

Улога на мануелната терапија во рехабилитација на лумбален синдром - Постер презентација

*Тоше Крстев, Михаил Шишкоски, Ленче Николовска, Тамара Страторска, Моника
Колевска,*

Апстракт: Лумбосакралниот дел од 'рбетот и долните екстремитети генерално се гледаат како два изолирани региони, сепак, постојат многу автори кои гледаат на нив како функционално поврзани. Лумбалениот дел од 'рбетот е врската помеѓу долните екстремитети и трупот и игра значајна улога во трансферот на сили низ телото преку кинематичкиот синџир.

Пршлените во лумбалниот дел од 'рбетниот столб се со зголемена површина и најподвижни, исто така и оптеретувањето на нив е најголемо. Како резултат на тоа и најчестите болки и проблеми кои што се поврзани со 'рбетниот столб се наоѓаат во лумбалната регија. Предмет на оваа студија се 39 индивидуи (24 мажи и 15 жени) со симптоми на болка и функционална блокада во лумбосакралната област. Добиените резултати од спроведената мануелна терапија укажуваат дека нашата предложена метода на лекување помага за деблокирање на пршлените во лумбосакралната област, совладување на балансот помеѓу статичната и динамичната мускулатура, како и за симетричноста во оптеретувањето на долните екстремитети, за нормализирање на одењето и стоењето, за надминување на спонтаната болка и болката која е провоцирана во тригер точките во лумбосакралната мускулатура.

Клучни зборови : болка, кинезитерапија, хипертонус, блокада, мобилизација

Цел на истажувањето: Целта на специјалистичкиот труд е да ги проучиме методите и ефектите на мануелната терапија кај пациенти со хронична болка во лумбалниот дел.

The role of the manual therapy in rehabilitating the lumbar syndrome – Poster presentation

*Toshe Krstev, Mihail Shishkoski, Lenche Nikolovska, Tamara Stratorska, Monika
Kolevska,*

Abstract: Lumbosacral back and lower limbs are generally seen as two isolated regions, however, there are many authors who believe that these two regions are functionally related. The lumbar spine is the link between the lower extremities and the body, plays significant role in the transfer of forces through the body via the kinematic chain. On the other hand, the lumbar spine serves to place the caudae equinae as an ending part of the spinal cord from which nerves emerge that innervate lumbar region and lower limbs. As a result, the most common pains and problems related to the spinal column are in the lumbar region. Improper posture, increased static load, and muscle hypertonus and functional blockages cause restriction of movement in the lumbar region that are associated with pain that can irritate hips and along the lower limbs.

The subject of this study are 39 individuals (24 men and 15 women) who have been with symptoms of pain and functional blockade in lumbosacral area. The obtained results of the manual therapy indicate that our suggested method of treatment helps to unblock the vertebrae in the lumbosacral area, mastering the balance between static and dynamic muscles as well as the symmetric of the burden of lower limbs, for normalizing walking and standing for healing spontaneous pain and pain that is provoked in trigger points of the lumbosacral muscles.

Keywords: pain, Kinesiotherapy, hypertonus, blockade, mobilization

Purpose of the research: The purpose of this specialist paper is to study the methods and effects of the manual therapy in patients with chronic pain in the lumbar region.