

# Rehabilitációs ellátás gyulladásos és degeneratív gerincbetegségek esetén

Dr. Varjú Cecília  
PTE Reumatológiai és Immunológiai Klinika  
Pécs, 2015. október 29.

# Gerinc betegségek

- ▶ Akut – **sürgős !!**  
- nem sürgős

- ▶ Krónikus

## Eredet szerint:

- ▶ Mechanikus
  - Degeneratív
  - Traumás
- ▶ Gyulladásos
  - Infekciós eredetű
  - Spondylarthropathiák (SNSA)
- ▶ Vascularis eredetű
- ▶ Osteoporosis okozta
- ▶ Anyagcsere (pl. diabetes mellitus)
- ▶ Tumoros
- ▶ Pszichés

# Sürgős esetek I. 6 órán belül műtét



- ▶ **Cauda equina szindróma**
- ▶ **medialis lumbalis gerincsérv mely tünetei:**
  - vizelet retenció vagy inkontinencia,
  - széklet tartás nehézkes,
  - szexuális dysfunctio (impotencia)
  - végbél körüli hypaesthesia, vagy paraesthesia
  - enyhe avt-i paresis
  - derékfájdalom - többnyire mk. alsóvégtagba

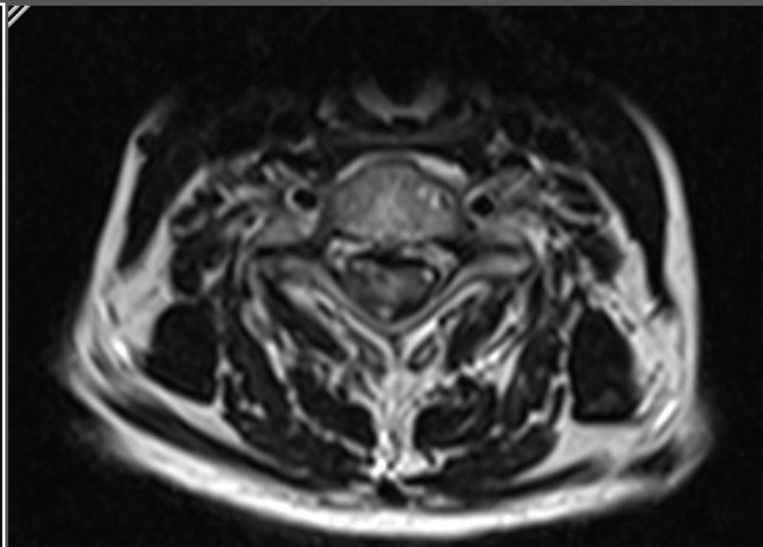
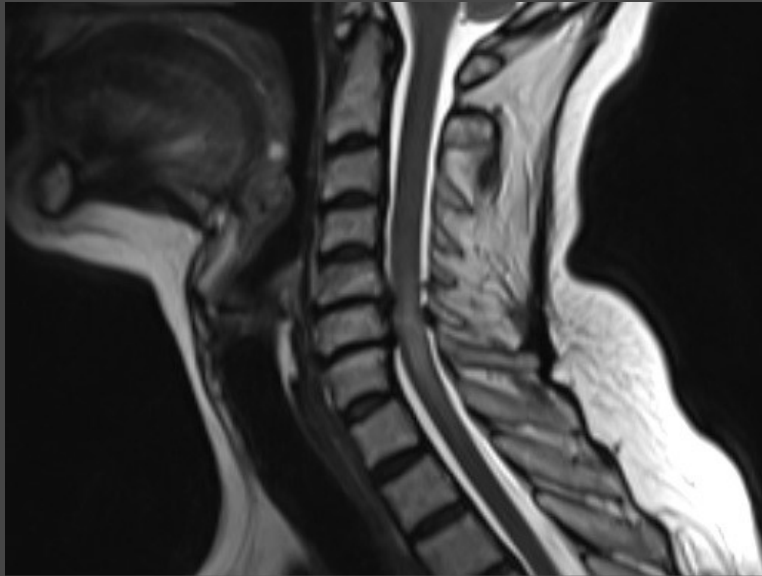
# Sürgős esetek II.

## cervicalis myelopathia



- ▶ Zsibbadt, ügyetlen kezek
- ▶ A **fvt-on csökkent motoros** vagy szenzoros funkció.
- ▶ A járás bizonytalan, **egyensúlyzavar** van, de avt-i paresis nem jellemző, **spasztikus járászavar van**
- ▶ **Pyramis-jelek, fokozott mélyreflexek**
- ▶ Késői szakban
  - progresszív tetraparesis (a négy végtagot érintő részleges bénulás) fejlődhet ki.
  - **széles körű autonóm működési zavarral társulhat.**

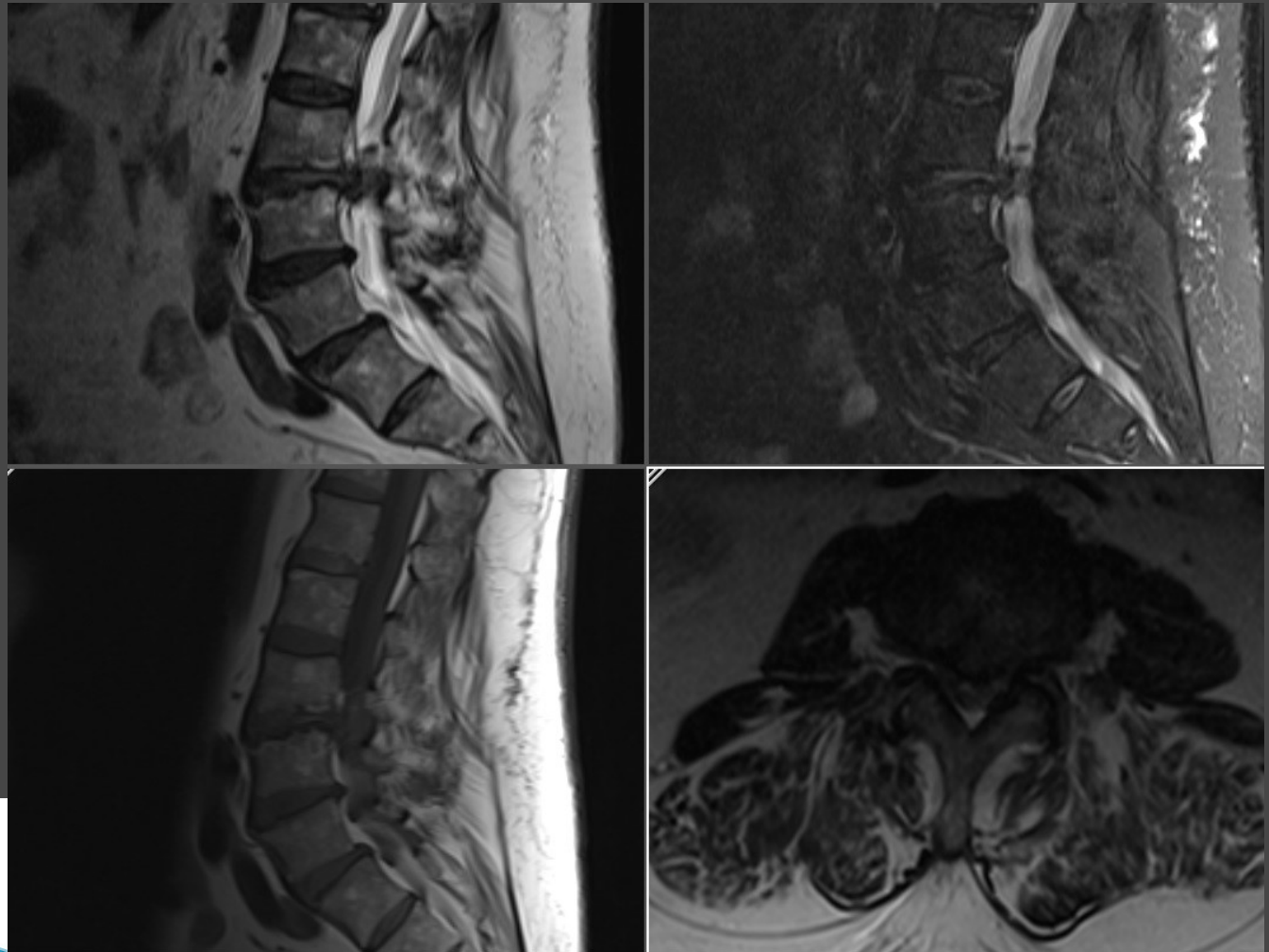
# Cervicalis myelopathia





# Sürgős esetek III.

## Súlyos végtagi paresissel járó radiculopathiák



Dr. Kövér Ferenc képanyagából

# Peroneus emelő – n. peroneus bénulás esetén



# Sürgős esetek IV.

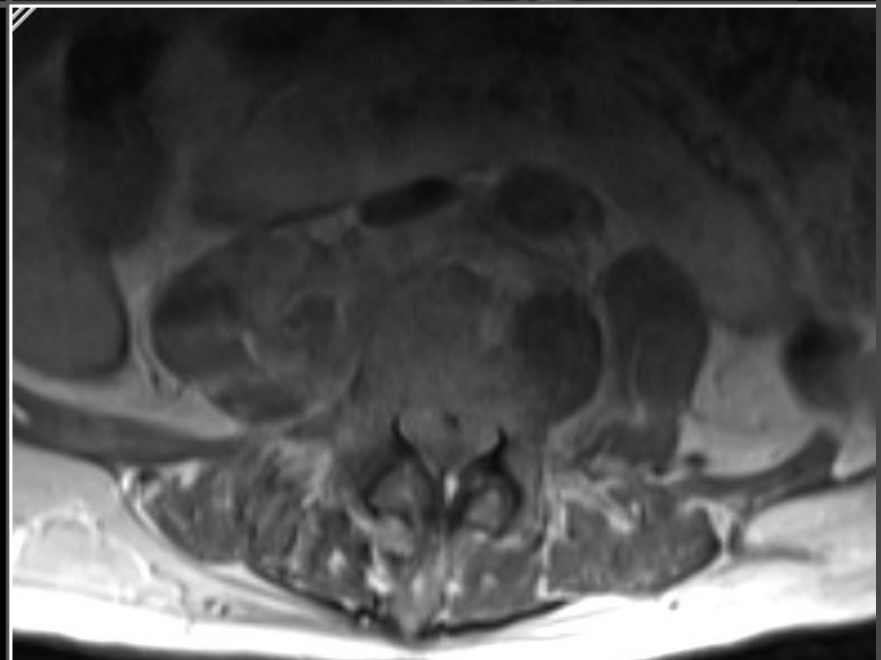
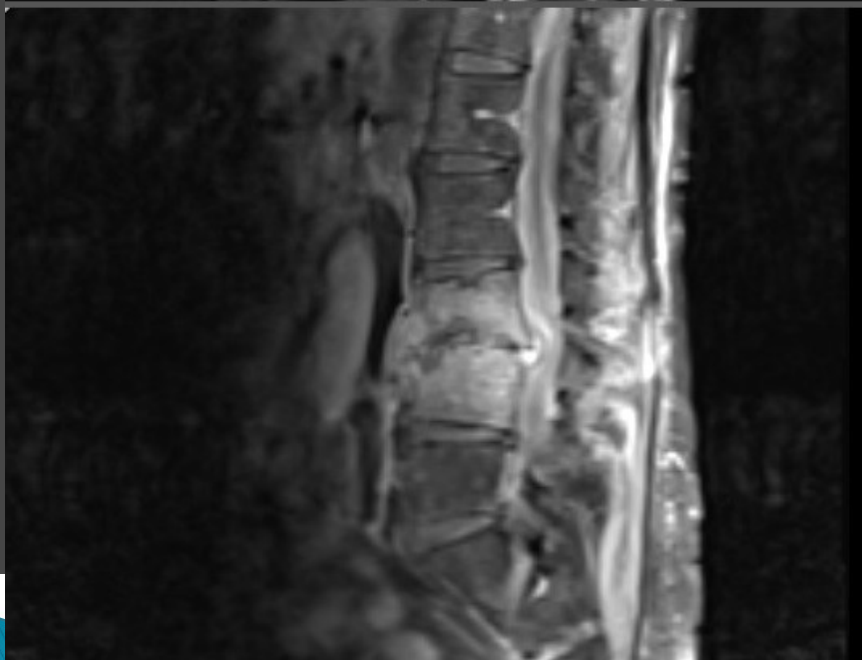
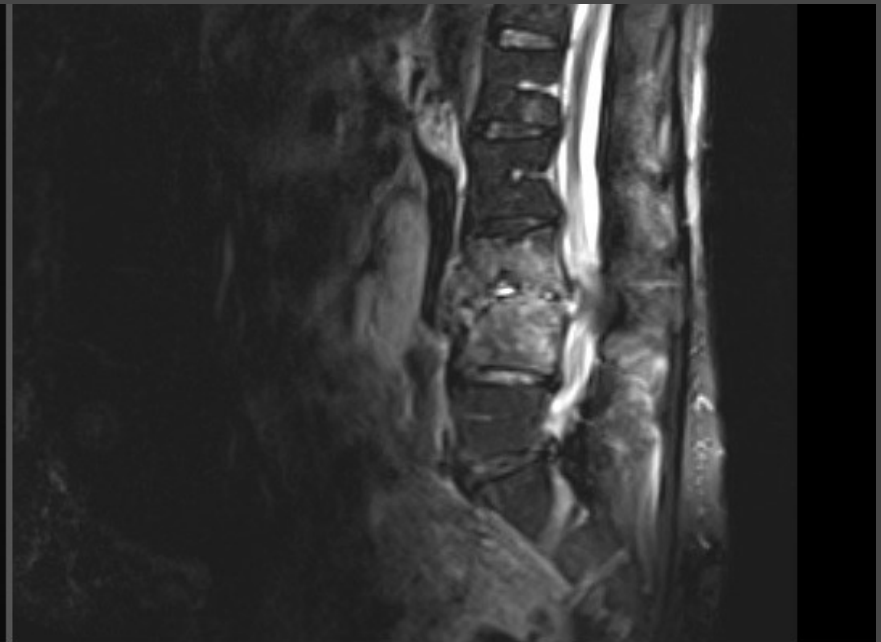
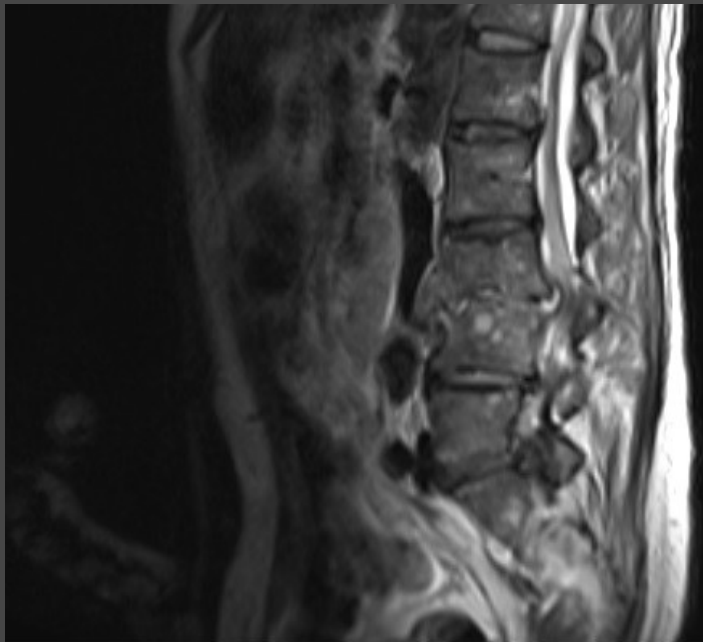
## Infekciós spondylodiscitis

### Gyulladás

- ▶ a beteg többnyire **járásképtelen**, elesett állapotú - We, **CRP nagyon magas**
- ▶ Általában staphylococcus aureus
- ▶ **Haemokultura**, MRI, Quantiferon teszt, punktátum mikrobiológiai tenyésztése
- ▶ Terápia: , legalább 1 hónapos parenteralis célzott antibiotikum kezelés
- ▶ A status követésére: CRP

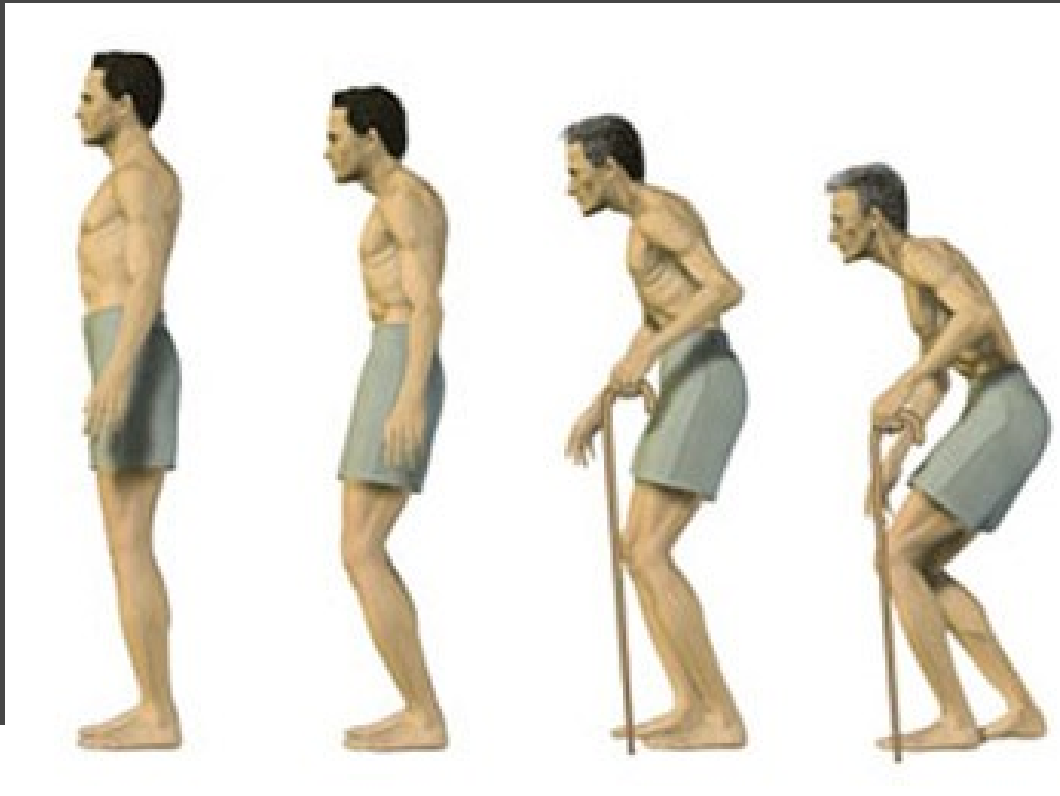
▶ tünet esetén - idegsebészeti konzílium





Dr. Kövér Ferenc képanyagából

# Kevésbé sürgető gyulladásos Szeronegatív spondylarthropathiák (SNSA)



# Spondylitis ankylopoetica

- ▶ Hajnalban jelentkező derék, keresztcsonttáji fájdalom – mozgásra inkább szűnik
- ▶ 20-35 éves korban kezdődik a betegség
- ▶ **Jellemző a sacroileitis** – Mennel jel
- ▶ HLA-B27 ag. asszociáció
- ▶ Szemészeti tünetek – chr. uveitis, iridocyclitis
- ▶ Alsóvégtagi nagyízületi arthritis
- ▶ Psoriasisos vagy acneiform exanthemák

# Sacroileitis – MRI STIR szekvenciával sacroiliacalis csontoedema mutatható ki



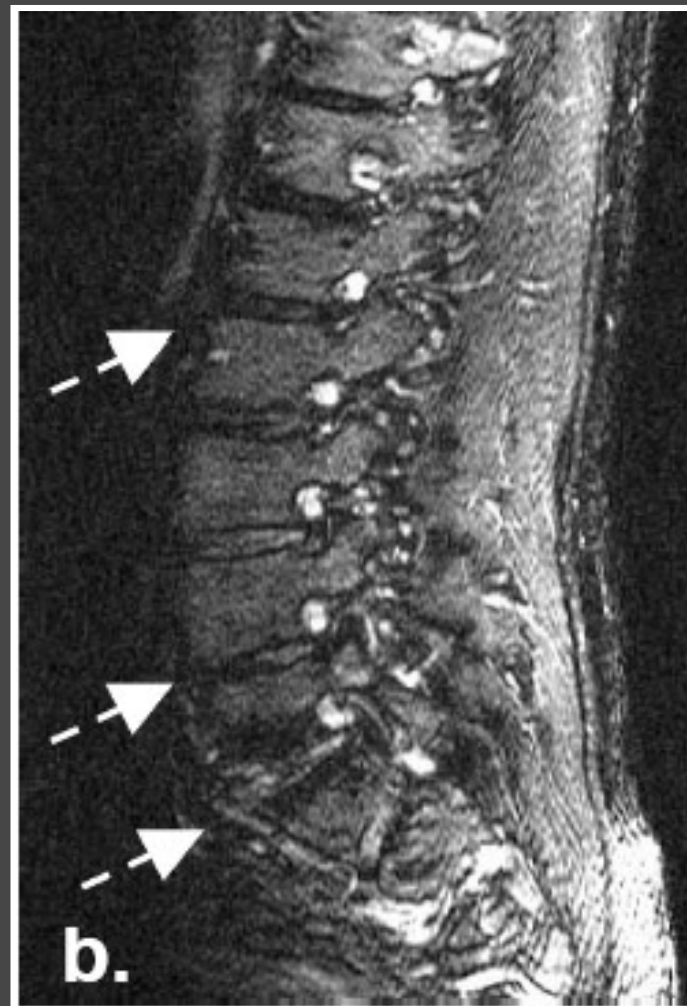
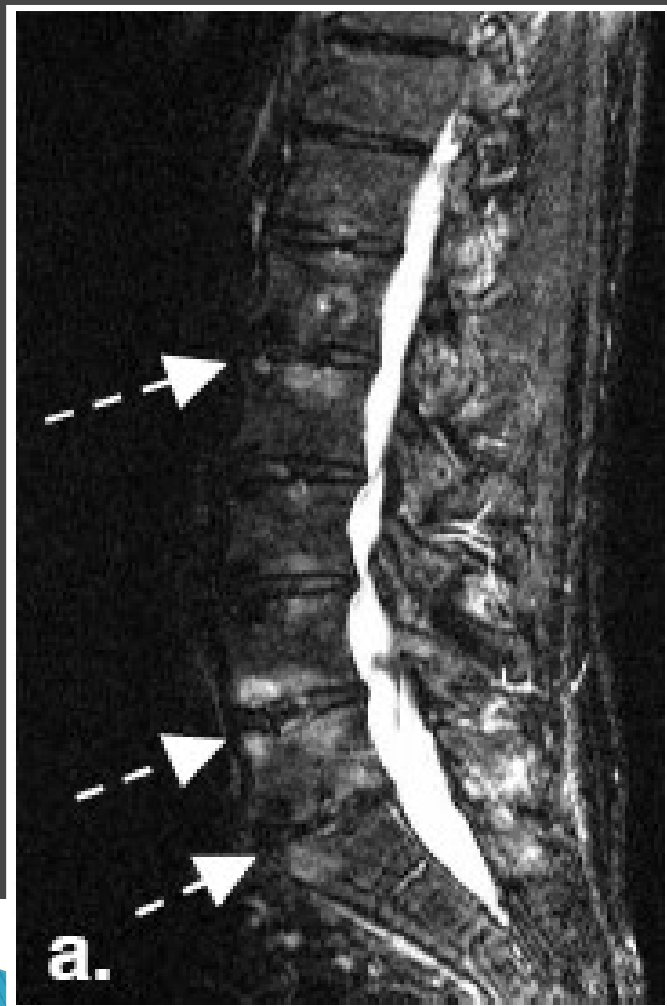
Dr. Imre Mariann képanyagából

# Szeronegatív spondylarthropathiák

- ▶ A terápia követésére a Bath-i aktivitást (BASDAI) vagy funkciót (BASFI) felmérő tesztek
- ▶ Jelentős gyulladáisos aktivitás esetén NSAID kezelés hatékonysága nem elegendő
- ▶ TNF-alfa gátló terápia javasolható



# Gerinc gyulladás regressziója 12 hetes anti-TNF alfa kezelés után



# Spondylitis ankylopoeticában mozgásterápia

- **Naponként elvégzendő**, a légző izmokat és a gerinc tartásáért a (testtartásért) felelős izmokat erősítő, kontraktúrákat megelőző, **önállóan végezhető gyógytornát**.
- A gyakorlatok hatékonyságát fokozni lehet még **gerincre ható meleg, vagy hideg kezeléssel**, melyek csökkentik a gerincmozgások merevségét.
- **kardiovaszkuláris rizikófaktorait** gondosan **fel kell mérni** minden edzésprogram előtt, **mert ebben a betegcsoportban gyakoribb:**
  - az aorta billentyű elégtelenség,
  - a koronária betegség
  - a szív- és érrendszeri betegségek miatti halálozás rizikója, az átlagos populációhoz képest **széleskörűen** nyitva.

# Spondylitis ankylopoetica

A betegség korai szakaszában  
kissé emelt, 4–6 cm-es sarkú cipőt viseljen

Elmerevedett, poroticus Bechtereves  
zökkenéskor az egész gerinc rázkódik  
vastag gumitalpú cipőt viselésével a  
fájdalom csökkenthető.

## Testtartás megőrzése - SPA-ban

- ▶ A ügyeljen a testtartásának megőrzésére járás és ülés közben. **Kerülje a hosszabb hajolást.**
- ▶ Próbáljon éjjelente keményebb matracon párna nélkül, vagy a lehető legvékonyabb párna használata mellett háton feküdni, aludni, hogy minimalizálja a nyak előregörnyedését.



# Nem gyulladásos gerincbetegségek

- Discopathia
  - Spondylosis
  - Spondylarthrosis
  - M.Scheuermann
  - Spinalis stenosis
  - Baastrup sy.
  - Scoliosis
  - Spondylolysis
  - Spondylolisthesis
  - Lumbalisatio
  - Spondyloma
- A fájdalom oka:  
instabilitás, és/vagy  
spinalis stenosis gyöki,  
vagy perifériásabb idegi  
kompresszió,  
izomspazmus
  - A fájdalom jellemzői:  
hullámzó lefolyás,  
pseudoradicularis, vagy  
radicularis tünetcsoport



# Nem gyulladásos gerincbetegségek konzervatív terápiája

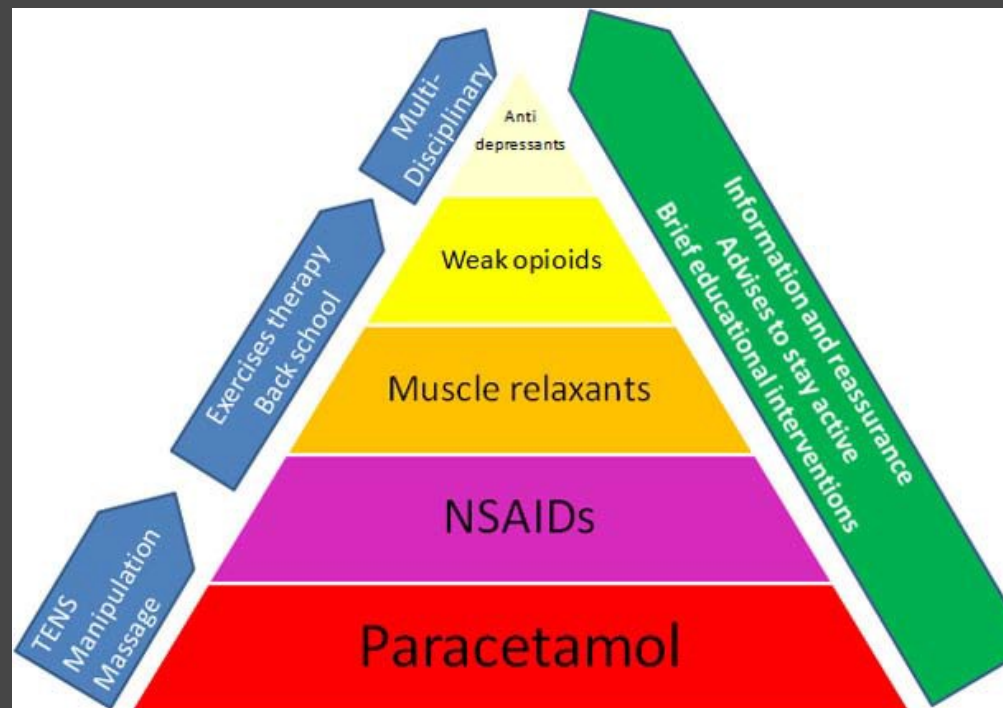
- ▶ 50%-ban 1 hét alatt spontán megszűnik
- ▶ 90%-uk 8 héten belül jelentősen javul.
- ▶ Ismétlődés esetén: **gerinctorna** segít.
  - gerinc elongációs torna
  - rövid, tartóizmokat erősítő gyakorlatok
  - szegmentális stabilizációs terápia
  - helyes testtartás oktatása
  - discusok terhelését nem növelő mindennapi mozgásformák automatikus kialakítása.

# Gyógyszeres kezelés

- ▶ ~~Paracetamol~~ ? \*
- ▶ NSAIDs
- ▶ Izomrelaxánsok
- ▶ Opioidok (tramadol)
- ▶ Antidepresszánsok

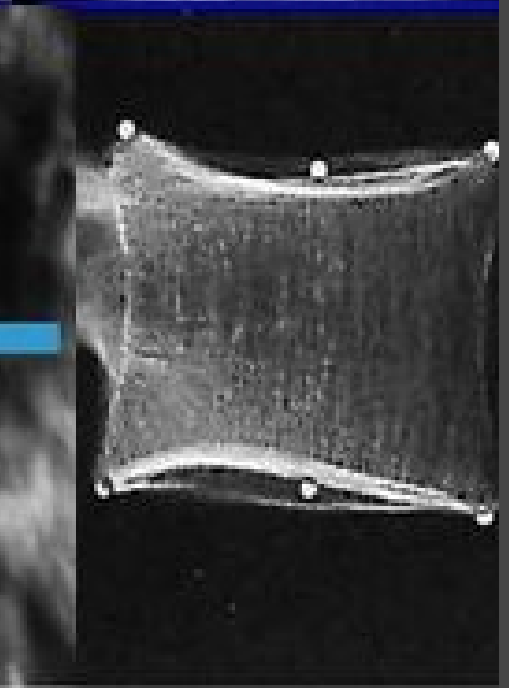
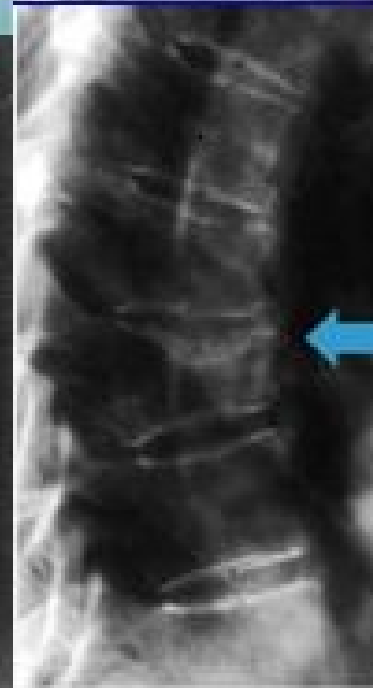
Lokálisan

Analgeticum + steroid



Rannou et al. EULAR compendium on rheumatic diseases. Ed Bijlsma JWJ. BMJ Publishing Group and EULAR. 2009. pp. 477-485.

\* Williams CM et al. Efficacy of paracetamol for acute low-back pain: a double-blind, randomised controlled trial. Lancet. 2014 Jul 23.



# Szekunder osteoporosis terápiás lehetőségek

- ◉ Kalcium pótlás
- ◉ D vitamin pótlás
- ◉ Biszfoszfonátok
- ◉ SERM – raloxifen
- ◉ Stroncium ranelát
- ◉ Denosumab
- ◉ **Tartós remisszió** – DMARD szerek, biológiai  
terápia

# Mozgásterápia is szükséges!!!



Picasso: Women running in the beach



Elesést megelőző környezet kialakítása is fontos!!



# Aspecifikus gerincfájdalom ~8–10 %

- ▶ Krónikus, 8-héten túl sem javuló
- ▶ Többnyire nehezen lokalizálható, a lapockák között jelzi a beteg a fájdalmat
- ▶ Gyakori az alvászavar, fáradékonyság
- ▶ Centralis szenzitizáció a háttérben
- ▶ Antidepresszánskezelés (amitriptilin, SNRI..)
- ▶ Fájdalomcsillapításra pregabalin, gabapentin vagy tramadol
- ▶ Mozgásterápia segíti a munkaképesség helyreállítását

# Aspecifikus krónikus derékfájdalom – anamnézis

- Mi a beteg fő panasza?
- Fájdalom
- Fáradtság, alvászavar
- Emocionális distress, generalizált szorongás, depresszió
- Munkaképesség probléma, elvárások-megfelelés
  
- Kérdőívek jelentősége - multidiszciplináris kezelés szükségessége

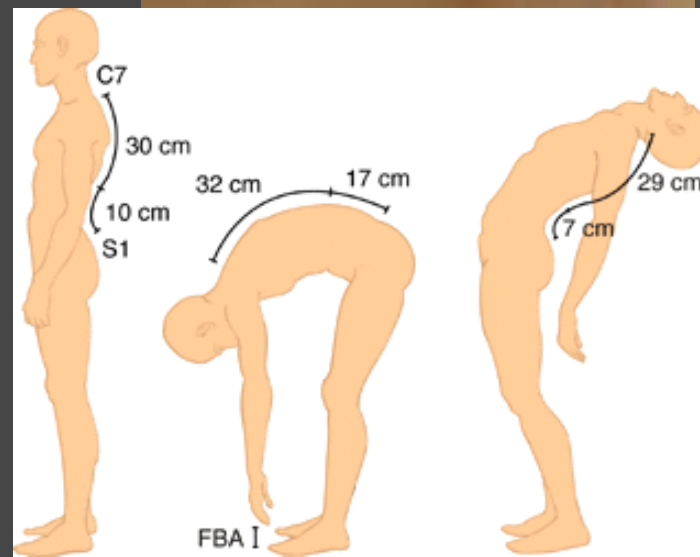
# L- Gerinc mozgások felmérése

## Finger- fibula distance

Oldalra hajlaskor -  
normál: 0 cm, kóros:> 10 cm

## Lumbalis Schóber jel

Előre hajlást méri – norm: 5-7  
cm



# Tesztek – a kezelés eredményességének követésére

- **Funkcionális tesztek**
  - Roland-Morris Disability kérdőív
  - Oswestry Disability index
- **Fájdalom skála** - Vizuális analóg skála (VAS) – 0-100
- **Alvászavar kérdése**
  - Groningen Alvásminőség Skála
- **Fáradtsági index** – VAS 0-100
- **Depressziót felmérő teszt**
  - Beck skála
- **Munkavégzést vizsgáló tesztek**

**Pain-detect** neuropathiás jellegű a fájdalom irányában