ΙΑΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ
"Ο ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΛΟΥΚΑΣ"
ΤΜΗΜΑ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

ΟΣΦΥΑΛΓΙΑ

1 Πόσο σοβαρό πρόβλημα είναι;

• 8/10 ανθρώπους θα βιώσει οσφυαλγία σε κάποια φάση της ζωής του.

• 2η πιο συχνή αιτία για επίσκεψη σε ιατρό.

• 1η πιο συχνή αιτία για απώλεια ωρών εργασίας.

• Επηρεάζει περισσότερο τις γυναίκες από τους άνδρες.

• Κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης περίπου οι μισές γυναίκες θα βιώσουν ένα επεισόδιο οσφυαλγίας.

50%

• Στο 90% των ασθενών τα συμπτώματα υποχωρούν μέχρι τις 6 πρώτες εβδομάδες.

• Το 60-80% των ασθενών θα βιώσει ξανά οσφυαλγία σε κάποια φάση της ζωής μετά το πρώτο επεισόδιο.

• Το 7% των ασθενών η οσφυαλγία γίνεται χρόνια.

2 Ποιες είναι οι αιτίες;

Συχνές αιτίες:

Απλή ευαισθητοποίηση από μικροτραυματισμούς των ιστών της περιοχής (μύες, σύνδεσμοι, τένοντες, περιτόνια, μεσοσπονδύλιοι δίσκοι) λόγω υπερβολικής φόρτισης από καθημερινές ή αθλητικές δραστηριότητες. Αυτή η κατηγορία αποτελεί την πλειοψηφία των ασθενών με οσφυαλγία με πολύ καλή πρόγνωση.

Όχι συχνές αιτίες:

• Τραυματισμός της οσφυϊκής νευρικής ρίζας που ονομάζεται οσφυϊκή ριζοπάθεια.

• Στένωση των σωλήνα που περνά ο νωτιαίος μυελός σε άτομα άνω 50 που ονομάζεται οσφυϊκή σπονδυλική στένωση.

• Τραυματισμός του μεσοσπονδύλιου δίσκου που ονομάζεται δισκοπάθεια.