

Νέα θεραπευτική προσέγγιση για τον χρόνιο πόνο στη μέση αφορά τα ισχία

[iatronet.gr/article/121760/nea-therapeytikh-proseggish-gia-ton-hronio-pono-sth-mesh-afora-ta-ishia](https://www.iatronet.gr/article/121760/nea-therapeytikh-proseggish-gia-ton-hronio-pono-sth-mesh-afora-ta-ishia)

Εύη Ψωμιάδου

4 Ιανουαρίου 2024

Πέμπτη, 04 Ιανουαρίου 2024, 09:00

Τροποποίηση: 04/01/2024, 09:00

Εύη Ψωμιάδου

Υπεύθυνη Ύλης

Για όσους πάσχουν από χρόνιο πόνο στη μέση, σύντομα μπορεί να φανεί ελπίδα στον ορίζοντα και η απάντηση μπορεί να βρίσκεται στα ισχία.

Επαγγελματίες υγείας έκαναν σημαντική πρόοδο στην κατανόηση και αντιμετώπιση του χρόνιου πόνου στη μέση, σε ασθενείς 60 ετών και άνω, εστιάζοντας σε θεραπεία με βάση τα ισχία.

Η μελέτη, γνωστή ως Manual Therapy and Strengthening the Hip (MASH) Trial, έγινε από τα University of Delaware, Duke University και University of Pittsburgh και αποτελεί ορόσημο στις κλινικές δοκιμές.

Πιθανόν είναι η πρώτη που δοκιμάζεται παρέμβαση με φυσικοθεραπεία προορισμένη για ηλικιωμένους με χρόνιο πόνο στη μέση, που επίσης πάσχουν από πόνο στα ισχία και μυϊκή αδυναμία.

Η έρευνα έγινε σε 184 συμμετέχοντες μεταξύ 2019-2022

Χωρίστηκαν τυχαία σε θεραπεία με εστίαση στα ισχία ή με εστίαση στη σπονδυλική στήλη, για 8 εβδομάδες.

Οι θεραπείες αξιολογήθηκαν με βάση την ανικανότητα που συνδεόταν με τον πόνο, την επίδοση στο βάδισμα και την ικανότητα να σηκωθεί κάποιος από καθιστή θέση.

Τα ευρήματα αποκάλυψαν ότι θεραπεία που εστιάζει στα ισχία οδήγησε σε πιο γρήγορη μείωση της ανικανότητας λόγω πόνου στη μέση, αμέσως μετά την παρέμβαση.

Όμως, στους 6 μήνες και οι 2 ομάδες είχαν παρόμοια βελτίωση.

Αναλύσεις έδειξαν ότι η θεραπεία επίσης οδήγησε σε μεγαλύτερη βελτίωση στην αντοχή κατά τη βάρδια και στην επίδοση έγερσης από την καρέκλα.

Ο ερευνητής δήλωσε ότι είναι αρκετά σαφές ότι αν κάποιος θεωρεί ότι όλοι οι πόνοι στη μέση είναι ίδιοι, κάνει λάθος.

Αν μπορούν να εντοπιστούν υποομάδες ασθενών με πόνο στη μέση και παρόμοια χαρακτηριστικά τότε μπορεί να αναπτύξει ταιριαστές αγωγές που ελπίζεται ότι θα οδηγήσουν σε καλύτερο αποτέλεσμα.

Η μελέτη ανοίγει τον δρόμο για ιατρική ακριβείας και αποκατάσταση, προσφέροντας ελπίδα για πιο αποτελεσματικές στρατηγικές αγωγής για τους ηλικιωμένους.

Ο Hicks, είναι αποφασισμένος να βελτιώσει περαιτέρω αυτές τις παρεμβάσεις και να τις επεκτείνει σε άλλες εντοπισμένες υποομάδες.

Η έρευνα δημοσιεύτηκε στο The Lancet Rheumatology.

Πηγές:

The Lancet Rheumatology.

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Κορωνοϊός: Αναμένεται ανακοίνωση από τον ΕΟΔΥ για το άνοιγμα των σχολείων

Καταγραφή της συμπτωματολογίας της COVID-19, καθώς η υποπαραλλαγή JN.1 συνεχίζει να εξαπλώνεται

Ανακαλούνται φιλετίνια κοτόπουλου λόγω σαλμονέλας