

Selkävaivan taustalla usein liikekontrollin ja faskiakalvojen toimintahäiriöitä



Eija Fors-Virtasella on yli 20 vuoden kliininen kokemus potilastyöstä.

Alaselkäkivuista vain 10 % voidaan **Eija Fors-Virtasen** mukaan selittää lääketieteellisesti MRI- tai röntgen tutkimuksilla. Eija on koulutautunut Englannissa yliopistossa kirropraktikoksi, ravitsemustieteiden maisteriksi ja akupunkturistiksi sekä Suomessa fysioterapeutiksi ja OMT-fysioterapeutiksi.

– Selkävaivojen taustalla on usein epäspesifisiä syitä, joihin kuuluvat mekaaniset,

toiminnalliset selkävaivat, joissa havaitaan liikehäiriöitä ja liikkeen kontrollin häiriöitä. Spesifisiin lääketieteellisiin syihin kuuluvat hermojuuriongelmat neurologisine löydöksineen, murtumat, kasvaimet ja synnynnäiset epämuodostumat. Liikehäiriöt ovat yhteydessä faskiakalvo- tai fasettinivelperäisiin ärsytyksiin ja välilevyongelmiin, jolloin löydöksenä on kivulias ja rajoittunut liikesuunta. Liikekontrollin häiriössä selän aktiivisten liikkeiden kontrolli heikkenee. Virheellinen liikekontrolli aiheuttaa virheellisiä ryhtiasentoja ja selän liikkeitä, jotka kuormittavat kudoksia epäsymmetrisesti ylläpitäen kipua.

Hoito vaatii monipuolista erityisosaamista

Liikekontrollin häiriöistä johtuva lanneranka-kipu ja sen toiminnallinen haitta ovat Eijan mukaan hoidettavissa, mutta vaatii erityistä kliinistä osaamista ja tietoa.

– Epäspesifisissä selkäkivuissa räätälöidyillä täsmäharjoitteilla ja yhdistelmähoidoilla saadaan usein paras hoitotulos. Kipua voivat ylläpitää myös ei-mekaaniset syyt, jotka ovat yh-

teydessä kivun sentraaliseen sensitisointiin, mikä on yhteydessä erilaisiin elämän stressitekijöihin. Kipujen pitkittyessä niihin ei totuta vaan herkistytään, jolloin kivun pelko saattaa alkaa hallita elämää. Siksi tarvittaessa annetaan myös ohjeita elämän ja kivun hallintaan sekä ravitsemusneuvontaa.

Yhteystiedot

Antioksidanttiklinikka

Kruunuhaan Lääkärikeskus
Kaisaniemenkatu 1 B, 00100 Helsinki.
Puh. (09) 622 6450

Orton

Tenholantie 10, 00280 Helsinki.
Puh. (09) 4748 2705

www.orton.fi

Espoon Kiropraktikko-, OMT- Fysioterapia- ja Akupunktioklinikka

Tapiolan Keskustorni, 3krs.
Puh. 044 273 7542
www.kuntoutusrehaboptima.fi