



# От чего может болеть спина?

## ■ Мышечная нагрузка

Примерно 85% случаев хронических или эпизодических болей в спине связаны с чрезмерными нагрузками на поясницу. Не удивляйтесь: даже если вы не занимаетесь спортом, не таскаете тяжести и не копаетесь в грядках сутки напролёт, мышцы вашей спины всё равно испытывают каждодневное перенапряжение. Когда вы сидите, например, перед монитором, именно им приходится поддерживать основную массу вашего тела. Поэтому врачи рекомендуют тем, кто работает за столом, как можно "глубже" садиться в кресло, опираясь на его спинку.

## ■ Грыжа межпозвоночных дисков

Межпозвоночные грыжи - довольно распространённая проблема, чаще встречающаяся у людей после 40 (хотя может быть диагностирована и в более раннем возрасте). Причина - в дегенерации мышечных и соединительных тканей. С возрастом ваш позвоночник как бы "оседает" - позвонки прижимаются всё ближе друг другу, межпозвоночные диски расплющиваются и выпирают за пределы позвоночного столба. Результат - то же сдавление корешков нервов, приводящее к острым болям в пояснице и ногах.

## ■ Спондилолистез

Это состояние встречается у 5-7% населения, хотя диагностируется гораздо реже (чаще всего на хронические поясничные боли люди просто не обращают внимание). При спондилолистезе ножка одного из позвонков (как правило 5-го поясничного) деформируется, из-за чего позвонок "ползает" на нижний, выпячиваясь при этом вперёд или назад. Соответствующий участок позвоночника становится похож на лестницу, а не на столб.

Симптомы всё те же - боль в нижней части спины, иногда в ягодицах, редко может отдавать в нижние конечности. Смещённый позвонок может сдавливать корешки нервов, отходящих от спинного мозга, что и приводит к болевым ощущениям.



- **Компрессионный перелом**

Согласно данным Американской медицинской ассоциации, такой диагноз ставят примерно 4% пациентов с болями в спине. Компрессионный перелом - это перелом позвонка, чаще всего встречающийся у пожилых людей и больных остеопорозом. При этом заболевании кости становятся менее плотными и могут ломаться просто под давлением массы тела. Поэтому переломы в результате травмы в эту категорию не входят. А значит пациент сам может не заметить, как ломает себе позвонок - говорить об этом будут только острые непроходящие боли.

Лечатся такие переломы строгим постельным режимом и лекарственными комплексами, направленными на снижение болевых ощущений.

- **Онкология**

Примерно у 0,7% пациентов с жалобами на боли в спине в последствии обнаруживаются раковые опухоли. Это может быть рак, изначально локализовавшийся в области позвоночника, или же опухоли, метастазирующие из других органов. Как видно из статистики, такие случаи крайне редки: обычно рак "ловят" по другим симптомам, и если у вас не было онкологических заболеваний ранее, боль в спине вряд ли предвещает вам этот страшный диагноз.

- **Инфекционное поражение позвоночника**

Одна из самых редких причин болей в спине (0,01%). Как правило, инфекция не начинается с позвоночника, а добирается до поясницы через кровоток из других частей тела - из мочевыводящего канала, например. Как и другие инфекционные поражения, обычно сопровождается повышением температуры. Однако сочетание "больная спина + жар" ещё не означает, что у вас инфицирован позвоночник. Обычный грипп, например, может вызвать те же симптомы.

Подходов к лечению болей в спине множество. Это и проверенные «старые» способы, такие как:

- Рефлексотерапия;
- Мануальная терапия;
- Магнитная и вакуумная терапия;
- Электростимуляция;
- Массаж;
- Аппаратная физиотерапия




Среди современных высокоэффективных методик отдельного внимания заслуживает лечение с помощью тракционного стола ORMED. Преимущества методики:

- Простота в использовании;
- Возможность подбора индивидуального курса и программы лечения;
- Безопасность;
- Комфорт во время проведения манипуляции;
- Практически нет противопоказаний;
- После курса лечения сохраняется стойкий лечебный эффект



# С чем можно сочетать ORMED?

- 
- 
- Лечебная физическая культура;
  - Массаж;
  - Гирудотерапия;
  - Физиотерапия;
  - Плавание;

# Внимание!!!



**У НАС ОТКРЫЛСЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КАБИНЕТ  
В НАШЕМ ФИЛИАЛЕ ПО АДРЕСУ:**

**6 ПРОСЕКА 155,**

**ПОДРОБНОСТИ У АДМИНИСТРАТОРОВ  
ПЛАТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ, ЛИБО  
В КАБИНЕТЕ 201-1**

**ТЕЛЕФОНЫ КОНТАКТА:**

**240-14-42 (филиал); 926-04-03**