας
- Νευραλγίας – Τενοντίτιδας – μυαλγίας
- Μετεγχειρητικών Πόνων
- Καταγμάτων – διαστρεμμάτων
- Ψύξεων – εγκαυμάτων
- Πονόδοντου – Ιγμορίτιδας
- Πόνου περιόδου (δυσμηνόρροιας)

Το σύστημα PSS επιδρά στους ιστούς με φυσικό τρόπο ενισχύοντας αντιφλεγμονώδη – μυοχαλαρωτικό και αναλγητικό μηχανισμό όπως η παραγωγή ενδορφίνης στις περιοχές του πόνου.

Δέκα (10) μόνο ημέρες εφαρμογής αρκούν για πλήρη αντιφλεγμονώδη και παυσίπονη δράση, με εφαρμογή προγραμμάτων θεραπείας που συνδιάζουν την μικρορευματική θεραπεία MCT (Micro Current Therapy), ακόμα και σε περιπτώσεις χρόνιας μορφής πόνου όπως ο νευροφυτικός πόνος.

### ΠΟΝΟΙ ΔΥΣΜΗΝΟΡΡΟΙΑΣ – ΜΙΑ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΛΥΣΗ

Οι πόνοι δυσμηνόρροιας συσχετίζονται κυρίως με διόγκωση και σπασμό οργάνων τοπικά, των ιστών, όπως και με αύξηση των προσταγλανδινών στην περιοχή της βουβωνικής χώρας, αναφέρεται βιβλιογραφικά.

Στο φως αυτών των πληροφοριών περί της μεθόδου θεραπείας με την εφαρμογή τεχνολογίας μικρορευμάτων, και δεδομένου ότι η φαρμακευτική διαχείριση δύσκολων περιπτώσεων με πόνους περιόδου (δυσμηνόρροιας) έχει σχετικά μειωμένη επιτυχία και πολλές παρενέργειες, εκπονήθηκε μελέτη υπό τον καθηγητή Dr Mark Atkinson (Clinical Nutrition) και διαπιστώθηκε η δυνατότητα ωφελιμότητας από την εφαρμογή εμπλάστρων μικρορεύματος στη μείωση του πόνου και βελτίωση της ευημερίας σε αυτό το τμήμα του γυναικείου πληθυσμού.

Αποδείχθηκε και σε αυτές τις περιπτώσεις, πως η θεραπεία με μικρορεύματα MCT, αντιπροσωπεύει την τελευταία και πιο καινοτόμο ιατρική πρόοδο στη διαχείριση του πόνου, ιδιαίτερα όταν αποτυγχάνει η φαρμακευτική αγωγή.

Την αποτελεσματική επίδραση διαδερμικού ερεθισμού στην αντιμετώπιση πόνων δυσμηνόρροιας εισηγούνται στο ιατρικό περιοδικό The Clinical Journal of Pain [Κλινική Εφημερίδα του Πόνου] (1:75-83, Raven Press, New York) και ο καθηγητής Dr Jeffrey Mannheim και η Drs Eileen C. Whalen.

### ΠΡΟΛΗΨΗ + ΣΩΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ = ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Η εκσυγχρονισμένη παιδεία των επαγγελματιών υγείας και η εμπειριστατωμένη γνώση και δοκιμή του προαναφερόμενου μη - κατακτητικού τύπου θεραπείας θα ενισχύσει και θα αναβαθμίσει το χώρο υπηρεσιών υγείας για μια καλύτερη ποιότητα ζωής, με περιορισμό της λήψης φαρμάκων. Σε αυτή την κατεύθυνση δραστηριοποιούνται πολλοί ευαισθητοποιημένοι σύλλογοι και η επιστημονική ομάδα

του Ε.Σ.Υ.Π.Ε. για πρόληψη, καλύτερη υγεία και ευεξία. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον προκαλεί η παρουσία του ηλεκτρο-φυσιογνωσικού συστήματος: μη γραμμικής ανάλυσης από τον σύλλογο Ε.Σ.Υ.Π.Ε. για προληπτικό έλεγχο όλων των συστημάτων του οργανισμού μέσω βιοαναδράσεως και ανιχνεύσεως κυματικών μεταβολών βιολογικών δεδομένων.

Υ.Γ. Παρατίθεται όγκος βιβλιογραφίας επιστημονικής μελέτης περί τα 295 άρθρα – αναφορές μηχανισμού επίδρασης μικρορευμάτων στους ιστούς σε μια προσπάθεια στοιχειώδους ενημέρωσης και υποστήριξης αυτού του κατά τα άλλα εναλλακτικού μη - κατακτητικού εκσυγχρονισμένου θεραπευτικού μέσου.

\*Επιμέλεια μετάφρασης επιστημονικής βιβλιογραφίας: Ρούλα Οικονομάκη, Δρ. Αγγλικής Φιλολογίας.