Грыжа межпозвоночных дисков

Межпозвоночные грыжы — пролапс (lat. prolapsus nuclei pulposi, discusprolaps) — это заболевание позвоночника, при котором части межпозвоночного диска зажимают каналы спинальных нервов или спинного мозга.

В противоположность протрузии межпозвоночных дисков (выпячивание), пролапс является заболеванием, при котором фиброзное кольцо, а также задняя продольная связка полностью разорваны.

Причинами является большей частью перегрузка и повреждения межпозвоночных дисков. Начало лечения осуществляется в виде уменьшения нагрузки и принятии болеутоляющих медикаментов.

В процессе лечения необходима и, соответственно, рациональна физиотерапия и осторожная спортивная деятельность для восстановления мышц. Срочная операция межпозвоночных дисков рекомендуется только при проявлении тяжелых нейрологических заболеваний (параличи, недержание стула и мочи, потеря чувствительности нижних конечностей).

Возникновение

Грыжа межпозвоночных дисков возникает в большинстве случаев из-за длительного повреждения межпозвоночного диска (discus intervertebralis), т.е. ткани его фиброзного кольца (anulus fibrosus). Так называемое пульпозное ядро (nucleus pulposus) межпозвоночного диска состоит из желеобразной ткани и может принимать функцию гидравлического шара при нагрузке. Вследствие этого достигается общая высокая подвижность позвоночника и его высокая стабильность.

Человеческий позвоночник состоит из 23 позвонков. Если вести счёт сверху вниз, то можно

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

установить, что между первым позвонком (лат. атлас) и вторым позвонком (лат. аксис) не имеется межпозвоночного диска. Вследствие этого достигается необходимая свобода движения головы при наклонах (атлас) и при поворотах (аксис). Кроме того, там проходят основные пучки нервов и сосуды головного кровоснабжения.

Имеются разные причины заболевания: генетическая предрасположенность, односторонняя нагрузка во время работы или в свободное время, или же слабо развитые мышцы (также недостаток паравертебральной, т.е. расположенной около позвоночника, мускулатуры). Повреждения, вызванные исключительно несчастными случаями или другими механическими воздействиями, до сих пор не являются доказанными как цепочка причины и следствия. Здоровая ткань межпозвоночных дисков если и вырывается из позвоночника, то тогда уже с частью прилежащей к ней костной ткани.

Грыжа межпозвоночного диска встречается также и во время беременности. Не следует забывать при этом о прямой походке и о силе тяжести. Встречается много пожилых людей старше 90 лет, которые за всю свою трудовую жизнь никогда не имели жалоб на боли в позвоночнике и, соответственно, на боли в межпозвоночных дисках. И напротив — есть дети, которые уже в раннем возрасте страдают заболеваниями грыжи межпозвоночных дисков. Возможные причины для стремительного роста случаев грыжи межпозвоночных дисков на сегодняшний день: недостаток движения и неправильная осанка, прежде всего у людей с сидячим видом работы. Нельзя категорично утверждать, что избыточный вес является фактором риска, так как у полных людей, из-за веса их живота, просматривается наличие тенденции искривления позвоночника вперёд, и, таким образом, предотвращение возникновения межпозвоночных грыж.

Средне-статистический возраст заболевания приходится на возрастную группу около 40 лет, у которых чаще всего повреждённые позвонки находятся в области поясницы. Случаи повреждения шейных позвонков значительно реже, и совсем редкими являются повреждения позвонков грудного отдела.

Профилактика

Из-за того, что так называемая повышенная слабость соединительных тканей является в

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

первую очередь наследственным заболеванием, проводить профилактику для предотвращения грыж межпозвоночных дисков можно лишь ограниченно: укреплением мышц и показанными при этом заболевании медикаментами (витамин С, экстракт зелёной ракушки (англ.: GREEN LIPPED MUSSEL EXTRACT), глюкозамин и т.д.). Также не всегда удаётся полностью избежать несчастных случаев. Таким образом, каждому рекомендуется постепенно наращивать мышцы гимнастическими упражнениями или заниматься бодибилдингом; также следует стараться избегать поднятия тяжестей. Существуют специальные техники подъёма груза, которые не так сильно действуют на позвоночник, но- опять-таки — не в каждой профессии это возможно – например, при уходе за больными. Бодибилдинг и фитнес могут стать проблемой в том смысле, что не в каждом спортивном комплексе имеется квалифицированный по этим вопросам персонал, вследствие чего их советы принесут мало пользы.

Достойны упоминания также и «ортопедические виды спорта“: плавание, танцы, бег (или Nordic walking), верховая езда и езда на велосипеде. После заболевания, однако, придётся распрощаться с определёнными видами спорта, как, например, верховая езда или бег по цементированному или асфальтированному дорожному покрытию, равно как и от велосипедных гонок — из-за постоянно согнутого положения корпуса.

Симптомы

Симптомы грыжи межпозвоночного диска — это сильные, часто простреливающие в нижние конечности иррадиирующие боли (ишиалгия), онемение, а также параличи в нижних конечностях с отказом рефлексов.

Диагностика

Грыжа межпозвоночных дисков может появиться без явных симптомов и может быть вовсе не сразу обнаружена. Если провести обследование людей, у которых никогда не было существенных жалоб на позвоночник, используя магнитно-резонансную томографию- МРТ или КТ -исследования (компьютерная томография), то у 25-28% этих «здоровых» людей находят случаи повреждения межпозвоночных дисков. В конечном итоге, нужно остерегаться

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

рассматривать простое раздражение седалищного нерва как повреждение межпозвоночных дисков и считать это источником всех бед и болезней, настаивая на оперативном вмешательстве.

Самыми частыми симптомами являются сильные боли (как в области спины, так и простреливающие в нижние конечности), иногда также нарушения чувствительности (парестезии) и / или параличи. Последние часто выражаются при поражении диска поясничного позвонка чувством онемения в ногах и голенях и неуверенностью походки. Часто затронута мускулатура, отвечающая за поднятие ноги, пальцев ног или внешней части ног. Боль (слегка) отпускает, если вернуться в положение, не напрягающее спину. Ослабевающие боли при прогрессирующем параличе — это плохой знак; это означает, что сенсорные нервные волокна уже разрушены и за ними вслед разрушаются крепкие, моторные волокна. Установить диагноз может нейрохирург, ортопед или невролог. Часто диагноз поддерживается различного вида рентгеновскими исследованиями. Быстрое лечение может минимизировать вредные последствия (например, ослабление со временем мышц ног), поэтому посещение врача необходимо в любом случае.

Терапия

Как консервативное лечение (физиотерапия -мануальные методы — приборы на растяжку), так и реже встречающееся устранение давящих на нервные корешки частей межпозвоночных дисков посредством операции, могут привести к хорошему результату в плане разгрузки нервных корешков. Также сюда относятся так называемые минимально-инвазивные вмешательства и микрохирургические процессы, получившие в этой связи название „нуклеопластика“. Ещё реже проводится закрепление промежуточных позвонков материалами из металла (спондилодез). Требуется ли оперативное вмешательство в каждом отдельном случае, остаётся спорным: по имеющимся оценкам более 80% операций межпозвоночных дисков являются излишними и операции при этом можно было бы избежать. В общих чертах, рациональным является „чётко обоснованное обследование“.

Тяжелые нейрологические повреждения, подтверждённые электромиографическими исследованиями параличи, т.н. синдром «лошадиного хвоста“ являются показаниями к по возможности более быстрой операции межпозвоночных дисков, называемой также

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

„нуклеотомией“. Обезболивающее лечение при оперативном вмешательстве большей частью разочаровывает, не давая нужного результата.

Только лишь в Германии ежегодно проводятся примерно 30.000 операций на межпозвоночных дисках. Операция на межпозвоночных дисках является также во всём мире самым частым нейро-хирургическим вмешательством. Тем не менее, не имеется существенных различий между результатами лечения путём оперативного вмешательства и консервативного (неоперативного) метода лечения, как, например, акупунктура (иглоукалывание), медикаменты или физиотерапия. Это – результат самого большого клинического исследования на 1.244 пациентах с проблемами межпозвоночных дисков во всём мире (Spine Patient Outcome Research (SPORT)). Однако, в определённых конкретных случаях, по-прежнему имеются принудительно-необходимые причины для операции.

Как правило, необходимо всегда обозначать причины грыж межпозвоночных дисков: неправильная осанка, перегрузки, слабая мускулатура туловища (в данном случае речь идёт о «мышечном корсете») и т. д. Многие больницы и некоторые частные клиники предлагают так называемые школы для укрепления спины, чтобы свести к минимуму нагрузку на позвоночник в повседневной жизни (правильное поднятие тяжестей, позиции для уменьшения нагрузок, усиление мышечной массы).

Вот некоторые из многих терапевтических и диагностических методов лечения: т.н. техника Александра, Хатха-Йога или концепция МакКензи.

Акупунктурное лечение часто показывает хорошие результаты .

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH