

## **Kralježnica - Segmentalna problematika ili cjeloviti pristup problemu**

Kod problema kralježnice obično se traži pomoć liječnika koji nakon pregleda određuje pretežno simptomatsku i/ili fizikalnu terapiju. Potom se pristupa klasičnom načinu liječenja, pasivnim fizikalnim procedurama odnosno masaži, vježbanju, rekreaciji ili alternativnim postupcima liječenja, što kod kompleksnijih stanja ne donosi zadovoljavajuće rezultate.

Stručni fizioterapeutski pregled uključuje specifičnu analizu mobilnosti cijeloga tijela uz pronalazak uzroka određenih mišićno-koštanih disfunkcija koje povezujemo s tegobama (simptomatologijom) zbog kojih je i tražena pomoć. Rijetko se upućuje na to da je kralježnica vrlo složene strukturalne forme te da položaji ili pokretanje jednog segmenta kralježnice utječe na položaj ili pokret drugog segmenta.

Npr. dok sjedimo u savijenom položaju tijela, dolazi do pomaka zdjelice i lumbalne kralježnice što uzrokuje da se naša glava zabaci unazad, a vrat prema naprijed.

Takvim uzročno-posljedičnim slijedom, problemi koji nastaju u vratu i protočnosti krvnih žila prema glavi, kao i problemi s pokretanjem tih segmenata, kao uzrok nemaju loš položaj glave i vrata već loš odnos zdjelice i površine oslonca (sjedalica).

Očekivanje rješenja problema liječenjem regije koja je bolna ili obilježena nekim drugim simptomima, često dovodi u slijepu ulicu gdje se tegobe ponavljaju te nastaje nezadovoljstvo ograničenim efektom dotadašnjeg liječenja. Bilo da je bol nastala naglo i neočekivano ili se kontinuirano provlači kroz svakodnevicu, najčešće problem leži u nepravilnim biomehaničkim odnosima koji, uz brojne svakodnevne aktivnosti i neprestano ponavljanje «loših» položaja, uzrokuju oštećenja mišićno-koštanih ili neuralnih struktura.

Problemi koji se javljaju u vratnoj ili lumbalnoj kralježnici ne mogu se promatrati odvojeno od drugih tjelesnih struktura kao što su ramena, zdjelica i stopala. Liječenje simptoma nije moguće bez opisa nastanka problema, vremenskog trajanja te položaja tijela u kojem se oni najčešće javljaju.

Kralježnica je jedna mobilna cjelina na koju su vezani ostali dijelovi tijela (lopatice-ruke, rebra, zdjelica-kukovi, glava) tako da se tretiranje rijetko treba usmjeriti samo na bolno mjesto.

Kako bi terapijski pristup bio cjelovit, potreban je uvid u stanje svih tjelesnih struktura i analiza funkcionalnih položaja kao važnih pokazatelja nastanka problema.

ReAktiva tim