

# Liječenje križobolje (LBP) u poliklinici NADO

Ladislav KRAPAC, Marina KOVAČEVIĆ, Tajana STAMENKOVIĆ

*Poliklinika NADO*

## Uvod

Velika prevalencija križobolje (LBP) u općoj populaciji i sve veća incidencija kod djece, a osobito u radnoj populaciji navela nas je u traženju postupnika u prevenciji, terapiji i rehabilitaciji LBP. Svjesni smo nužnosti multidisciplinarnog u privatiziranoj medicini, ali i veličine javno zdravstvenog problema LBP.

## Metode

U tim liječenja LBP uz vlasnika Poliklinike NADO magistra fizioterapije, uključeni su i neurokirurg, ortoped, fizijatar reumatolog, psiholog, liječnik akupunturog, fizioterapeut elektroakupunkturolog, tim prvostupnika fizioterapeuta i fizioterapeut s usmjerenjem rada s djecom i osteopat. Antropometrijskim mjerenjima (BMI, opseg trbuha, gibljivost kralježnice, kao i subjektivnom ocjenom boli na AVS, motiviramo bolesnike na veću angažiranost u terapiji. Procedurama termoterapije i elektroterapije nastojimo prije i nakon dekompresijske trakcije tonizirati miškulaturu i smanjiti bol. Magnetoterapijom nastojimo utjecati na poboljšanje metabolizma u svim tkivima dinamičkog vertebralnog segmenta.

## Rezultati

Tijekom 2015 god. provodili smo timski liječenje u 260 žena i 320 muškaraca koji su najmanje jedan tjedan proveli u poliklinici Nado. Prevladavali su stariji pacijenti ( $X = 49.2 \pm 15.2$  MEDIAN=49,0). Standardiziranim Oswestri upitnikom na početku i kraju liječenja pacijent je ocijenio kvalitetu života u odnosu na križbolju. Tako smo i indirektno potakli bolesnike na promišljanje

problema LBP. Znatno smanjene boli navelo je 66% ispitanika. Sam postupak intermitentne programirane trakcije je originalan i zaštićen patentom. Tijekom cijelog liječenja i kontakt TV emisijama educiramo pacijente o etiopatogenezi, liječenju, ali i preventivnim učincima zaštitnih položaja tijela i nužnosti ergonomike u prevenciji LBP.

### **Zaključak**

Multidisciplinarnim liječenjem postizemo i preventivni učinak u nastanku i/ili u pogoršanju LBP. To namjeravamo provjeriti u dužem vremenskom periodu mjerama medicine temeljene na dokazima. Interdisciplinarnost omogućava i konzilijarne rasprave pred pacijentom, što ima pozitivan učinak na suradljivost i ustrajnost u liječenju. Korištenje upitnika kao i primjena VAS u polikliničkoj praksi još je nedovoljno popularizirana, a kod starijih bolesnika i otežana zbog slabijeg vida i smanjenih kognitivnih funkcija.