

LOMBOSCIATALGIA: TRATTAMENTO OSTEOPATICO

La lombosciatalgia, conosciuta semplicemente come sciatica è un dolore che interessa il nervo sciatico. La zona che è interessata da questo tipo di dolore è quella vertebrale lombare per arrivare fino ai glutei e agli arti inferiori.

Si differenzia dalla lombalgia perché, in quest'ultima, il dolore è localizzato solo nella zona lombare e sacrale e non si estende nella parte bassa del corpo. Come affermato in articoli precedenti, differenti tipologie di mal di schiena possono essere affrontati tramite un intervento osteopatico mirato.

Tra le cause principali che possono causare la lombosciatalgia, ci possono essere uno strappo muscolare a livello dei muscoli paravertebrali, una contrattura muscolare, una protrusione o un'ernia del disco che può comprimere una radice nervosa oppure una compressione radicolare per schiacciamento del disco intervertebrale.

A queste molteplici cause che provocano la lombosciatalgia, si aggiungono anche un intenso sforzo fisico, un semplice colpo d'aria che può provocare un dolore localizzato, oppure uno spasmo muscolare o un'irritazione nervosa; anche una posizione scorretta, la sedentarietà, l'osteoporosi, oppure tumori o spondiliti possono essere alla base dell'origine della lombosciatalgia.

Per evitare di assumere antinfiammatori e analgesici, si può richiedere l'intervento di un osteopata che tratta i pazienti attraverso terapie manuali mirate. L'osteopata va ad intervenire proprio sui dolori muscoloscheletrici, che possono interessare varie zone del corpo.

L'osteopata effettua esami precisi, eseguiti per studiare il movimento nel suo insieme: vengono testati i movimenti dei muscoli e quelli che coinvolgono anche le articolazioni. Il trattamento dello specialista non si limita qui. L'osteopata studia anche la respirazione e la trasmissione dei messaggi nervosi.

Tutto questo gli permette di visionare nell'insieme le cause e degli effetti che provocano la lombalgia. Fatto ciò, l'intervento del professionista sarà efficace e mirato in base alle problematiche personali.

L'intervento osteopatico nella lombalgia può essere fatto non soltanto quando il dolore si presenta, bensì anche prima, per cercare di prevenirlo. Attraverso l'utilizzo di metodiche specifiche e manipolazioni spesso delicate e utili per liberare i punti dove il movimento è bloccato, l'osteopata scioglie la tensione accumulata nei muscoli, tonifica e aiuta la circolazione, il ricambio e il drenaggio delle tossine. Dopo il trattamento osteopatico, la persona avrà una sensazione di rilassamento e il dolore provocato dalla lombosciatalgia sarà attenuato senza l'uso dei farmaci.

Gli osteopati cercano di identificare per quanto possibile il profilo di stress esogeno ed endogeno di ciascun paziente. Pertanto, le procedure diagnostiche osteopatiche utilizzano una combinazione di anamnesi clinica e esame approfondito per determinare il corretto equilibrio del trattamento.

È importante scoprire quante più informazioni possibili sulla presentazione della malattia del paziente, compresi dettagli sull'insorgenza, il preludio ai sintomi, l'entità del dolore, la sua distribuzione, gravità, tipo, posizione, radiazioni, fattori aggravanti e di alleviamento, presenza di tutti i fenomeni sensori-motori, farmaci, storia di mal di schiena, tempo libero dal lavoro, alimentazione e abitudine al fumo, storia medica generale comprese le operazioni, malattia, ricoveri ospedalieri, test o indagini. Verranno inoltre ricercate informazioni sulla storia professionale del paziente, sulle esigenze interne, sui passatempi sociali e sportivi.

L'osteopatia è a rischio relativamente basso, e ci sono prove a sostegno del trattamento della lombalgia mediante terapia manuale ed esercizio / riabilitazione.

Di solito dovresti vedere un miglioramento entro le prime 2-4 visite, tuttavia l'osteopatia, come qualsiasi cosa che valga la pena, richiede tempo.

Uno dei problemi più grandi che sono le persone che non completano un ciclo di trattamento. Così, migliorano, ma non risolvono completamente - alcuni dei comportamenti protettivi sono ancora presenti.

Per evitare questo, l'uso di misure di esito (compiti funzionali, valutazioni del movimento e screening psicologico) ci consente di rilevare il cambiamento oltre al "non fa più male".

Nella maggior parte dei casi, un periodo senza dolore di almeno 3 mesi consecutivi, oltre a cambiamenti positivi sulle misure di esito, sarebbe considerato una risoluzione.