

Ce ascund durerile de spate?

Sedentarismul, înaintarea în vârstă, loviturile mai vechi, practicarea unui sport de performanță din fragedă pruncie și postura incorectă în poziția șezut își pot pune amprenta asupra coloanei vertebrale. Există unele boli – între care deteriorarea discului intervertebral (osteoartrita), stenoza spinală lombară și spondilolisteza - care pot provoca dureri de spate. Prima este și cea mai întâlnită afecțiune la coloană. Organismul îmbătrânește, iar discurile se deshidratează sau se usucă și își pierd capacitatea de a amortiza șocurile. Oasele și ligamentele devin și ele mai puțin flexibile. Problema apare atunci când discurile deteriorate încep să preseze ramificațiile nervoase din apropiere sau măduva spinării. Un alt rezultat al degenerării coloanei vertebrale este stenoza spinală lombară (LSS), care apare de regulă după vârsta de 50 de ani. Ea implică o îngustare a canalului care găzduiește măduva spinării și ramificațiile nervoase, astfel că măduva este adesea comprimată în totalitate. Suferinzii acuză o senzație de slăbiciune, o durere surdă în zona lombară, înțepături și dureri la nivelul picioarelor, când merg sau când stau în picioare. Îmbătrânirea coloanei poate duce și la apariția spondilolistezei, ce se caracterizează prin deplasarea unei vertebre din aliniamentul celorlalte.

Alunecarea vertebrelor din poziția lor normală poate avea drept consecințe o serie de alte suferințe, prezentate alăturat:

Legendă: C – vertebră cervicală, T – vertebră toracică, L – vertebră lombară

C1 – cefalee, migrenă, nevroză, surmenaj, lapsus, insomnie, hipertensiune, oboseală cronică, amețelă
C2 – sinuzite, otite, alergii, surditate, leșin
C3 – nevralgii, boli ale tenului, eczeme, dureri de dinți
C4 – astm, tulburări auditive, polipi, rinoree (nas care curge)
C5 – inflamația corzilor vocale, răgușeală
C6 – torticolis (gât înțepenit), dureri ale brațelor, amigdalită, tuse convulsivă
C7 – boli ale tiroidei, inflamația glan-



delor salivare, răceală
T1 – dureri ale antebrățului și ale mâinilor, respirație greoaie
T2 – probleme cardiovasculare
T3 – afecțiuni respiratorii, bronșită, pleurezie, congestii
T4 – icter, probleme de colecist, zona zoster
T5 – probleme hepatice, hipertensiune, artrite
T6 – dureri de stomac, indigestii, dispepsii, arsuri
T7 – ulcer duodenal, gastrită
T8 – afecțiuni ale ficatului, herpes, probleme cu splina
T9 – alergii, laringită, urticarie

T10 – probleme renale, artrită, nefrite, pielite
T11 – eczeme, acnee, coșuri, furuncule
T12 – reumatism, sterilitate, convulsii
L1 – constipație, colită, dizenterie, diaree, hernie
L2 – crampe, varice, flebită
L3 – tulburări ale vezicii, tulburări ale menstruației, enurezis nocturn, impotență
L4 – lumbago, sciatică, dureri ale genunchiului, probleme cu prostata
L5 – glezne tumefiate, platfus, crampe ale gambelor
Coc.1 - dureri ale osului sacral, hemoroizi