

Източната медицина в мениджмънта на хроничната дискова болест

Eastern medicine in management of chronic disk disease

Я. Шивачев, Е. Станчева, П. Манчева

УС по рехабилитация и Университетски център по източна медицина на Медицински университет – Варна

Y. Shivachev, E. Stancheva, P. Mancheva

Rehabilitation training sector and University centre of East medicine at the Medical university of Varna

Резюме: Съвременното протичане на хроничната дискова болест я превръща в социалнозначимо заболяване и разширява разпространението ѝ със засягане и на по-младата възраст. Последниците за болния човек са свързани с физически и психологични нарушения, които ограничават работоспособността и водят до сериозни икономически загуби за обществото. Това състояние налага участието на мултидисциплинарен екип, прилагащ методите на неконвенционалната и конвенционалната медицина с индивидуален холистичен подход. Подобен мениджмънт дава възможност организмът да се разглежда като макросистема с цел по-добро лечебно въздействие върху пациенти с хронична дискова болест.

Целта на настоящата статия е да проучим мястото на неконвенционалните методи при пациенти с хронична дискова болест и възможностите за подобряване на тяхното цялостно физическо, психическо и социално здраве.

Задачите, които си поставяме, са:

1. Да приложим комплекс от нетрадиционни методи: акупунктура, меридианен масаж и рефлексотерапия на ходилата при пациент с хронична дискова болест
 2. Да изследваме ефективността на съчетанието на нетрадиционните методи с традиционния метод „лечебна гимнастика“
 3. Да обучим болния човек с хронична дискова болест в предпазване от бъдещи рецидиви
- Обект на изследването е хроничната дискова болест, а предмет – възможността за повишаване на ефективността на лечението чрез съчетаване на нетрадиционни с традиционни методи на лечение.

Резултатите от изследването показват, че неконвенционалните методи заемат важно място в комплексното лечение на хроничната дискова болест и са необходим фактор за повишаване ефективността на терапията при такива пациенти. Цялостната визия на Университетския център по източна медицина на Медицински университет „Проф. Д-р Параскев Стоянов“ е да разширява компетенциите на екипа от здравни професионалисти в нетрадиционни методи на лечение в помощ на лечението на хроничната болест.

Ключови думи: източна медицина, мениджмънт, хронична дискова болест

Abstract: The way in which chronic disc disease runs nowadays, is turning it into a socially significant disease, which starts to spread among younger people. The consequences are connected with physical and psychological disorders, which limit the working capacity and lead to serious economic loss for society. This state requires the participation of a multidisciplinary team, applying methods of unconventional and conventional medicine with an individual holistic approach. A similar management gives an opportunity to consider the body as a macro system in order to apply better healing to patients with chronic disk disease.

The aim of this article is to investigate the role of unconventional methods with patients having chronic disk disease and the opportunities to improve their whole physical, mental and social health.

Our tasks are:

1. To apply a complex of unconventional methods: acupuncture, meridian massage and reflexotherapy on feet with patients having chronic disk disease.
2. To investigate the efficiency of the combination between unconventional methods and the conventional method “healing gymnastics“.
3. To educate the patients with chronic disk disease how to prevent themselves from future recurrences.

The object of our research is chronic disk disease and the subject is the possibility to increase the efficiency of treatment through the combination of unconventional and conventional methods of healing.

The results of the research show that unconventional methods take an important part in the complex treatment of chronic disk disease and they are a necessary factor in increasing the efficiency of therapy with such patients. The whole perspective of the University centre of East medicine at the Medical university of Varna is to expand the competences of the professional health workers in the field of unconventional medicine in help of healing chronic disease.

Key words: eastern medicine, management, chronic disk disease

Въведение

Източната медицина е разбиране за здравето като пълен баланс на всички функции на организма и съвкупност от цялостно отношение към болния човек с приложение на неконвенционални методи. Основен акцент се поставя върху разума на тялото или така наречения „вътрешен лекар“, който осъществява истинското лекуване, а лечебните техники, общуването с лекаря, позитивна промяна на начина на живот (диета и режим) могат само да спомогнат оздравителния процес.

Много хронични заболявания, при които конвенционалната медицина е изчерпала своите възможности, могат да се излекуват с методите на източната медицина, а тези, които са нелечими – да се повлияят благоприятно. Нетрадиционните методи – рефлексотерапия, меридианен масаж, акупунктура и др., прилагани от източната медицина, в голямата си част са неинвазивни и се възприемат като незаменима част от цялостното (холистично) лечение [9].

Дегенеративните изменения на гръбначния стълб са честа патология както при активно спортуващи, при млади пациенти, но също така и при възрастни хора. Те най-често се локализируют в лумбо-сакралната (L5-S1) и шийната (C5-C6) области. Проучванията сочат, че началото на дегенеративните процеси започва във възрастовия диапазон 30 – 50 години с тенденция за подмладяване. Причини за това са порочният навик на телодържане при заемане на определени позиции и неправилното натоварване, довеждащи до мускулен дисбаланс и не на последно място генетична предиспозиция (фамилна обремененост). Източните методи добиват все по-голяма популярност и у нас, разкривайки широко поле от възможности за лечение на хроничната дискова болест.

Рефлексотерапията е източноазиатски лечебен метод, който се използва като диагностично и терапевтично средство. В областта на ходилото има множество точки, които кореспондират по

рефлекторен път с отделните системи и органи. Избират се определени зони (констелация от точки), които се обработват при определено състояние или заболяване. Ходилото представлява една умалена микросистема и според повечето автори рефлекторната връзка между стъпалото и отделните органи се осъществява по меридианен път [4].

Меридианният масаж е вид масаж, при който терапевтът се движи по определени канали, по които тече жизнената енергия. Тези канали са 14 на брой (6 двойни и 2 единични), всеки със собствен път и функция. По тях се разполагат т. нар. биологично активни точки, които разпределят жизнената енергия до съответните органи [12]. Чрез меридианния масаж се постигат следните ефекти:

- ◆ стимулиране на енергията по енергийните канали и засилване на мускулатурата;
- ◆ подобряване на циркулацията на кръвта и метаболизма;
- ◆ премахване на токсини;
- ◆ балансиране на вътрешните органи;
- ◆ възстановяване на функцията на сухожилията, костите и ставите;
- ◆ редуциране на болката;
- ◆ намаляване на сетивните смущения [11].

Цел, задачи, обект и предмет на изследването

Целта на настоящата статия е да проучим мястото на неконвенционалните методи при пациенти с хронична дискова болест и възможностите за подобряване на тяхното цялостно физическо, психическо и социално здраве.

Задачите, които си поставяме, са:

1. Да приложим комплекс от нетрадиционни методи: акупунктура, меридианен масаж и рефлексотерапия, на ходилата при пациент с хронична дискова болест.
2. Да изследваме ефективността на съчетанието на нетрадиционните методи с традиционния метод „лечебна гимнастика“.

3. Да обучим болния човек с хронична дискова болест в предпазване от бъдещи рецидиви. *Обект* на изследването е хроничната дискова болест, а *предмет* – възможността за повишаване на ефективността на лечението чрез съчетаване на нетрадиционни с традиционни методи на лечение.

Методи на изследването

Тестове за диагностика – пробата на Ласег, Краус Вебер, мануално мускулно тестване (ММТ), ъглометрия, визуално аналогова скала за болка (ВАС), тест за обща подвижност на Том Майер [1, 6, 7].

Резултати и обсъждане

Изследването на възможностите за повишаване на ефективността на лечението чрез съчетаване на нетрадиционни с традиционни методи на лечение показва много добри и бързи резултати при жена на 27 години, упражняваща професия, изискваща продължителна статична и принудителна поза, която постъпи за лечение в Университетския център по източна медицина на Медицински университет – Варна на 07.12.2015 г. При снемане на *анамнезата* пациентът съобщи следните оплаквания [3]:

- ♦ силно ограничени движения на шията и лумбалната част на гръбначния стълб във всички равнини на изследване;
- ♦ болка в дясна раменна и шийна област;
- ♦ сетивни нарушения на дисталните фаланги на дясната ръка и ирадираща болка в областта на бедрото и подбедрицата.

При *обективния преглед* се установи:

- ♦ визуална диагностика: порочна поза; леко увеличена поясна лордоза и лекостепенна шийна кифоза; проминираща дясна скапула; лявото рамо е по-високо разположено от дясното; дясна паравертебрална мускулатура с хипотрофия и изразен конкавитет, десен трапециус с видима хипотрофия, отпусната коремна мускулатура, скъсяване на ляв долен крайник с 2 см.
- ♦ тестовете за диагностика: положителен Ласег вдясно; при тестовете на Краус Вебер за коремна и гръбна мускулатура оценката е 0; ММТ на флексорите на шията – степен 2, ММТ на екстензорите на шията степен 2; ъглометрия на шиен отдел: S:45-0-30, F:

20-0-25, R: 50-0-40; ВАС за болка: оценка 7; цялостна флексия на гръбначен стълб и тазобедренни стави (ТБС) на Том Майер – положителен.

Въз основа на данните от анамнезата и обективния преглед преценихме, че най-вероятно се касае за дискова херния на широка основа с медианна и десностранна парамедианна локализация и прилежащи ръбови остеофити C5-S6. Десностранна парамедианна протрузия на диска – C4-C5; дискова херния на ниво ТН7-ТН8; лумбална дискова протрузия на L5-S1. Имайки предвид комплицираното състояние на пациента, липсата на траен ефект от използваните до момента конвенционални методи и предложената като неизбежна невро-хирургическа оперативна намеса, съставихме 10-дневен комплекс, съчетаващ нетрадиционни и традиционни методи:

1. Акупунктура [2, 5, 8];
2. Рефлексотерапия на ходилата [4];
3. Меридианен масаж на гръб и ръце [10].

Точките на ходилото, които селектирахме за мануална обработка, бяха: шиен, гръден и поясен отдел на гръбначния стълб, разположени по медиалната страна на ходилото. Освен тях включихме и точки, кореспондиращи на трапецовидния мускул, пикочен мехур, тънки черва, дебело черво. Меридианите, които сме стимулирали чрез меридианен масаж, са: заден срединен меридиан и меридиана на белия дроб.

Като допълнително средство включихме и лечебен комплекс от упражнения, за който обучихме пациент да изпълнява в домашни условия поне 2 пъти на ден по 15 – 20 минути – за цялото тяло с акцент върху подвижността на гръбначния стълб. Лечебната гимнастика бе съобразена и адаптирана в хода на лечебния комплекс съобразно субективните усещания на пациента и субективните и обективни данни от контролните прегледи.

Екипът на Университетския център по източна медицина на Медицински университет – Варна, който бе ангажиран с лечението, обучи пациента в промяна на начина на живот и профилактика на бъдещите усложнения при спазване на следните препоръки:

- ♦ позите, заемани на стола на работното място;

- ◆ правилно вертикализиране при ставане;
- ◆ избягване на рискови ситуации и обучение в ходене.

Резултати

Резултатите, които отчетохме в края на 10-дневния индивидуален комбиниран комплекс от нетрадиционни и традиционни методи, са следните:

1. Рефлексотерапията при пациента имаше силно изразен обезболяващ ефект – болката, отчетена по VAS, от оценка 7 се намали на 3, а обемът на движенията в шията се увеличи съответно на: S:60-0-50, F: 35-0-40, R: 65-0-60.
2. Трофичното и стимулиращо действие на меридианния масаж увеличи оценката при провеждане на ММТ за шийни флексори и екстензори от 2 на 4.
3. При палпация трапецовидният мускул и паравертебралната мускулатура са с нормален тонус.
4. При тестовете на Краус-Вебер за коремна и гръбна мускулатура оценката от 0 нарастна на 2.
5. Сетивните нарушения в горния и долния крайник се редуцираха и в края на курса на лечение изчезнаха.

Използвана литература:

1. Банков, С., В. Кръстева, Я. Въжаров. Мануално мускулно тестване с основи на кинезиологията и патокинезиологията. Изд. „Медицина и физкултура“, София, 1991.
2. Закон за здравето. Държавен вестник (официално издание на Народното събрание), ДВ бр. 70/10.08.2004, в сила от 01.01.2005/посл. изм. ДВ бр. 103/27.12.2016.
3. Информирано съгласие на пациента. Университетски център по източна медицина на Медицински университет „Проф. д-р Параскев Стоянов“, Варна.
4. Краев, Т. Лечебен масаж и постизометрична релаксация. Обща част, Изд. „Веридия“, София, 2006.
5. Наредба №7 от 1 март 2005 г. за изискванията към дейността на лицата, които упражняват неконвенционални методи за благоприятно въздействие върху индивидуалното здраве. Изд. Министерството на здравеопазването, Държавен вестник (официално издание на Народното събрание), ДВ бр. 22/15.03.2005/посл. изм. ДВ бр. 24/31.03. 2009.
6. Попов, Н. Функционално изследване и анализ в мускулно-скелетната физиотерапия. Изд. „НСА Прес“, София, 2012.
7. Слънчев, П., Л. Бонев, Ст. Банков. Ръководство по кинезитерапия. Изд. „Медицина и физкултура“, София, 1973.
8. Удостоверение №46/12.03.2015 за регистрация на лице, което упражнява неконвенционални методи за благоприятно въздействие върху индивидуалното здраве. РЗИ – Варна, 2015.
9. Шакола, В., Н. Димитров, н. Пировски, И. Матюгин. Грип, простуда и китайска медицина. Практическо ръководство, Изд. „Контраст“, Ст. Загора, 2010.
10. <http://balance-holistics.blogspot.bg/2009/07/meridian-massage.html>
11. <http://www.pingminghealth.com>
12. <https://zdravsijiv.alle.bg>

Заклучение

Мениджмънтът на хроничната дискова болест е индивидуален процес при всеки един пациент, изискващ холистичен подход в посока биологично, психологично и социално въздействие. Холистичният индивидуален подход при частния клиничен случай на болния човек с хронична дискова болест, при който бяха изчерпани възможностите на конвенционалната медицина, доведе до значително подобряване на цялостното здраве и връщането му на пазара на труда.

Необходимостта от увеличаване на арсенала от методи в ръцете на съвременния медицински специалист изисква непрекъснато учене през целия живот. Цялостната визия на Университетския център по източна медицина на Медицински университет „Проф. д-р Параскев Стоянов“ е да разширява компетенциите на екипа от здравни професионалисти в нетрадиционни методи на лечение в помощ на лечението на хроничната болест. Ефективността на съчетаването на методите – нетрадиционни с традиционни, при лечението на хроничните състояния стимулира екипа на Университетския център по източна медицина да разшири тяхното приложение при пациенти с подобни здравни проблеми, което е обект на бъдещи изследвания.

Адрес за кореспонденция:

Ас. Яни Шивачев

УС по рехабилитация и Университетски център по източна медицина,
Медицински университет „Проф. д-р Параскев Стоянов“ - Варна
гр. Варна, бул. „Цар Освободител“ 84
e-mail: qshivachev@abv.bg
