

## A KS-500-as levegőágyas gerinctornáztató készülékkel szerzett tapasztalataink

Rendelőnk hét esztendeje foglalkozik ízületi és gerinc bántalmak konzervatív, azaz elsősorban fizioterápiás kezelésével. Számos hagyományos elektro- és uh-os kezelést alkalmaztunk az évek folyamán a gyógytorna kiegészítésére. **A KS-500-as levegőágyas gerinc tornáztató készülék bevonása kezelési gyakorlatunkba komoly változást eredményezett.**

**A krónikus gerincpanaszok valamennyi formájánál** – gerincferdülés, kopásos problémák, meszesedés, Scheuermann kór, hanyag tartás, stressz okozta izomspazmus miatti fájdalmak, porckorongsérv nélküli lumbágó – **a kezelés legfontosabb és leghatékonyabb része a mozgásterápia**, azaz az érintett gerincszakasz mechanikai átmozgatása. Ennek két jellegzetes formája létezik: az aktív torna (pl. az irányított gyógytorna) és a passzív tornáztatás, ami speciális gépek segítségével valósítható meg. Mindkettőnek sajátos szerepe van a kezelésben, egymással nem helyettesíthetők, viszont erősítik egymás hatását.

A passzív tornáztatás feladata az izomzat ellazítása és a csigolyák közötti számos kis ízület gyakori blokkjainak kimoztatása, megszüntetése. A passzív gépi tornáztatás mintegy előkészíti a terepet a gyógytorna számára, annak hatékonyságát jelentősen növelve.

**Az aktív torna feladata a gerinc helyes tartását biztosító izomcsoportok megfelelő megerősítése.** Mivel a tartósan fennálló panaszok miatt évek során kóros izomtónus eloszlás alakult ki, mely a fontos musculatura megerősítését gátolja, **nagyon fontos, hogy előbb oldjuk a kóros beidegződéseket és ezzel a rossz tartást okozó izomgörcsöket** (legnagyobb részben ezek felelősek a fájdalomakért is) és ezt kövesse az ún. izom-korzett gyógytornával történő felépítése.

**A fent említett passzív gépi gerincmozgatásnak kiváló eszköze a KS-500-as levegőágyas, vitalitásnövelő, gerinctornáztató készülék**, ami eddig hiányzott a terápiákból. A fekvő nyolcas pálya mentén leírt fokozatosan gyorsuló mozgás remekül megfelel a csigolyák közti kisizületek blokkjainak oldására. **Ahhoz, hogy a bokáknál kiváltott mozgáshullám a nyakcsigolyáig ill. a vállövekig elérjen és ott is kellő effektust váltson ki, valóban elengedhetetlen a gerinc levegőágyon való elhelyezése**, különben a hullámmozgás igen hamar elnyelődne. A páciens kellő mértékben ellazul és valóban érzi a mozgást a gerinc legfelső szakaszában is.

A mozgásterjedelem javításán túl a készülék **másik nagy előnye, hogy a vérkeringés jelentős javulását eredményezi, ami a kezelés végén felállva tökéletesen érezhető.** Ennek a beteg kisizületek körül felszaporodó és a fájdalmak másik részért felelőssé tehető ún. mediátorok – kémiai ingerület átvivők - elszállításában van kiemelkedő jelentősége. Ezt a hatást az ún. távoli infravörös tartományban dolgozó infrasauna alkalmazásával tovább növelhetjük. **Így a beteg már egyetlen kezelés után is érezhet pozitív változást!**

A passzív gerinc tornáztató készülék izomgörcsöt oldó hatása kifejezett stresszoldó, számos vendégünk rendszeresen elalszik a 15 perces kezelés alatt.

Gerincpanaszos pácienseinknél első orvosi konzultációjuk során manuálterápiás szemléletű fizikális vizsgálatot végzünk, nagy hangsúlyt fektetünk a medence különböző elbillenéseire, elcsavarodására. Ezek általában másodlagos tünetek, (a krónikus problémák röntgennel is követhető javulásához évek kellene), de a panaszok megszüntetése és a medence-elváltozások eltűnése jó indikátora a kezelés hatékonyságának. **Amióta a KS-500-as levegőágyas gerinc tornáztatót rendszeresen alkalmazzuk gerinc programjainkban a másodlagos elváltozások és a panaszok látványosabban és jóval rövidebb idő alatt elmúlnak, mint korábban.**

Budapest, 2004. december

Dr. Gajdos Gábor  
mozgásszervi sebész  
bőjtörvos  
Info.: 06-1/225-30-60  
www.arthrokomplex.hu