

Острая боль в спине

Неврология: врач невролог А.А.Пономаренко
06.09.2013 20:00



Острая боль в спине, отдающая в ногу. Или 2 чудесных круга.

Это наиболее частый повод, по которому люди обращаются за помощью к врачу. Если боль сковывающая, тупая и уменьшается после того, когда немного расходишься, или облегчается после приёма обезболивающих, то обычно люди терпят. Повседневные заботы и дела, если *боль терпимая*, и днем, например, не беспокоит, отвлекают и не дают времени обратиться к врачу. Да и что скажет врач вам в принципе известно, если уже приходилось обращаться. Не хочу и вспоминать о государственных, муниципальных поликлиниках с их регистратурой, талонами и очередями. Но даже в частных недешевых медицинских центрах есть известный, стандартный «джентльменский набор» рекомендаций. Который я называю «Большим кругом».

Что значит «Большой круг»? Это полный набор последовательных обследований, лечебных процедур, назначений, и рекомендаций, который должен решить вашу проблему. Обычно он выглядит так.

Компьютерная томография поясничного отдела позвоночника. 1500-2000 р.
Препараты и процедуры:

А. Миорелаксанты (для расслабления мышц) Мидокалм по 1 уколу 2 раза в день 3-4 дня, затем в таблетках по 1т. 2-3 в день 10 дней. 550руб.

Б. Нестероидные противовоспалительные (обезболивающие) Кетонал, или Диклофенак, или Мовалис по 1-3 укола в день, после стихания острой боли приём в

Острая боль в спине

Неврология: врач невролог А.А.Пономаренко
06.09.2013 20:00

таблетках, по 1 т. 1-3 раза в день после еды по мере надобности. 200 руб.

В. Витамины группы Б. Мильгамма по 2 мл 1 укол в день 5 – 10 дней. 400 руб.

Г. Хондропротекторы (должны защищать и способствовать росту хрящей) Алфлутоп по 1 ампуле в день 20 дней. 1600 руб.

Д. Мази самые разные с пчелиным, змеиным ядом, пиявками, золотым усом, перцем, мёдом, жабым камнем, и.т.д. Втирать в больное место 2 – 3 раза в день, пока болит. 200 – 600 руб.

Е. Ортопедический корсет, можно с собачьей шерстью. При острой боли носить постоянно, затем при физических нагрузках. 1500- 4500руб.

Ж. Антиконвульсанты и антидепрессанты (для стабилизации работы нервной системы) обычно назначаются внимательными и старательными врачами. Депакин или Карбамазепин и Амитриптилин, по схеме по 1-2 т. В день 1 месяц. 40 -500 руб.

З. Физиопроцедуры. Диадинамические токи, Электрофорез с лидокаином и аппликациями димексида. по 1 процедуре 10 дней. 2000-5000 руб.

И. Массаж, мануальная терапия. Не в фазе обострения, а после стихания острой боли. 10 – 15 ежедневных процедур. 5000-8000 руб

К, Капельницы с глюкозой, витаминами, магнием, церебролизином. 5-10 капельниц. 3000-10000 руб.

3. Рекомендации.

1. Не поднимать тяжестей.
2. Беречь спину от холода, чтобы «не застудить».
3. Лечебная гимнастика, «укрепление мышечного корсета».
4. Курсы массажа 3 -4 раза в год

После прохождения такого полного курса, который в среднем обойдётся вам в 12 -16 тысяч, а то и все 28 тысяч рублей, боль у вас может остаться. Конечно боль не такая острая, как прежде, но всё - таки она есть. По поводу этой остаточной боли, вы услышите, что это остеохондроз и от него никуда не денешься, и что раз в год нужно подлечиваться.

Почему я называю это «Большим кругом»? А потому, что есть ещё и «Малый круг».

Кругами я их называю, потому, что пройдя по любому из них, пациент попадает в то место, откуда он свой путь начал, в общем, остаётся при своей боли. То есть эффект от их прохождения для самого пациента в отношении здоровья почти нулевой. А вот в отношении затрат времени и средств эти круги отличаются очень значительно. С «большим кругом» всё понятно, это от нескольких дней до месяца по времени, и от 5 -16 тысяч, до 20-28 тысяч рублей, в зависимости от цены препаратов и процедур.

А что содержит «Малый круг»? Он значительно экономней в отношении потраченного времени и средств. Он быстро начинается и быстро заканчивается.

Вы приходите в районную поликлинику, берёте талон, высиживаете очередь и заходите к невропатологу. Бабушка «божий одуванчик», старательная девочка, или «дядька» неопределённых лет, даёт направление на рентген, быстро пишет на листке **Диклофен ак** по 1 таблетке 2-3 раза в день, после еды, местно какуюнибудь мазь, и если вы активно просите, то назначит уколы

Мидокалма

штук пять. Затем говорит прийти с результатами рентгена и, посмотрев на них, покачает головой, скажет печально (или злорадно) «

ОСТЕОХОНДРОЗ

!» и, узнав, что вам от укола на несколько часов легче, отправит восвояси. А старательный врач ещё и даст вам листочек, на котором нарисовано и написано, как надо правильно делать зарядку, что бы не болеть.

Хотя, если вы уже были у этого доктора, то «малый круг» может быть очень коротким, и вы просто ещё раз услышите «А что вы хотите в вашем возрасте?», и если бы в поликлинике можно было бы давать пинка, то вы бы его и получили сразу после этой фразы.

Таким образом, при прохождении «Большого круга» вас сначала лишают денег, а уже потом посылают подальше. «Малый круг» лечения в этом отношении более выгоден, он почти не требует времени и средств для его прохождения, вас просто, куда подальше посылают сразу! Плохо просто, когда об этих чудесных «кругах лечения» узнаёшь из своего опыта, а не от другого опытного человека.

Малый круг сужать в принципе некуда, а вот большой может расширяться почти до бесконечности за счёт включения в него стволовых клеток, принятия солнечных ванн на мёртвом море или имплантации в позвоночник хрящей новорожденной Панды. Но суть свою он сохраняет, сколько бы он не расширялся, вы всё равно останетесь при своём «остеохондрозе».

Острая боль в спине

Неврология: врач невролог А.А.Пономаренко
06.09.2013 20:00

Если бы вся медицинская помощь ограничивалась этими «чудесными кругами», то было бы очень печально, но к счастью им есть альтернатива.

Существование этих «кругов», которые практически неотличимы от реальной медицинской помощи, объясняется не простой логикой медицинского бизнеса, которая требует увеличения поступлений. По отношению к «большому кругу» это конечно справедливо, но существование ещё и «малого круга» и указывает нам на истинную причину проблемы. Истинная причина того, что мы даже за деньги не можем получить эффективной медицинской помощи, состоит в том, что современная общепризнанная медицинская теория возникновения болезней неверна. Поэтому все попытки лечения, основанные на ошибочных гипотезах, оканчиваются ничем.

По детски искреннее и чистое убеждение большинства врачей и учёных от медицины, что возникновение болезней неизбежно и обеспечивается в основном нашим генетическим кодом и плохой экологией и есть главная движущая сила «Большого круга». Иными словами медицина не знает главной причины ведущей к возникновению болезней, в том числе и причины, боли в спине. Конечно, десяток-другой факторов способствующих возникновению заболевания вам любой студент медик назовёт, но это не сама причина. Истинная причина это такой фактор, изменив который мы получаем результат в виде выздоровевшего человека. Вся абсурдность ситуации состоит в том, что общепринятой теории не хватает всего двух шагов, которые отделяют её от успеха.

Шаг первый. Признать ещё раз верность теории нервизма, суть которой состоит в том, что всеми процессами в нашем организме руководит **головной мозг**. Правда, ведь неувидительный факт? Просто из него сам собой напрашивается вывод о том, что любые болезни имеют своей причиной **нарушения в работе мозга**

.

Шаг второй. Научиться оказывать такое воздействие на мозг, которое заставит его работать так, чтобы не возникало болезненных симптомов.

«Ничего себе!», скажет прочитавший эти строки, это сколько же ещё ждать нужно пока всё это придумают! Я сейчас не буду касаться других заболеваний, потому, что об этом очень подробно сказано на других страницах сайта. А относительно **болеи в**

позвоночнике

вызванной напряжением мышц, которые смещают со своих мест позвонки и межпозвоночные диски, вызывая

грыжи

, я хочу сказать, что вопрос давно решен. Просто он не принят пока на нашем медицинском олимпе к обсуждению и внедрению в повседневную практику во всех

лечебных учреждениях. Мышцы тела управляются из очень небольших областей мозга расположенных ближе ко лбу. Там находятся миллионы нервных клеток, при помощи которых мы и управляем мышцами. В коре мозга, из клеток, как из плиток мозаики выложен человек с руками, ногами, телом и головой. Этот мозаичный человек даже имеет название «гомункулус». Пропорции его не соответствуют пропорциям нашего тела, потому, что чем более точные движения выполняет часть тела, тем больше клеток на это выделено в головном мозге. Все клетки «

гомункулуса

» связаны с другими отделами мозга, которые обеспечивают работу внутренних органов. Для эффективной работы всех систем они объединены в единое целое образованиями мозга, которые отвечают за эмоции. Если мы спокойны, то всё в теле работает тоже спокойно, как автомобиль на холостом ходу. Если нам реально что то угрожает, например, внезапно нас кусает пчела, то все системы мгновенно приходят в повышенную боеготовность. Такое же состояние возникает, если даже мы подумаем, о чёмнибудь неприятном. Если мы просто подумаем, о какойнибудь ужасной ситуации, то можем заметить, что наши мышцы напряглись.

Наши вечные **проблемы с позвоночником**, возникают потому, что клетки мозга, управляющие мышцами спины, настолько тесно связаны с «эмоциональными» отделами, реагирующими автоматически, что мы не можем своим сознательным желанием заставить их работать сильнее или слабее. На руках и ногах нашей воле подчинены почти все мышцы, а на спине около 30% мышц нас не слушаются. Это хорошо, потому, что нам не нужно думать об оптимальном положении позвонков друг к другу, и при опасности, мы как ёжик автоматически сворачиваемся клубком. Слишком сильная отрицательная эмоция, или череда мелких неприятностей может приводить к тому, что клетки контролирующие мышцы спины остаются постоянно в состоянии повышенного возбуждения. В результате мышцы спины остаются сжатыми, что ведёт к ущемлению нервов, **смещению позвонков и дисков** со своих мест, и боли вызванной этим. Нарушаются не только движения, но и нормальный солевой обмен. Там где надо соли не откладываются, а где не требуется, вырастают костные шипики, которые травмируют мышцы и нервы. Этот процесс называется остеохондроз, когда на месте мягких амортизаторов – хрящей образуются кости. В зависимости от того, какие мышцы напрягаются, позвоночник изгибается тем или иным образом.

Изгиб позвоночника

вперёд называют

лордозом

, изгиб назад

кифозом

, а изгиб в стороны

сколиозом

. Так, что горбатым стать можно не только упав, откуданибудь, но и испытав много горя, или просто имея злые мысли. Наверное, это и послужило материалом для наблюдательных сказочников, когда злых колдунов они изображали горбатыми.

Если волевым усилием мы не в состоянии расслабить эти мышцы, то, как избавиться от

этой проблемы? Давно замечено, что если постегать больную спину крапивой, горячим веником, «покусать» пчёлами, утыкать иглами, или просто больно подавить пальцами, то мышцы расслабятся и боль уменьшится. Это связано с тем, что боль, это сильные электрические импульсы, которые поступая в мозг, *снижают активность перевозбуждённых клеток* . То есть, чтобы

убрать причину боли

, нужно в самый напряжённый участок мышцы нанести короткую сильную боль, которая переключит мозговые клетки с «повышенных оборотов», на «пониженные». А поскольку все ущемления происходят на спине, плечах и верхней части ягодиц, то где бы ни болело, в колене, локте, или пальцах, всё равно больно делаем только в **местах ущемлений**

.

Я не пользуюсь экзотическими народными средствами, а просто беру шприц, набираю в него, вместо болезненного пчелиного яда какойнибудь болезненный препарат, например витамины, или магнезию, или сильно разведённый анальгин. Затем в отмеченные йодом места наибольшей болезненности я ввожу этот раствор. От анальгина боль в месте укола длится не более минуты, а я научился делать уколы со скоростью один укол в секунду. Поэтому вся неприятная часть **процедуры** занимает не более минуты, если уколов даже будет несколько десятков.

Вот и всё. Получив такую минутную встряску, мозг начинает «работу над ошибками», которая продолжается около 3-4 недель. Всё, что стрессы натворили в мозге, начинает, как бы развиваться в обратном направлении. Конечно, даже при правильно проведённой процедуре, за один раз не всегда удаётся достигнуть успеха. Но всё же в отличие от неэффективных методов, которые входят в арсенал «Большого круга», эффективность одной процедуры при **острой боли в спине** составляет около 70%. Иными словами, из 10 человек, которым такая процедура была проведена, 7 человек выздоравливают полностью примерно через 10-15 дней. А это для одной короткой процедуры очень неплохо. Бывает, люди годами после этого чувствуют себя хорошо, пока опять не накопят себе неприятностей в голове.

Да, прежде чем посмотреть видео с отзывами тех, кто **лечился таким способом** , я хочу напомнить ещё раз, что внутренние органы очень тесно связаны с мышцами и, наладив нормальную работу мышц, мы неизбежно благотворно повлияем на работу внутренних органов. А насчёт видео сами делайте выводы. Следы на спине первого пациента, это след от баночного массажа, который я ему сделал после уколов, чтобы усилить эффект. Этого можно было бы и не делать, но он попросил.