

# Manual Therapy

(Ορθοπαιδική Θεραπεία με Χειρισμούς / Χειροπρακτική)



## Πως γίνεται η θεραπεία

Η βασική θεραπεία αποτελείται από ακριβείς ανατάξεις (**manipulation**) ή πιο ήπιες τεχνικές κινητοποίησης (**mobilization**) της σπονδυλικής στήλης και των περιφερικών αρθρώσεων. Αυτοί οι χειρισμοί επαναφέρουν τους σπονδύλους και αρθρώσεις στην κανονική τους θέση και κίνηση αποκαθιστώντας την φυσιολογική λειτουργία τους. Επίσης με τους χειρισμούς της σπονδυλικής στήλης είναι δυνατή η αποσυμπίεση των νωτιαίων νευρών (πχ. στην κήλη μεσοσπονδυλίου δίσκου, στις εκφυλιστικές στενώσεις τις σπονδυλικής στήλης κτλ). Παράλληλα μέσω της «**νευροανακλαστικής οδού**» είναι δυνατή η θεραπεία συμπτωμάτων που έχουν προκληθεί λόγω δυσλειτουργίας του ανάλογου σπονδυλικού επιπέδου (πχ. ημικρανίες, ίλιγγοι, αρθραλγίες άκρων κτλ).

## Τι είναι το *Manual Therapy*

Η Ορθοπαιδική Θεραπεία με Χειρισμούς (OMT) είναι ένα ειδικό κομμάτι της Φυσικοθεραπείας και της Ορθοπαιδικής για την αποκατάσταση των νευρο-μυϊκών σκελετικών προβλημάτων, βασιζόμενη στον κλινικό συλλογισμό, χρησιμοποιώντας πολύ εξειδικευμένες τεχνικές προσέγγισης, που περιλαμβάνουν χειρισμούς & θεραπευτικές ασκήσεις.

Η Ορθοπαιδική Θεραπεία με Χειρισμούς εμπεριέχει και καθοδηγείται από τις διαθέσιμες επιστημονικές και κλινικές αποδείξεις και το βιο-ψυχοκοινωνικό πλαίσιο του κάθε ασθενή ξεχωριστά.



# Manual Therapy

(Ορθοπαιδική Θεραπεία με Χειρισμούς / Χειροπρακτική)

## *To Manual Therapy*

- αντιμετωπίζει την αιτία του προβλήματος και όχι το σύμπτωμα(πόνος), σε αντίθεση με την κλασική φυσικοθεραπεία (laser, μάλαξη, υπέρηχοι, μαγνητικά πεδία κ.α), έχει αποτέλεσμα και μάλιστα από την πρώτη θεραπεία.
- Είναι απολύτως ασφαλής μέθοδος όταν την εφαρμόζει εξειδικευμένος θεραπευτής.



Κινητοποίηση Οσφυϊκής μοίρας

## **Ενδείξεις**

- αυχενικό σύνδρομο, ημικρανίες, ίλιγγοι (προερχόμενοι από τον αυχένα)
- οσφυαλγία (πχ.δισκοκήλη, στένωση, μυαλγίες)
- πόνοι στον θώρακα και πλάτη (προερχόμενοι από τη θωρακική μοίρα σπονδυλικής στήλης και τις πλευρές)
- πόνοι στις περιφερικές αρθρώσεις (πχ. ώμος, ισχίο, γόνατο)
- δυσκαμψία της σπονδυλικής στήλης ( πχ. κύφωση, σκολίωση, σπονδυλαρθρίτιδες)
- προβλήματα κροταφογναθικής άρθρωσης
- τενοντίτιδες, μυαλγίες, θυλακίτιδες