

1.UVOD

Bol je univerzalan i mozemo ga pratiti od davnih vremena.Takodje bol je kompleksan i on nas svom silinom upozorava da nesto nije u redu.Neprijatnost koju on moze da izazove je raznovrsna koliko i osobe koje ga doživljavaju.Bol se vise ne doživljava kao simptom nekog oboljenja, jer cesto moze da postane bolest za sebe.Za uporan bol koji se naziva hronican,iskljucivo medikamentozno lecenje cesto nije najbolje resenje.Bolovi u vratnom delu danas su vrlo visoko na lestvici najcescih bolova,te sa time i treba puno razmisljati o prevenciji.Bolovi u vratu,glavi i podrucju izmedju lopatica po uestalosti pojavljivanja u populaciji na drugom su mestu.Najcesce su posledica degenerativnih promena vratne kicme.

Svrha lecenja je da se smanji bol i ukocenost vratne kicme i da se spreči nastanak posledica.

Mobilizacione i traktacione tehnike u kombinaciji sa kineziterapijom,najvazniji su oblici u fizioterapiji i zauzimaju ključno mesto u lecenju i rehabilitaciji bolesnika sa hronicnim cervikalnim sindromom.

2.ANATOMIJA KICMENOG STUBA

Kicmeni stub je u osnovi,najduzi deo osovinskog,aksijalnog skeleta.On trupu daje cvrstinu,a svojom elasticnoscu omogućuje mu pokretljivost.Kicmeni stub grade kicmeni prsljenovi(vertebrae),izmedju kojih se nalaze discovi koji funkcionisu kao amortizeri..U formiranju ovog dela ucestvuje 33-34 prsljena,koji su medjusobno povezani zglobovima,vezama i misicima u jedinstvenu celinu,Zavisno od dela kicmenog stuba koji grade,dele se na

-vertebrae cervicales-7 vrtanih prsljenova(C1-C7)

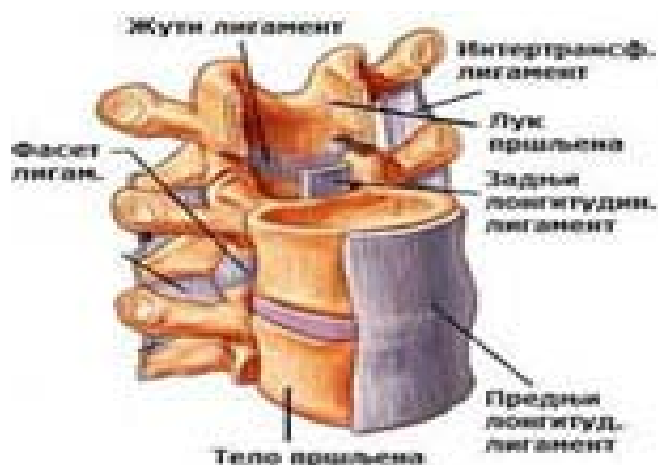
-vertebrae thoracicae-12 grudnih prsljenova(TH1-TH12)

-vertebrae lumbales-5 slabinskih prsljenova(L1-L5)

-vertebrae sacrales-5 krsnih prsljenova(S1-S5),sraslih u os sacrum

-vertebrae coccygae-obicno 4 trticna prsljena(Co1-Co4),spojenih u os coccygis

Prsljen pripada tipu kratkih kostiju,nepravilnog oblika.Na njemu se razlikuju telo(corpus vertebrae),luk(arcus vertebrae),kicmeni otvor(foramen vertebrae) i nastavci.Postoji jedan neparan,rtni(proccesus spinosus) i tri parna nastavka,poprecni(proccesus transversus),i gornji i donji zglobni nastavci(proccesus articulares superiores et inferiores).



Cervikalni sindrom je najcesce uzrokovan suzavanjem intervertebralnih otvora vratnog dela kicme pri cemu dolazi do iritiranja nervnih korenova vratnog dela KM ligamenta i krvnih sudova. Degenerativne promene (intervertebralne osteohondroze i spondiloartroze sa reaktivnim deformirajucim promenama na spoljnoj i osteofita prema unutrašnjoj površini prsljenova) na cervikalnom delu kicme su najcesci uzrok, njima se pridruzuju i mikrotraume, poremećaji statike, profesionalna oštećenja usled dugotrajnog nepovoljnog položaja glave i vrata, zapaljivi procesi, reumatska i česta nahladna oboljenja (mijalgije i bolne kontraktуре mišica zadnje loze vrata). Invulucija intervertebralnih discova, pracenjena su spondiloartrozom, osteofitima na zglobnim kapsulama i okostavanju pripoja ligamenata, koji dovode do kompresije nervnih korenova i otežavaju cirkulaciju krvi u a. vertebralis. Sve to dovodi do brojnih tegoba kod bolesnika: bolova u predelu potiljka i vrata, koji se šire na gornji deo leđa, lopatice i ramena i spustaju duž jedne ili obe ruke. Ponekad se javljaju mravinjanja duž ruke, utrnulost prstiju sa ili bez motornih neuroloških ispada. Ako bude zahvacen simpatikus nastaju vaskularne smetnje. Glavobolje su uglavnom izazvane poremećajem cirkulacije krvi. Ako se uzme da CS može nastati akutno kao posledica dekompenzacije vratne muskulature koja svojim tonusom održava arhitektoniku cervikalne kicme, onda provokativni faktori mogu biti: prehlada, usiljen naporan položaj glave i vrata, iznenadni nekontrolisani pokreti i dr. i dovesti do snažne bolne reakcije sa karakteristiknim antalgicnim položajem, spazmom vratne muskulature. Mirovanjem i oporavkom vratne muskulature (mišićni korzet), stanje se postepeno stisava..

Kod uznapredovalog procesa, posle nekoliko nedelja, vratna muskulatura slabi, smanjuje se tonus i hipotrofira, bolest prelazi u hronicnu fazu, i može se manifestovati kao-cervikocefalni i cervikobrahijalni sindrom.