

Projām no muguras sāpēm – soli pa solim

Statistika liecina, ka 70–90% cilvēku mūža laikā kaut reizi ir iesāpējies mugura, šīs sāpes kļūst hroniskas 20–30%, no kuriem 5–10% iestājas ilgstoša invaliditāte. Muguras sāpes ir viens no biežākajiem iemesliem vizītei pie ārsta. „Ja cilvēks cieš sāpes, mums viņam jāpalīdz, jo sāpes izmaina domāšanu un traucē pilnvērtīgai dzīvei,” saka anestezioloģe, reanimatoloģe un algoloģe medicīnas zinātņu doktore **Iveta Golubovska** (*Lāzermedicīnas klīnika*.) „Taču vispirms nepieciešama rūpīga izmeklēšana, jo mugura var sāpēt ļoti dažādu cēloņu dēļ.”



Kā jūs izmeklējat šādus pacientus?

Rūpīgi jāizmeklē, kā pacients var kustēties, kad parādās sāpes, vai ir jušanas traucējumi kājās vai sēžā. Tikai pēc tam seko radioloģiskie izmeklējumi, kas var vai nu apstiprināt, vai noliegt mūsu hipotēzes. Mugurkauls radioloģiskajā izmeklējumā var izskatīties vienkārši briesmīgi, bet pacientam nesāp un otrādi – niecīgas izmaiņas var radīt izteiktas sāpes.

Neretī cilvēki, vēl pirms meklē ārsta palīdzību, lieto ziedes un pretsāpju tabletes. Vai tās mugurai palīdz?

Virktne autoritatīvu pētījumu ir pierādījusi, ka pretiekaisuma līdzekļus saturošas ziedes palīdz tikai tad, ja problēma skar vienīgi muskuļus un saites. Taču šādi pacienti pie algologa parasti nemonā. Nesteroidie pretiekaisuma līdzekļi var būt iedarbīgi, bet ne vienmēr ieteicami pacienta vispārējās veselības stāvokļa, jo sevišķi – pazeminātas nieru un aknu funkcijas dēļ.

Vai muguras sāpēm vienlaikus var būt arī vairāki cēloņi?

Jā, sāpju sindromu bieži nosaka vesels patoloģiju komplekss, un grūti ir izšķirt, cik lielā mērā katra no tām vainojama sāpēs.

Dažkārt pacientam ir akūti simptomi, tā saucamie *sarkanie karodziņi*, kad novēro jušanas traucējumus ekstremitātēs, mazā iegurņa orgānu darbības traucējumus, nejutīgumu starpenes apvidū sievietēm; nakts sāpes vai sāpju pastiprināšanos tieši nakti, paaugstinātu ķermeņa temperatūru – tas ir saistāms ar neatliekamām situācijām, piemēram, izteiktu nerva saspiedumu, audzējiem, mugurkaula skriemeļu vai disku iekaisumiem.

Kā algologs novērtē sāpju stiprumu un kā izvirza ārstēšanas mērķi?

Mēs lūdzam pacientu izteikt sāpju stiprumu 10 ballu sistēmā. Nulle nozīmē, ka sāpju nav, desmit – ka tās ir neciešami stipras. Algologa darbā, veicot blokādes, ir ļoti svarīgi nospraust reālu mērķi. Jāizskaidro pacientam, ka sāpes, kas novērtētas ar sešām ballēm, nevarēs samazināt līdz nullei, bet rezultāts būs uzskatāms par labu, ja samazināsim tās līdz divām–trim ballēm.

Kā notiek blokādes?

Ārsts nosaka nepieciešamo blokādes veidu atbilstoši atraidei: epidurāla blokāde, fasešu (starpkriemeļu) locītavu blokāde, sakroileālās locītavas (starp krusta un

gūžas kaulu) blokāde, trigeru punktu blokāde – savilkta muskuļu blokāde u.c. Visas šīs procedūras veic dienas stacionārā, pilnīgas sterilitātes apstākļos, lokālajā anestēzijā. Tas nenotiek narkozē, jo visu šo procedūru laikā ir nepieciešama komunikācija ar pacientu par viņa sajūtām, lai, tuvojoties kaut kādām struktūrām, nenodarītu bojājumus. Procedūras notiek pēc anatomiskajiem orientieriem, vai tie ir mugurkaula skriemeļi vai gūžas kauls; otrs veids – ultrasonogrāfijas kontrolē; bet pats komplikētākais un precīzākais variants – rentgena kontrolē, ievadot kontrastvielu. Pacientu informē, kāda manipulācija tiks veikta. Katrai ir sava sagatavošanās. Ne pārāk sarežģīta standarta manipulācija ilgst 20–30 minūtes, bet, piemēram, ja mēs veicam blokādi 2–8 starpskriemeļu locītavām, tas var prasīt stundu. Reizēm pacients tūlīt pēc manipulācijas var celties un iet, reizēm jāpaguļ 20 minūtes vai kāda stunda jāpaliek medicīnas personāla uzraudzībā, lai izslēgtu tādas blakusparādības kā pazeminātu asinsspiedienu, alerģisku reakciju vai sirdsdarbības palēnināšanos. Uz šo ārstēšanu pacientam obligāti jānāk ar pavadoni un mājās nedrīkst braukt ar sabiedrisko transportu.

Ar kādiem izdevumiem jārēķinās, dodoties pie algologa?

Lāzermedicīnas klīnikā algologa konsultācijas cena ir 43 eiro, epidurālā blokāde ar konsultāciju – 79 eiro, fasešu locītavu blokāde – 79 eiro, sakroileālās locītavas blokāde ultrasonogrāfijas kontrolē – 79 eiro, trigeru punktu blokāde 1–5 punktiem – 15 eiro, 6 un vairāk punktiem – 22 eiro.

Uz cik ilgu laiku saglabājas efekts?

Tas atkarīgs gan no patoloģijas, gan no tā, vai pacients ievēro ārsta ieteikumus. Ja tā ir pirmoreiz konstatēta diska trūce jaunam cilvēkam, tad viņš varbūt varēs aizmirst par sāpēm uz daudziem gadiem. Ja tas ir cilvēks gados ar smagām deformējošām izmaiņām mugurkaulā, tad efekts būs īsāks, bet tad atkal jau jārunā par ārstniecisko vingrošanu un kompleksu problēmas risināšanu – jāpasaka, ka šīs blokādes palīdzēs samazināt sāpes, varbūt būs vajadzīgas divas vai trīs blokādes. Ja redzam, ka pēc pirmās blokādes efekta nav, tad meklējam citu ārstēšanas veidu. Parasti var rēķināties ar 6–8 mēnešiem. Tas ir laiks, lai varētu mobilizēties un kaut ko mainīt dzīvesveidā un, ja nepieciešams, atrast arī citu, radikālāku ārstēšanas metodi.

Lāzermedicīnas  klīnika

Rīga, Kokneses prospekts 18A
tālr. 67 374747; 67 374744
info@lazermedicinasklinika.lv
www.lazermedicinasklinika.lv