

Malý zázrak

Medzistavcovú platničku už vedia lekári opraviť aj bez operácie

Foto: MARTIN DOMOK



Aurélia: Pätnásť rokov sa trápila s chrbticou.

Bála som sa v noci otočiť na inú stranu, lebo v tom momente mi vyšľahli také bolesti z chrbta do špičiek nôh, až mi slzy vyhrkli. Po roku čakania na operáciu som bola v poradovníku štyristopäťdesiata. Bola som fyzicky, ale už aj psychicky vyčerpaná, - opisuje Aurélia obdobie, keď jej pätnásťročná bolesť chrbtice prišla do finále. Postupne jej zdegenerovali platničky v krížoch. Prispelo k tomu sedavé zamestnanie a málo pohybu. Občas ju seklo, pomáhali jej injekcie a infúzie. Keď bolesť odišla, Aurélia na všetko zabudla. „Sekať“ ju však začalo čoraz častejšie. Chrbát ju postupne donútil obehať viacero doktorov a vyšetrení.

Magnetická rezonancia ukázala tri poškodené platničky

v driekovej oblasti. Začal sa kolotoč - rehabilitácie, elektroliečba, infúzie, injekcie, ozón. Stovky eur za párdňový efekt. „Liečba ozónom naozaj fungovala. Ale len tri dni,“ rozpráva Aurélia. „No nič, budeme vás musieť operovať,“ oznámil jej pred dvomi rokmi neurochirurg.

Operácia: Každého štvrtého pacienta bolí chrbát pre poškodené platničky. Najznámejší dôvod je vytečené jadro, ktoré vyčnieva von a tlačí na nervový koreň. Ale platnička nemusí byť až v takomto zlom stave, aby ukrutne bolela. Stačí, ak do nej začnú vrasť nervy, ktoré tam nemajú čo robiť. Kríže sa ozvú najmä po fyzickej aktivite. Bolesť často vyžaruje do sedacích svalov a zadnej časti stehien. Keď sa znehodnotí platnička v hrudnej časti, ľuďom stuhnú



Nemusíte trpieť: Možnosť, ako opraviť zdegenerovanú platničku, je čoraz viac.

Jedna z možností

Spoškodenou platničkou dokáže urobiť zázraky správna rehabilitácia. Jednou z metód je takzvaný SM stabilizačný a mobilizačný systém. Pacienti s bolesťami chrbtice, najmä s akútnou poruchou platničky a so skoliózou, to cvičia už dvadsaťpäť rokov. Cviky zostavil Čech Richard Smíšek tak, aby aktivovali špirálové svalové reťazce a umožnili preťahovať chrbticu smerom nahor. Platničkám to má zabezpečiť dostatočný priestor na liečbu a regeneráciu. Na cvičenie potrebujete špeciálne gumeny a trvá desať minút denne. ■

Foto: SPORTFIT



SM systém: Môže pomôcť pacientom s boľavými platničkami.

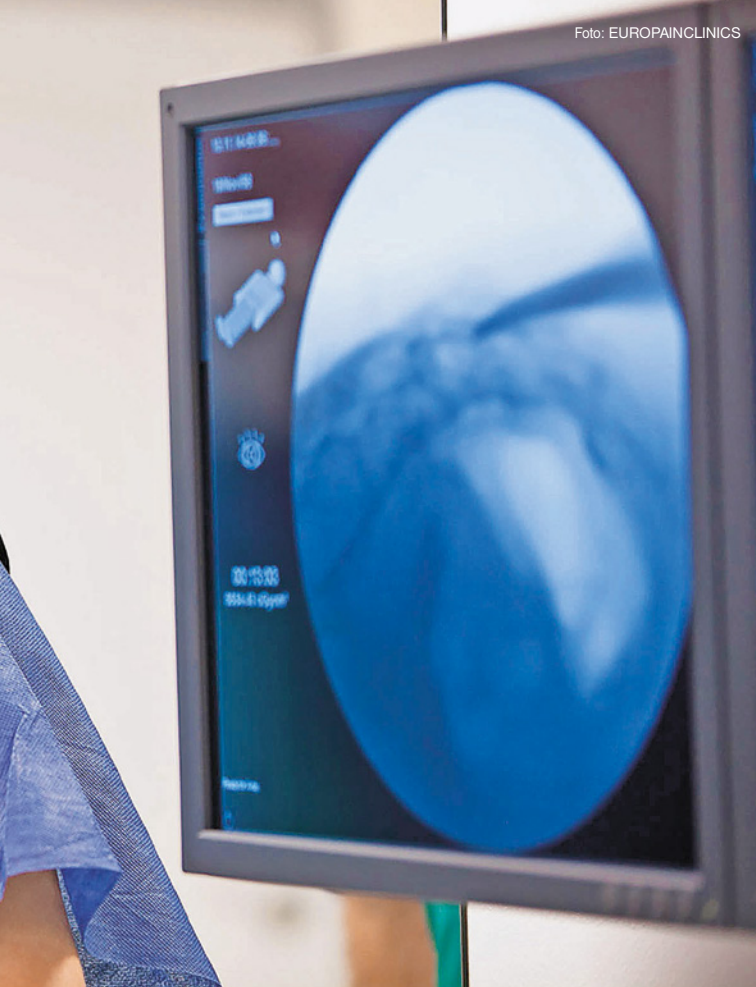


Foto: EUROPAINCLINICS



Cez jeden vpich: Aj takto dokážu opraviť lekári niektoré poškodené platničky.

Fakty o chrbtici

Až deväťdesiat percent bolestí chrbtice spôsobuje tlak alebo nervové dráždenie v oblasti chrbta.

Bolest' krížov stojí Američanov každý rok päťdesiat miliárd dolárov a je hlavným dôvodom dlhodobej práceneschopnosti.

Podľa štúdie publikovanej vo vedeckom Lancete má paracetamol na bolesť chrbta rovnaký efekt ako placebo, teda žiadna liečba. Mnohí lekári ho doteraz odporúčali ako prvú voľbu pri akútnej bolesti chrbta.

Fajčiari majú trikrát vyššiu náchylnosť dopracovať sa k chronickej bolesti ako nefajčiari.

Bolest' chrbta je u ľudí do štyridsaťpäť rokov najčastejším dôvodom návštevy lekára.

Foto: EUROPAINCLINICS



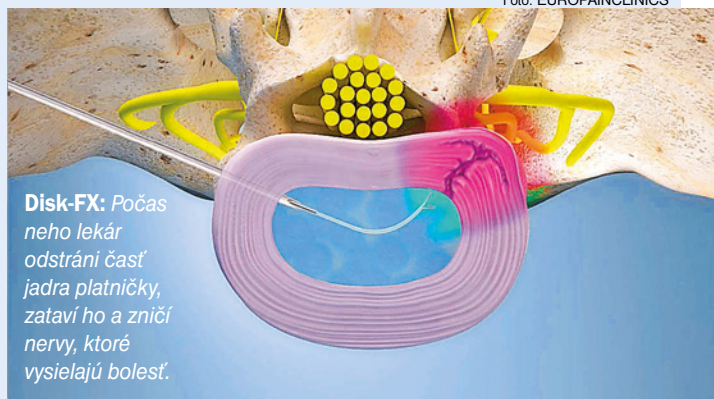
Oprava: Medzistavcovú platničku už vedľa lekári dať dokopy aj bez operácie.

medzirebrové svaly a akýkoľvek pohyb hrudnej chrbtice ich neskutočne bolí.

Aurélii spôsobovala muky samotná platnička. Chorobne sa zmenila tak, že do nej vrástli nervy. Lekári takejto diagnóze hovoria diskogénna alebo samotná bolesť platničky. Chirurgovia majú riešenie. „Vybrať platničku von a stavce pevne zafixovať alebo medzi ne vložiť náhradnú platničku,“ menuje neurochirurg z Univerzitnej nemocnice v Bratislave Róbert Illéš.

„Keď som sa dozvedela, že po roku čakania na zákrok sú predom mnou v poradovníku ešte stovky pacientov, odľahlo mi, lebo operácie som sa bála, no zároveň som bola zúfalá. Utrpenie mi už prerástlo cez hlavu,“ spomína. Vtedy sa dozvedela o miniinvazívnom zákroku, ktorý bol na Slovensku novinkou. Zatelefonovala do Bardejova.

Vyprovokovaná bolesť: V Bardejove aj v Košiciach pôsobí Robert Rapčan, ktorý sa venuje intervenčnej algeziológii. Je



Disk-FX: Počas neho lekár odstráni časť jadra platničky, zataví ho a zničí nervy, ktoré vysielajú bolesť.

to pomerne nový odbor, ktorý zbavuje pacientov bolesti pomocou malých zákrokov. Aurélie sa hneď ujal. Vylučovacou metódou sa snažil zistiť, čo presne je zdrojom jej bolesti. Aj keď magnetická rezonancia ukazovala poškodenú platničku, mohlo ju bolieť aj niečo iné, napríklad facetové kĺbiky, ktoré bolia podobne ako platnička. Tie to však neboli. Pacientka podstúpila malý zákrok, ktorý sa volá provokačná diskografia. Mal vyprovokovať platničku, aby zabo

lela tak, ako bolí bežne, a potvrdiť, že vinníkom je ona.

„Jasné, že to bola ona,“ usmieva sa už dnes pacientka, ktorá si pamätá moment, keď počas zákroku platnička ukázala, čo dokáže. Na bolestivú reakciu ju vyprovokovala látka, ktorú do nej cez ihlu vpustil algeziológ, aby v nej zvýšil tlak. „Zdravá platnička na zvýšenie tlaku nezareaguje. Ak počas výkonu pacient zacíti bolesť podobnú tej, ktorá ho trápi každý deň, vieme, že sme na správnom ▶

mieste,“ hovorí doktor Rapčan. Takúto diagnostiku nemusí absolvovať každý pacient. „Ak je diagnóza viac-menej jasná, diskografiu zbytočne nerobíme, aj tento výkon má svoje riziká,“ vysvetľuje Robert Rapčan. Niektorým pacientom s platničkovou bolesťou môžu lekári potom navrhnúť zákrok, ktorý sa volá Disk-FX. Sú to tri výkony v jednom.

V ten istý deň domov: „Priznám sa, že som od tejto liečby neočakávala veľké zázraky. Lekár ma upozornil, že moja chrbtica je zdevastovaná a oprava jednej platničky problém definitívne nevyrieši,“ hovorí Aurélia. „Ale bola to jediná možnosť, ktorá ma ešte mohla zachrániť pred operáciou, navyše som vedela, čo je presne zdrojom bolesti. To mi predtým nikto nevedel zistiť, tak som do toho išla.“

Lekári robia zákrok v lokálnej anestézii. Pacient teda všetko vníma. „Cez ihlu a pracovnú rúrku sa dostaneme do platničky a špeciálnymi klieštikmi z nej odstránime časť jadra,“ vysvetľuje doktor Rap-



Krátke zotavovanie: Po málo invazívnom zákroku sa pacient rýchlo vráti do práce.

čan. Zníži sa tým tlak v platničke, čo je prvý krok, aby menej bolela.

Hneď potom jadro ošetríme malými elektroimpulzmi a vytvoríme akoby záplatu na jeho okraji. Znížime tak riziko, že v budúcnosti bude jadro vytekať von smerom k nervovému koreňu. Potom príde tretia, najdôležitejšia časť zákroku. Lekár odstráni nervy zadného prstenca platničky rádiovfrekvenčnou sondou. Spáli ich, pretože nemajú v platničke čo hľadať.

Výkon trvá približne hodinu. Doktori počas neho dokážu opraviť aj dve platničky. „Samozrejme, že som to cítila, bolelo to, ale nie tak strašne, aby sa to nedalo vydržať. Keď žijete s bolesťami pätnásť rokov, tak hodinu vydržíte,“ opisuje zážitky pacientka. Ešte v ten deň sadla do lietadla a vrátila sa z Košíc do Bratislavy.

Opäť v práci: Po šiestich týždňoch opäť zarezávala v práci. Žiadna veľká bolesť ju už netrápila. „Teraz žijem bez liekov proti boles-

ti, ale viem, že môj problém ešte nie je definitívne vyriešený. Začína sa ozývať druhá platnička,“ priznáva pacientka. „Naozaj netreba očakávať, že tento zásah vyrieši problém chrbtice navždy. Predpokladáme, že pacient, ktorý má ošetrovanú jednu platničku pre degeneráciu, bude mať v zlom stave aj ďalšiu. Proces bude pokračovať,“ hovorí doktor Rapčan.

„Asi ma to čaká ešte raz, ale teraz viem, čo od zákroku môžem očakávať. Aspoň sa už nebudem báť,“ usmieva sa Aurélia. Disk-FX urobia lekári ročne približne päťdesiatim pacientom, pretože nie každý je vhodný adept. Keby výkon nepomohol, pacient môže ísť na operáciu k neurochirurgovi.

V ďalšom čísle: Až osemdesiatim piatim percentám pacientov lekári nevedia objaviť príčinu bolesti chrbta. Môžu za ňou byť aj facetové kĺby, ktoré sú súčasťou stavca. Bolesť, ktorú spôsobujú, sa dá pomerne rýchlo odstrániť. Aké sú nové metódy, dočítate sa v ďalšom čísle. ■

MARTINA UTEŠENÁ