



### **Сложно, страшно, навсегда или операция, либо просто, безвредно и без операции?**

*«У меня сильно болят шея и поясница, и уже давно. Послали на МРТ, а там у меня обнаружили протрузии и несколько грыж в шейном и поясничном отделах. Ходил на массаж, электрофорез, на мануалку, к деду-костоправу ездил, кучу таблеток перепил, капельницы и уколы делал, а боль не прошла. Да, забыл, у меня там ещё гемангиомы нашли. Предлагают операцию. Что делать?»* Эту фразу можно распечатать на небольших листочках и раздавать их всем, кто обращается к неврологу по поводу боли в спине и шее, чтобы сэкономить время обращающегося. Достаточно просто зайти в кабинет и положить этот листок на стол врача, чтобы сразу испортить настроение и себе, и ему, не раскрывая рта. А, в самом деле, что ещё остаётся, если уже «всё» пройдено и испробовано? Вывод напрашивается, как бы сам собой. Ну, конечно же, операция, ведь это же ГРЫЖА! **А, что такое грыжа и как её нужно лечить?**

Студенты старших курсов, врачи, продвинутые пользователи интернета, журналов, газет и телевизионных программ о медицине могут рассказать модную сегодня версию **о причинах возникновения межпозвонковых грыж**

. Вкратце она сводится к нескольким утверждениям, которые, на первый взгляд, абсолютно бесспорны, потому, что очевидны. Но, с другой стороны, они также абсолютно бездоказательны, на истинную причину возникновения грыж и боли никак не указывают, поэтому все способы лечения этого заболевания оказываются либо неэффективными, либо и вовсе опасными.

В этой статье я хочу рассказать об альтернативной теории причины возникновения

## Межпозвонковая грыжа. Что это?

Неврология: врач невролог А.А.Пономаренко  
14.02.2017 21:00

---

межпозвоночных грыж, обоснованность которой подтверждается тем, что опирающийся на неё метод их лечения даёт неизменно положительный результат. Но сначала я хочу всё же упомянуть о том, что сейчас у всех на слуху, и о том, как и чем сейчас принято лечить межпозвонковые грыжи.

Считается, что к протрузиям и грыжам, то есть **выпячиваниям межпозвонковых дисков** ведёт прямохождение, из-за чего нижние отделы позвоночника испытывают чрезмерную нагрузку, а межпозвонковые диски её не выдерживают, начинают сдавливаться и смещаться со своих мест, выходя за пределы позвонков. Это называется **«протрузия»**

. Если при этом оболочка диска надрывается, то это носит название **«грыжа межпозвонкового диска»**

. Как видите разница небольшая. К нарушению прочности и эластичности межпозвонкового диска кроме высокого давления верхней половины тела ведёт ещё и нарушение обмена веществ, связанное с традиционным набором виноватых во всех наших бедах факторов, таких, как «экология, плохое питание, малоподвижный образ жизни, слабый мышечный каркас, избыточный вес, наследственные причины, травмы, переохлаждения» и ещё много всяких напастей, после перечисления которых хочется сказать:

*«Ну всё, болезнь мне обеспечена!»*

.

Диски, выдавленные со своих мест, сдавливают нервные корешки спинного мозга и боль якобы распространяется по ходу корешка. Вот примерно так сейчас принято объяснять возникновение боли в спине и причины, вызывающие возникновение протрузий и грыж. Соответственно, все методы и способы лечения направлены на устранение причин и симптомов этих состояний. Формально всё очень логично, кто станет отрицать всерьёз, что названные выше факторы в нашей жизни не присутствуют? Конечно, все согласятся, что мы ходим на двух ногах, мало двигаемся, много едим, спортом не занимаемся, имеем вредные привычки, и родители наши, и их родители боли в спине периодически испытывали. В общем, судьба у нас болеть. И вообще сам собой напрашивается вывод о том, что неэффективность всех сегодняшних видов лечения обусловлена невозможностью устранить причины, ведущие к возникновению межпозвонковых грыж. После применения всех известных видов лечения, которые не привели к ожидаемому успеху, сам собой напрашивается вывод о том, что раз уж мы созданы такими несовершенными (так и тянет сказать «недоделанными»), значит, нужно обратиться к нейрохирургу, который возьмёт опытной рукой свой острый скальпель и вырежет у нас «лишний» кусочек хряща из позвоночника. Было бы прекрасно, если бы после этого прооперированный человек, как Зайчик из сказки «Айболит», «опять побежал по дорожке». Да, это было бы очень хорошо, если бы было устранено не следствие, а причина межпозвонковой грыжи, от того, что сама грыжа не является непосредственной

## Межпозвонковая грыжа. Что это?

Неврология: врач невролог А.А.Пономаренко  
14.02.2017 21:00

---

причиной боли, потому что боль в спине может быть и без грыжи, а грыжа может быть без боли. Поэтому оперативное лечение, не устраняющее причину грыж и протрузий, не даёт гарантии их рецидива в том же диске либо в других дисках поясничного отдела позвоночника, которых кстати целых пять. Я ещё не коснулся причин, ведущих к возникновению грыж в шейном отделе позвоночника. Если согласиться с тем, что прямохождение ведёт к избыточной нагрузке на позвоночник, то тогда применительно к шейному отделу можно сделать вывод о том, что у нас слишком тяжёлая голова, раз уж грыжи в шее всё же возникают. Да, толи эволюция наша ещё не закончилась, толи гуманоиды, которые нас конструировали, делали это в конце Новогодних праздников и без Алкозельтцера.

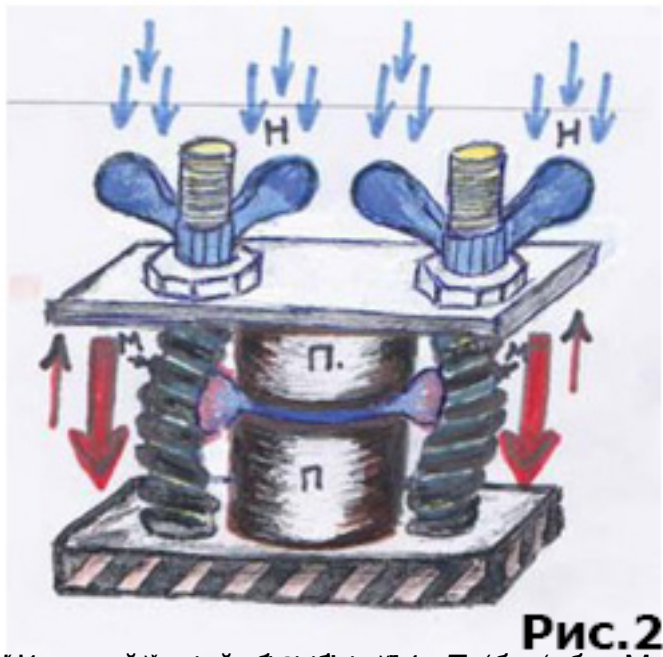
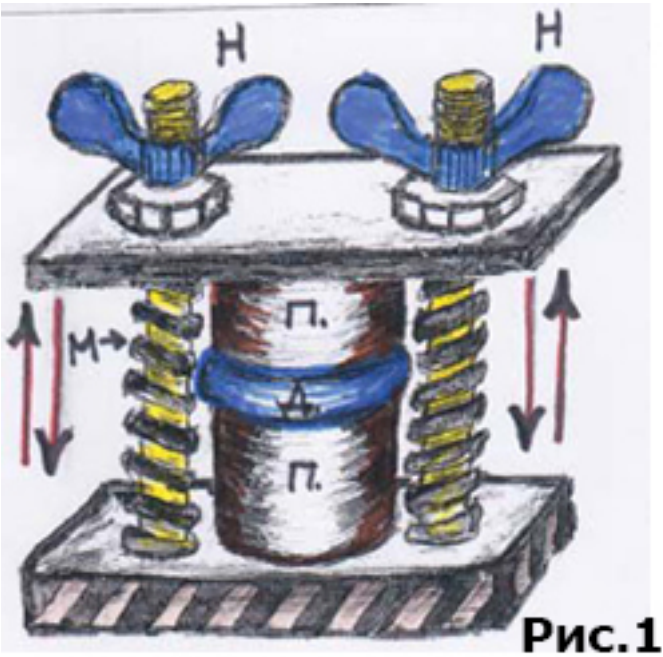
Именно потому, что ни прямохождение, ни воспаление, ни «усыхание хряща и отложение солей», ни ещё куча всяких факторов являются лишь следствиями, а не причиной боли в спине и грыж, не даёт результата применяемое сегодня лечение.

Если вы ещё читаете эту статью, то, вероятно, уже устали слушать известные вам факты и желаете узнать об альтернативе, о которой я хочу рассказать. Знаете, когда я сегодня решил ещё раз написать о таком чрезвычайно распространённом страдании, как боль в спине, то больше часа думал, а потом, рисовал простую картинку изображающую амортизатор. Я, конечно, напишу в этой статье о физиологии и анатомии, но для начала решил нарисовать именно амортизатор, причём самый простой, и два его состояния, чтобы, глядя на эти картинки, можно было любому человеку сделать собственный вывод (даже собственное открытие) о том, что необходимо сделать, чтобы избавиться от межпозвоночной грыжи. А поскольку я решил постоянно на страницах газеты (см. следующий номер в четверг) рассказывать о занимающих многих вопросах здоровья с точки зрения теории «**Восстановления Активности Нервных Центров**» (**The Restoration Of Activity Of Nerve Centers**) **RANC**, то я не буду в отдельной статье касаться всех возможностей и закономерностей этого метода лечения. В этой статье только о грыжах.

Я специально решил не искать в интернете готовые картинки, которые бы наглядно проиллюстрировали механизм возникновения грыжи диска, а нарисовал это сам, чтобы сделать акцент на чрезвычайной простоте. Ведь самые сложные понятия упрощаются при помощи простых и наглядных моделей. А теперь просто посмотрите на эти две картинки.

# Межпозвоночная грыжа. Что это?

Неврология: врач невролог А.А.Пономаренко  
14.02.2017 21:00



~~Копировать текст в формате PDF (600x600 мм) можно только в предварительной версии. Оригиналы статей публикуется на сайте в формате PDF.~~