

Αυχενική μοίρα σπονδυλικής στήλης (αυχένας)

Με μια ματιά

Στις σελίδες που ακολουθούν, θα περιγράψουμε τις πιο σημαντικές κλινικές εικόνες των προβλημάτων της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης. Στόχος μας είναι να εξοικειωθείτε με την ορολογία ως βοήθημα για μια βαθύτερη συζήτηση με τον ιατρό ή ως μια γενική εισαγωγή στο θέμα αυτό.

Περιεχόμενα

1. Εισαγωγή στον αυχένα
2. Ανατομία και φυσιολογία του αυχένα
3. Σύνδρομο της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης
4. Πώς τα προϊόντα *Futuro™* βοηθούν

1. Εισαγωγή

Η σπονδυλική στήλη είναι η ανθρώπινη οστική στήλη, που παρέχει σταθερότητα στον κορμό. Με τις επιμέρους κατασκευές της, επιτρέπει ένα ποικίλο εύρος κίνησης, η οποία θα περιγραφεί λεπτομερώς παρακάτω. Θα επικεντρωθούμε στις εκφυλιστικές ασθένειες της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης και σε τραυματισμούς και συγγενείς δυσπλασίες. Όπως συμβαίνει με όλες τις άλλες αρθρώσεις και τα οργάνικα συστήματα, η σπονδυλική στήλη υπόκειται σε κανονική φθορά λόγω ηλικίας καθώς και σε διάφορους παράγοντες ψυχολογικούς, όπως το στρες για παράδειγμα, ικανό να προκαλέσει κακή στάση του σώματος και μυϊκή ένταση.

2. Ανατομία και φυσιολογία

Η αυχενική μοίρα της σπονδυλικής στήλης αποτελείται από επτά σπονδύλους. Υπάρχουν ελαστικές κατασκευές (δίσκοι) ανάμεσα σε κάθε σπόνδυλο που επιτρέπουν στους σπονδύλους να κινηθούν, ενώ ενεργούν ως ελατήρια και αμορτισέρ. Οστεώδης κατασκευές διατηρούν τους σπονδύλους σε στενή επαφή μεταξύ τους. Οι επιφάνειες επαφής έχουν ένα στρώμα χόνδρου, που τους επιτρέπει να λειτουργούν ως σύνδεσμοι. Τα νεύρα που ελέγχουν το λαιμό και τα χέρια διέρχονται μέσω των μεσοσπονδύλιων τρημάτων που βρίσκεται μεταξύ των επιμέρους σπονδύλων. Υπάρχουν επίσης τρήματα και στην πλάγια επιφάνεια των σπονδύλων, εγκάρσιες αποφύσεις, έτσι μια αρτηρία που οδηγεί προς τον εγκέφαλο μπορεί να περάσει μέσα από αυτά. Επιπλέον, οι σπόνδυλοι συνδέονται μεταξύ τους με ένα ισχυρό σύστημα συνδέσμων. Οι μύες συνδέονται με διάφορα σημεία κατά μήκος της σπονδυλικής στήλης ελέγχοντας τόσο την ακούσια σταθεροποίηση του κορμού, όσο και την ενεργή, συνειδητή κίνηση. Μια κανονική, ακέραια αυχενική μοίρα επιτρέπει ένα ευρύ φάσμα κίνησης - εκ περιτροπής στην αριστερά και δεξιά πλευρά, κάμψη προς τα εμπρός και προς τις πλευρές, και το τέντωμα προς τα πίσω. Επειδή είναι πολλά τα οστά, οι σύνδεσμοι, σε ένα τέτοιο μικρό χώρο και λόγω του μεγάλου αριθμού και της έντασης των κινήσεων που γίνονται στην περιοχή, η αυχενική μοίρα της σπονδυλικής στήλης είναι επιρρεπής σε μεγάλη και πρόωρη φθορά.

3. Σύνδρομο της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης (αυχεναλγία, αυχενικό σύνδρομο, σύνδρομο ώμου-βραχίονα)

Με πιθανές παθολογικές στενώσεις των μεσοσπονδύλιων τρημάτων, συμπίεση στους μεσοσπονδύλιους δίσκους, και οστεοαρθρίτιδας στις αρθρώσεις, η αυχενική μοίρα της σπονδυλικής στήλης μπορεί να γίνει ιδιαίτερα προβληματική. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε συμπίεση των ριζών των νεύρων, αλλά και των αρτηριών που οδηγούν στον εγκέφαλο, μια κατάσταση γνωστή ως σύνδρομο σπονδυλικής αρτηρίας. Αλλαγές στο μεσοσπονδύλιους δίσκους, όπως η κήλη, παίζουν επίσης ρόλο. Εδώ, οι κατεστραμμένες ίνες του δίσκου, επιτρέπουν στον πυρήνα του μεσοσπονδύλιου δίσκου να προεξέχει και να πιέζει τον νωτιαίο μυελό ή τις ρίζες των νεύρων. Ο πόνος εμφανίζεται στην περιοχή των μυών του αυχένα, η οποία είναι σφιχτή και σκληρή. Το κεφάλι μπορεί ελαφρώς να κινηθεί προς τα πλάγια και ο λαιμός είναι δύσκαμπτος. Αλλαγές στα μεσοσπονδύλια τρήματα μπορεί να προκαλέσουν ερεθισμό ή ακόμα και τη συμπίεση των ριζών των νεύρων που βρίσκονται κατά μήκος τους, έτσι ο πόνος μπορεί να εκπέμψει προς τα χέρια και τους ώμους. Αυτό μπορεί να προκαλέσει παραισθησία ή ανατριχιαστική-ερπετοειδής αίσθηση ή αδυναμία στα χέρια. Ο πόνος μπορεί επίσης να εκπέμψει προς το πίσω μέρος του κεφαλιού. Αν οι εγκεφαλικές αρτηρίες εγκλωβιστούν συνυπάρχουν και η ζάλη και οι εμβοές στα αυτιά και η μειωμένη της όρασης, κ.λπ.. Οι ακτίνες Χ στην αυχενική μοίρα της σπονδυλικής στήλης θα εξηγήσει τα συμπτώματα. Η μαγνητική τομογραφία και η αξονική τομογραφία θα δείξει την κατάσταση των μεσοσπονδύλιων δίσκων. Τις περισσότερες φορές, η εντατική φυσικοθεραπεία που περιλαμβάνει μασάζ των μυών του αυχένα και τοπικές εφαρμογές θερμότητας θα παρέχει γρήγορη ανακούφιση. Στην οξεία φάση, τα αναλγητικά και τα μυοχαλαρωτικά είναι κατάλληλα για την εξάλειψη του πόνου. Το κολάρο περιορίζει τις επώδυνες κινήσεις και παρέχει θερμότητα, έτσι μπορεί να έχει ένα καλό ανακουφιστικό και υποστηρικτικό αποτέλεσμα. Λόγω των ανατομικών κατασκευών και το εύρος της κίνησης, η αυχενική μοίρα της σπονδυλικής στήλης είναι επιρρεπής σε διαταραχές. Αν αυτές οι θεραπείες δεν είναι επιτυχείς, τότε οι ενέσεις ή η χειρουργική επέμβαση μπορεί να είναι απαραίτητα. Μετά την εξέταση της κατάστασης, ο ειδικός ορθοπαιδικός πρέπει να αποφασίσει τον τρόπο αντιμετώπισης του προβλήματος. Αν δεν υπάρχουν ανιχνεύσιμες ανατομικές αλλαγές, καθώς και όλα τα μέτρα που περιγράφονται παραπάνω είναι επιτυχής, εξακολουθούν να υπάρχουν ειδικές ασκήσεις χαλάρωσης που ο ασθενής μπορεί να κάνει για να επωφεληθεί αφού παρέχουν κάποια επιπλέον ανακούφιση από τον πόνο.

4. Πώς τα προϊόντα *Futuro™* βοηθούν

Χάρη στην ικανότητά τους να ταιριάζουν σε οποιοδήποτε μέρος της ανατομίας του ασθενούς και την ελαστικότητα του υλικού, τα προϊόντα *Futuro™* μπορούν να πάρουν οποιαδήποτε μορφή της ανατομικής περιοχής πολύ καλά. Ασκούν μια μικρή συμπίεση στα επηρεαζόμενα επώδυνα τμήματα της σπονδυλικής στήλης και παρέχουν κάποια μορφή θερμότητας, η οποία βοηθά στην ανακούφιση από την ένταση των μυών.

Τα προϊόντα Futuro™ έχουν σχεδιαστεί σε συνεργασία με ομάδα εξειδικευμένων γιατρών και φυσικοθεραπευτών.