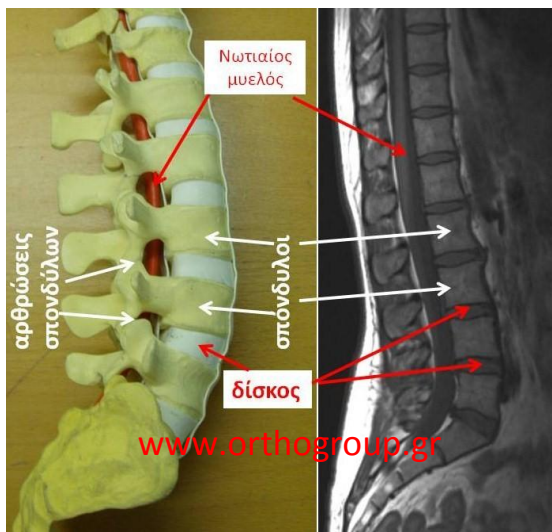


## ΟΣΦΥΑΛΓΙΑ

### Τι είναι:

- Είναι ο πόνος στη μέση, προερχόμενος συνήθως από τη σπονδυλική στήλη. Μπορεί να εμφανιστεί τόσο σε νέους, όσο και σε ηλικιωμένους.
- Στους νέους συνηθέστερη αιτία είναι η κήλη του μεσοσπονδύλιου δίσκου, ενώ σε μεγαλύτερες ηλικίες μπορεί να υπάρχουν εκφυλιστικές αλλοιώσεις (σπονδυλαρθρίτιδα).
- Συχνά οφείλεται μόνο σε μυϊκό σπασμό και όχι σε δισκοκήλη.



- Μπορεί να συνοδεύεται από πόνο που αντανακλά στο πόδι, ή από μούδιασμα (όταν πιέζεται η ρίζα κάποιου νεύρου καθώς 'βγαίνει' από τη σπονδυλική στήλη).
- Σπάνια μπορεί να παρατηρηθεί παράλυση μιας μυϊκής ομάδας στο πόδι και δυσκολία στη βάρδια, ή παράλυση των μυών που ελέγχουν την ουροδόχο κύστη και το ορθό (και προκαλείται ακράτεια).

### Διάγνωση

- Κλινική εξέταση
- Ακτινογραφία
- Μαγνητική τομογραφία

### Συντηρητική θεραπεία

- Αντιφλεγμονώδη, μυοχαλαρωτικά
- Φυσιοθεραπεία
- Αντίθετα με ότι πιστεύαμε παλαιότερα δεν ενδείκνυται η ακινησία, αλλά κάνει καλό η βάρδια σε επίπεδο έδαφος
- Αποφυγή κινήσεων που επιβαρύνουν τη μέση
- Ασκήσεις ενδυνάμωσης ραχιαίων, κοιλιακών μυών / κολύμβηση
- Εγχύσεις κορτιζόνης (υπό ακτινοσκοπικό έλεγχο) σε σπονδυλαρθρίτιδα

### Χειρουργική θεραπεία

- Ενδείκνυται όταν ο πόνος παραμένει για αρκετό καιρό και είναι επείγουσα μόνο επί παράλυσης μυών, ιδιαίτερα όταν υπάρχει και ακράτεια.
- Υπάρχουν διάφορα είδη επεμβάσεων ανάλογα με το πρόβλημα
- Δισκεκτομή όταν υπάρχει μόνο δισκοκήλη, χωρίς αστάθεια
- Σπονδυλοδεσία σε αστάθεια ή αρθρίτιδα, αποσυμπίεση με ή χωρίς σπονδυλοδεσία σε σπονδυλική στένωση.
- Νεότερη μέθοδος είναι αντικατάσταση δίσκου με εμφύτευμα



Σπονδυλοδεσία