

A derékfájás esetei - Mikor forduljunk orvoshoz?

A derékfájdalom az egyik leggyakoribb egészségügyi probléma, ami legtöbbször pihenés és/vagy recept nélkül kapható készítmények hatására néhány napon belül elmúlik – ezt télen hólapátolás után, vagy tavasszal a kerti munkák során sokan megtapasztalhatják. Vannak azonban esetek, amikor mindenképpen indokolt háziorvoshoz fordulni, vagy akár a sürgősségi ellátást igénybe venni – mondja Nagy György professzor, a Semmelweis Egyetem Reumatológiai és Immunológiai Klinikájának igazgatója.

A derékfájás, amit hétköznapi szóhasználatban gyakran neveznek isiásznak vagy lumbágónak, népbetegség. Az egészségbiztosító adatai szerint az egyik legfőbb oka a tartós betegállománynak, illetve kezelés nélkül a mozgáskorlátozottságnak is. Ezért fontos elkülöníteni a banális eseteket azoktól, amikor indokolt orvoshoz fordulni – magyarázza Nagy György professzor.

Mint mondja, Magyarországon nagyon sokan azonnal orvoshoz fordulnak, ha fáj a derekuk, míg mások, akiknél ez valóban szükséges lenne, bagatellizálják a problémát, és csak súlyosbodó vagy tartós panaszok esetén kérnek segítséget.

Az esetek többségében nem szükséges orvoshoz fordulni, ha a derékfájdalom valamilyen fizikai igénybevétel következtében jelentkezik, például, nehéz tárgy mozgatása után. Az ilyen típusú megerőltetéshez a legtöbbször nincsenek hozzászokva, ezért az izmok és a szalagok túlerőltetéséből származó fájdalom alakul ki, ami általában enyhe, mérsékelt fájdalom, spontán múló, nyugalmi helyzetben enyhül, és nem sugárzik ki a végtagokba. Az ilyen típusú derékfájást pihenéssel, recept nélkül kapható fájdalomcsillapítóval is lehet enyhíteni, és magától elmúlik – mondja a professzor.

Szakorvosi ellátást igényel ugyanakkor a derékfájás egyik gyakori oka a porckorongsérv. Ez tipikusan egy irányba kisugárzó, néha nagyon erős fájdalom, ami járhat zsibbadással, de akár bénulással, valamint széklet- és vizelettartási problémákkal. A porckorongsérv hátterében is állhat hirtelen megerőltetés, és amennyiben ez a probléma, akkor műtétre is szükség lehet, de ennek megítélése ideggyógyász, idegsebész, reumatológus közös hatáskörébe tartozik, és a döntést MR-vizsgálat előzheti meg – hangsúlyozza a klinikaigazgató.

Előfordulhat az is, hogy nagyobb terhelésre valamelyik csigolya megroppan, nemcsak a lumbális, vagyis deréktáji, hanem a gerinc bármely szakaszán. Ez intenzív fájdalommal jár, és pihenésre sem feltétlenül enyhül. Ilyenkor szakellátásra, akár kórházi kezelésre is szükség lehet. A professzor kiemeli: azért is fontos ilyenkor a szakorvosi vizsgálat, mert a csigolyaösszeroppanás hátterében csonttritkulás, de számos más betegség is állhat.

Nagy György professzor a derékfájdalmaknak egy olyan változatára is felhívja a figyelmet, ami nem köthető hirtelen nagy fizikai igénybevételhez. Ez inkább fokozatosan alakul ki, ébredés után deréktáji merevséggel. Az ilyen derékfájás nem kisugárzó jellegű, ellenben együtt járhat különféle kórképekkel: pikkelysömörrel, gyulladásos bélbetegséggel, különböző szemészeti, perifériás ízületi vagy íngyulladásokkal.

Ezek az úgynevezett spondylartritiszek többnyire fiatal felnőtt férfiaknál fordulnak elő, gyakran mutatnak családi halmozódást, és mivel az érintettek jellemzően sokáig nem mennek orvoshoz, sajnos nem ritkán tartós mozgáskorlátozottsághoz vezet.

A professzor ezért azt tanácsolja, hogy feltétlenül forduljon a háziorvosához, akinek nemcsak fizikai aktivitásra, hanem nyugalomban is fáj a dereka. Abban az esetben pedig, ha hirtelen lép fel és extrém erős a fájdalom, az illető nem tudja mozgatni valamelyik végtagját, izomerő csökkenést észlel, nem képes megfelelően tartani a székletét, vizeletét, zsibbad a gáttájéka vagy a lába, mielőbb keresse fel a legközelebbi sürgősségi ellátóhelyet.

Az említettek mellett a derékfájdalom hátterében lelki tényezők is állhatnak, ilyenkor a pszichoszomatikus okok feltárása és kezelése segít a legtöbbet a betegen – mutat rá a professzor.

Nem kell mindig gyógyszer

A derékfájásra nem feltétlenül a fájdalomcsillapítók és a különféle gyulladáscsökkentők jelentik a megoldást. Krónikus deréktáji fájdalom esetén a rendszeres gyógytorna a leghatékonyabb kezelési mód. Magyarországon kiemelkedő hagyománya van a fizioterápiának, ezen belül a balneoterápiának, de a különböző elektromos vagy ultrahangkezelések is nagyon sokat segíthetnek a derékfájós betegeknek. Aki viszont a gyógyszereket részesíti előnyben, annak fontos elolvasni a betegtájékoztatót.

Sajtókapcsolat:

- +36 20 670 1574
- hirek@semmelweis.hu

Eredeti tartalom: Semmelweis Egyetem

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/?p=28508>