

# Vai var «apsaldēt» muguru?

Rez. Anita Balcerbula

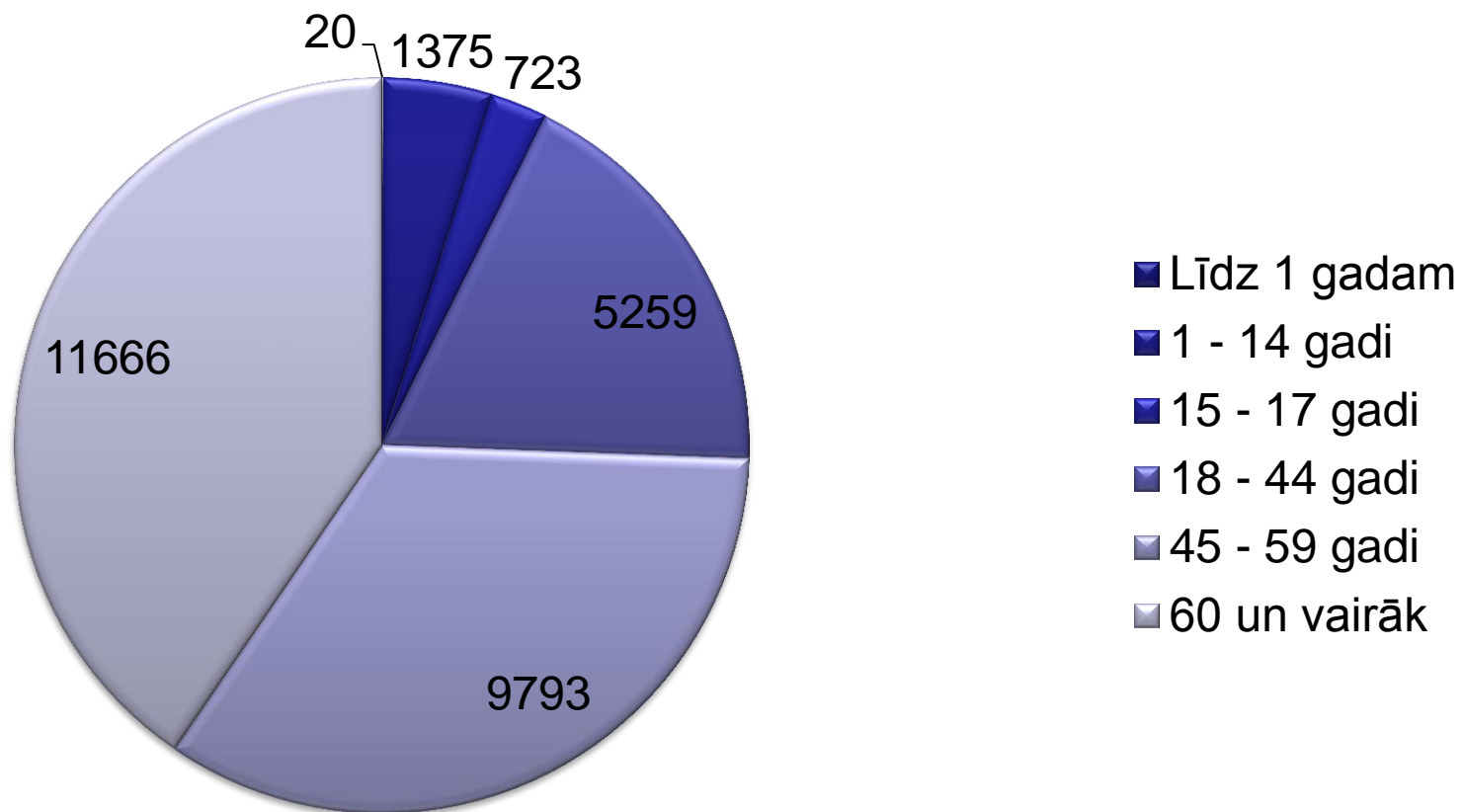
RAKUS stacionārs «Gaiļezers»

7. vispārējās neiroloģijas nodaļa

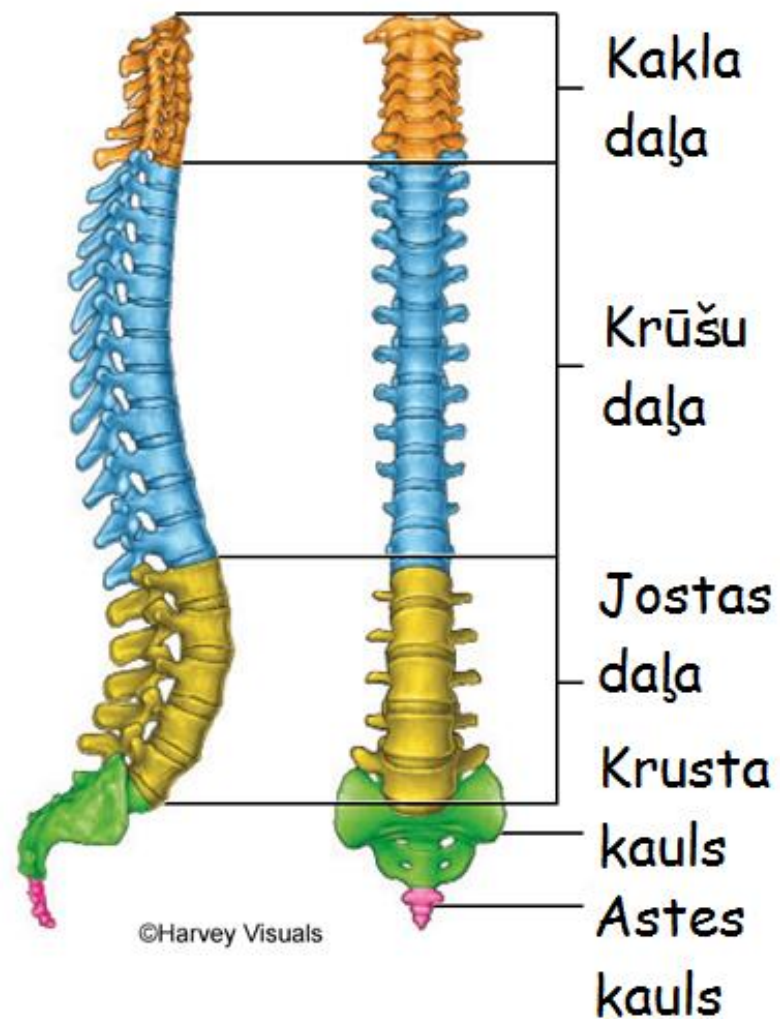
# Aktualitāte

- Muguras sāpes izraisa:
  - Diskomfortu,
  - Funkcionālus ierobežojumus,
  - Darba nespēju un invaliditāti.
- Ar skeleta, muskuļu un saistaudu slimībām 2013. gadā Latvijas slimnīcās stacionēti 28 836 pacienti.

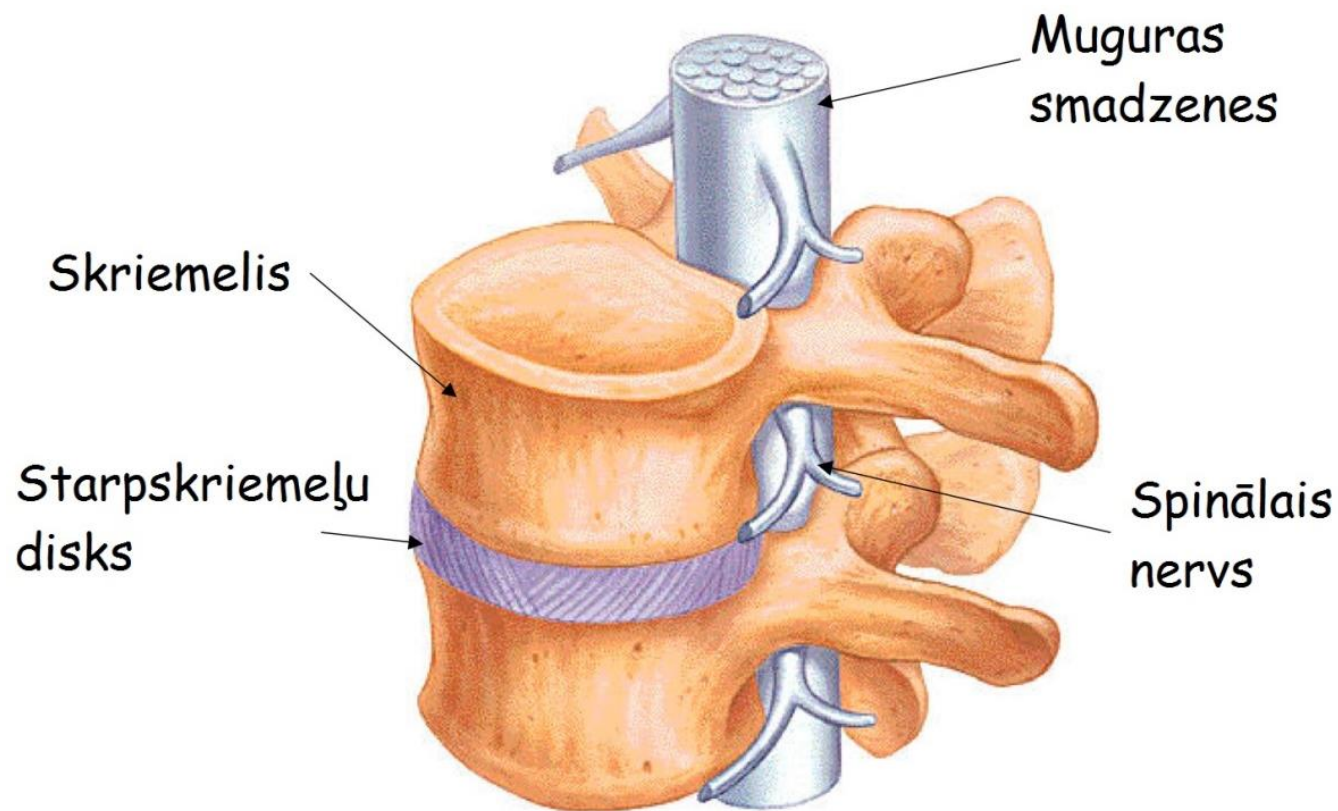
## 2013. gadā stacionētie pacienti ar skeleta, muskuļu un saistaudu slimībām



# Anatomija I



# Anatomija II



# Mugurkaula funkcija

- **Aizsardzība** – aizsargā muguras smadzenes no bojājuma.
- **Balsts** – balsta ķermeņa svaru līdz iegurņa daļai.
- **Ķermeņa ass.**
- **Kustības.**

# Sāpes – kas tas ir?

- Pēkšņas:
  - Brīdinājums!
  - Reakcija uz kairinātāju.
- Ilgstošas – nedēļas, mēneši:
  - Ieilgusi saslimšana?
  - Idiopātiskas – nav skaidrs iemesls.

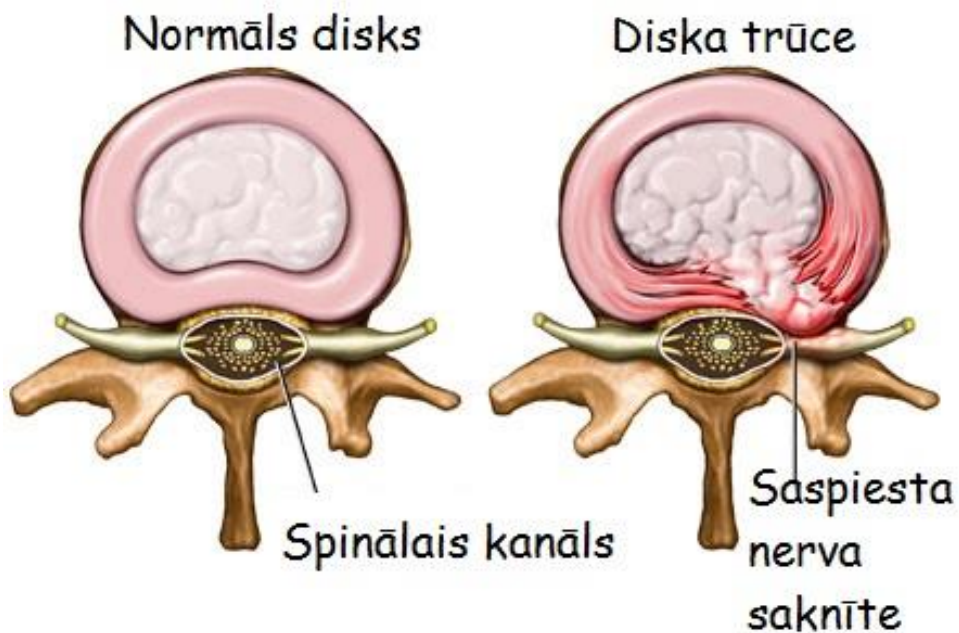
**Sāpes ir nepatīkama sensora un emocionāla pieredze, kas ir saistīta ar esošu vai iespējamu audu bojājumu vai arī tiek aprakstītas, lai definētu bojājumu.**

# Kāpēc sāp mugura?

- Sāpes var izraisīt muskulatūras sasprindzinājums, saites vai cīpslas ievainojums.
- Tāpat var būt citi iemesli:
  - Bojāti vai deformēti starpskriemeļu diski.
  - Artrīts, kas skar mugurkaula locītavas.
  - Kaulu izaugumi uz skriemeļiem, kas atrodas blakus nerviem.
  - Skriemeļa lokalizācijas maiņa.
  - Mugurkaula kanāla sašaurināšanās.
  - Audzējs vai infekcija (bet tas ir reti).



# Diska trūce? Kas tas ir?



# Kad jāiet pie ārsta?



- Nesen esat kritis vai guvis muguras **traumu**.
- Parādās notirpums vai **vājums** kājās.
- Parādās grūtības **kontrolēt mazā iegurņa orgānu** funkcijas.
- Neizskaidrojams **svara zudums**.
- Ir drudzis, paaugstināta **temperatūra**.
- Regulāri lietojat **glikokortikosteroīdus**.
- Jums ir cukura diabēts vai cita **imunitāti samazinoša saslimšana**.
- Jums anamnēzē ir **vēzis vai osteoporozē**.

# Kad jāiet pie ārsta?

- Kā arī:
  - Sāpes nemazinās neskatoties uz terapiju.
  - Sāpes nemazinās 3 – 4 nedēļu laikā.

# Bet kā ir ar «apsaldēšanu»?

- Šobrīd nav ticamu pierādījumu, ka mugurkaulāja sāpes var izraisīt aukstums, vējš.



# Un ko darīt, lai nesāp?

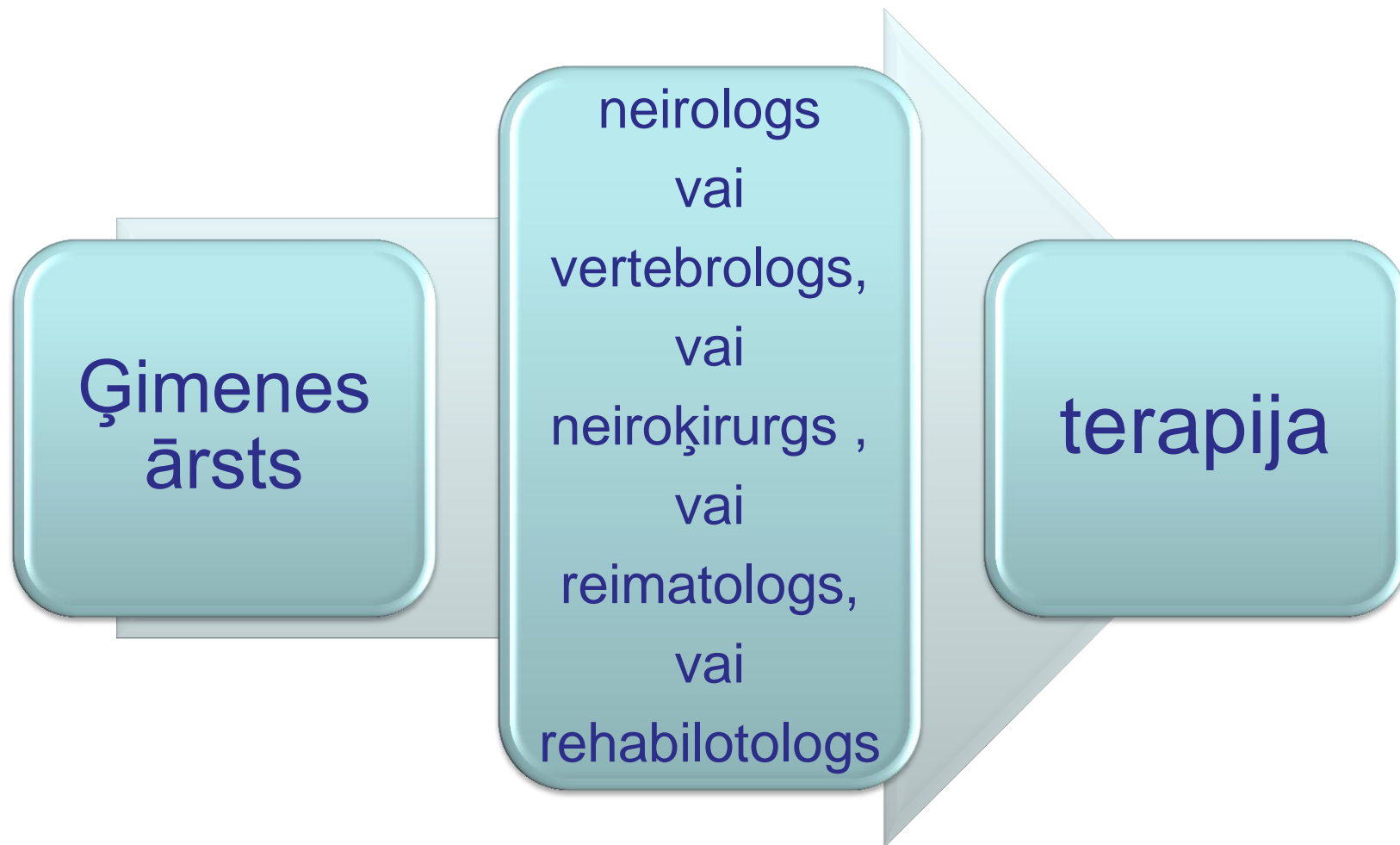
- Režīms.
- Medikamenti.
- Rehabilitācija.
- Fizikālā terapija.
- Psihoterapija.
- Epidurālās blokādes.
- Operācija – mazam skaitam pacientu.

# Medikamenti un to grupas

- Pretsāpju līdzekļi.
- Pretiekaisuma līdzekļi.
- Miorelaksanti.
- Slimību modificējošie pretreimatisma līdzekļi.
- Līdzekļi pret neiropātiskām sāpēm
  - Tricikliskie antidepresanti,
  - Pretkrampju līdzekļi.
- Medikamenti kaulu blīvuma palielināšanai
- Kaulu vielmaiņu ietekmējošie līdzekļi.



# Kur meklēt palīdzību?



# Paldies, par uzmanību

