

טיפול בפריצת דיסק ללא ניתוח

תכירו: DTS (Spinal Decompression Therapy) - טיפול חדשני המסייע לסובלים מפריצת דיסק ומייתר את הצורך בניתוח. מהו הטיפול החדשני וכיצד הוא מסייע לסובלים מפריצת דיסק?

מאת: ד"ר דוד גרבר PT,DPT

פריצת דיסק או בלט דיסק נחשבת פגיעה אורתופדית שכיחה שעלולה לגרום כאבים, הגבלות תנועה וקשיים תפקודיים לסובלים ממנה. במקרים מסוימים, הטיפול השמרני המוצע לסובלים מפריצת דיסק אינו מספק - והם שוקלים פתרון כירורגי: ניתוח פריצת דיסק, במהלכו (על פי רוב) מוסר הדיסק הבולט. רגע לפני שנכנסים להליך כירורגי הנחשב מורכב ונושא בחובו לא מעט סכנות, מומלץ למצות את כל אפיקי הטיפול השמרניים - ובכללם אפיק טיפולי חדש, שיש בכוחו לסייע לסובלים מפריצת דיסק ולייתר את הצורך בביצוע הניתוח.

מהי פריצת דיסק?

פריצת דיסק היא הפרעה נירולוגית-אורתופדית שכיחה. כאבי גב הם הכאבים הנפוצים ביותר, אותם חווים רוב האנשים. לכאבי גב גורמים רבים ומגוונים, שאחד מהם הוא בלט או פריצת דיסק. עמוד השדרה מורכב מחוליות. בין חוליה לחוליה יש חומר צמיגי המזכיר סחוס - הנקרא דיסק. חומר זה משמש כבולם זעזועים - הוא מונע את החיכוך בין החוליות וסופג את הזעזועים הכרוכים בתנועה ובתפקוד. במקרים מסוימים - בשל שחיקה, נטייה גנטית, מבנה אנטומי מולד, יציבה ותנועתיות לא בריאות, חבלה ועוד - אותו חומר (דיסק) בולט מהחלל בו הוא מצוי. לעתים שינוי זה איננו יוצר שום תסמין - ומתגלה באופן אקראי; ולעתים הוא גורם סבל רב.

במקרים בהם הדיסק הבולט נוגע בעצבים של חוט השדרה, עלולים להופיע שלל תסמינים: כאב מקומי, כאב החורג מגבולות האגן ומקרין לגפיים (כאב ברגל בפריצת דיסק בעמוד שדרה מותני; וכאב בזרועות בפריצת דיסק בעמוד שדרה צווארי), נימול והיעדר תחושה - שגוררים קושי בתפקוד, הגבלת טווחי תנועה ופגיעה בתנועתיות. במקרים מסוימים, תיתכן גם מוגבלות קשה, קושי לזוז ולתפקד באופן מינימלי ואף אבדן שליטה על הסוגרים.

מהו הטיפול הנפוץ בפריצת דיסק?

כאשר פריצת דיסק או בלט דיסק אינם גורמים לתסמינים - לא נהוג לטפל בהם. אולם כאשר מופיעים תסמינים, חשוב לטפל במצב. הטיפול בפריצת דיסק כולל טיפול כירורגי או טיפול שמרני.

טיפול כירורגי, המכונה ניתוח פריצת דיסק, נשקל כאשר המטופל סובל מתסמינים חמורים ביותר - וטיפול שמרני לא מסייע לו. הניתוח נחשב מורכב ומסוכן - ולכן מיושם רק כאשר מצו כל אפשרויות הטיפול השמרני.

ברוב המטופלים, מיושם טיפול שמרני הכולל טיפול תרופתי, טיפולי פיזיותרפיה, טיפול כירורקטי, הזרקות, טיפול מנואלי (עיסויים, מתיחות, מוביליזציות), הידרו תרפיה, טיפולים ברפואה משלימה, טיפול בלייזר, טיפול באולטרסאונד, טיפול בחום, טיפול בחשמל, חבישות וטייפנג, שינוי אורח חיים (סיגול יציבה ותנועה נכונות, חיזוק שרירים, אימון כושר ייעודי וכיוצא באלה) ועוד.

לצד כל השיטות האלה לטיפול שמרני, כיום ישנה גם שיטת טיפול חדשה בפריצת דיסק המכונה DTS - Spinal Decompression Therapy.

מהי שיטת הטיפול Spinal Decompression Therapy?

TRITON DTS
... The Answer

Chattanooga Group's Triton DTS® Traction System is a total redesign of the mechanical traction platform in a patient-friendly package. It features a newly engineered Triton DTS Spine Therapy Table, a state-of-the-art Triton DTS Traction Unit with treatment parameters that mimic hands-on therapy, and an easy-to-use CuiKWrap™ belting system.

Mechanical/Physiological Effects of Traction Therapy

Decompression of the Spine

- Utilize spine
- Increase hinging and protruding discs
- Separate vertebrae
- Decrease Pain

Mobilization of the Spine

- Stretch ligaments and tendons
- Mobilize the capsule, facet joints and intervertebral discs
- Increase range of motion
- Increase flexibility

Supine Traction

Prone Traction

Saunders Cervical Traction

זוהי שיטה שעושה שימוש במכשיר מיוחד, המסייע למתיחה ושחרור לחץ - מאזור עמוד השדרה. המכשיר המכונה **Chattanooga DTS system** עושה מספר פעולות המסייעות לשיפור מצב החולה: המכשיר מותח את עמוד השדרה, מסייע לשחרור הלחץ מהאזור המטופל - ומאפשר זרימה של דם, המכיל חומרים מזינים, לאזור.

כך, מתרחש תהליך משולב: זרימת הדם המוגברת תורמת להחלמה של האזור (פעמים רבות האזור דלקתי וחולה) ומתיחת עמוד השדרה והקלת העומס - מביאה להורדת הלחץ של הדיסק על העצבים, המפרקים והשרירים, מה שמספר את יכולת התנועה והתפקוד, מפחית כאבים - ותורם לתהליך הרפוי הטבעי של הגוף.

כיצד מבוצע טיפול Spinal Decompression Therapy?

הטיפול נעשה במרפאה, על גבי משטח מיוחד, בתנוחה המתאימה למטופל, בלבוש מלא, ללא צורך בהרדמה. הטיפול כולל מספר מפגשים; כל מפגש אורך כשעה - ומשך הטיפול מתקצר עם ההתקדמות בטיפול. סדרת טיפולים כוללת בין 6 מפגשים לבין 12 מפגשים.

במהלך המפגשים, כולל הטיפול מספר שלבים.

שלב ראשון הוא שלב המתיחה וההרפיה: בעזרת המכשיר, מבוצעות מתיחות והרפיות מבוקרות של החוליות בעמוד השדרה, בעוצמות משתנות. רוב המטופלים חשים הקלה בתסמינים כעבור חמישה עד ששה מפגשים - לאחר טיפולי המתיחה. אולם בשלב זה רצוי להמשיך בטיפול ולא להפסיקו, כדי להבטיח את שמירת ההישגים מהטיפול ולמנוע הופעה מחודשת של התסמינים.

שלב שני הוא שלב שיקום המבנים התומכים בדיסק. לשם כך, מותאמת למטופל תכנית אימון גופני שיקומי ממוקד, שעליו ליישם בביתו - והיא חיונית להצלחת הטיפול. תרגילים אלה ממשיכים את פעולת ההרפיה והשחרור של האזור, מחזקים את השרירים התומכים, משקמים את האזור - וכך תורמים להצלחת הטיפול ולהקלה הדרמטית שחשים המטופלים לאחר השלמתו.

במהלך הטיפול, משולב לעתים גם טיפול ביופיזיק.

מהו טיפול ביופידבק?

טיפול ביופידבק, משמעותו המילולית "משוב ביולוגי" - והוא מתאר שיטת טיפול, במהלכה מקבלים משוב מגוף המטופל (במהלך טיפול). לשם קבלת המשוב, גוף המטופל מנוטר ונתונים על פעילות מערכות שונות בגוף מוצגים בזמן אמת. נתונים אלה נרתמים כדי ללמוד על תגובת הגוף לטיפול, כדי להגביר את המודעות של המטופל לגופו - וכדי לאפשר לו שליטה טובה יותר על התגובות הפיזיות.

האם טיפול בשיטת DTS יכול למנוע ניתוח פריצת דיסק?

כן: אם הטיפול מתאים למטופל - והוא מיושם באופן עקבי, המטופל יכול לחזור לתפקוד ולהיפטר מהתסמינים שפגעו אנושות באיכות חייו. טיפול חדשני זה הוא טיפול יעיל במיוחד והוא גם טיפול בטוח, ללא תופעות לוואי, איננו כרוך בהרדמה, איננו כרוך בכאבים ואיננו מקים צורך בתקופת החלמה.

דוד גרבר PT,DPT הוא פיזיותרפיסט מוסמך, מנהל מכון THERAPY SPORT לפיזיותרפיה ורפואת ספורט בזיכרון יעקב.

סייעה בהכנת הכתבה: נגוהה שפרלינג, כתבת zap doctors.