



IL MAL DI SCHIENA

Lo chiamiamo “la malattia del secolo” perché, secondo gli studi esistenti, non meno dell’80% della popolazione soffrirà di mal di schiena ad un certo punto della sua vita. Il termine “mal di schiena” abbraccia numerosi problemi, come mal di schiena, lombalgia cronica, sciatica ed ernia del disco, tutti con un elemento in comune: il dolore è localizzato nella colonna vertebrale. Il mal di schiena può avere perciò diverse cause.

Tipi di mal di schiena Il mal di schiena può essere classificato in tre gruppi. Se il dolore è localizzato nella parte alta della schiena o nelle ossa

del collo (colonna cervicale) è detto in termini medici **cervicalgia**. Se il dolore è localizzato nella parte bassa della schiena, intorno alle vertebre lombari, è detto **lombalgia**. Infine, se il dolore è localizzato nella parte centrale della schiena, intorno alle vertebre toraciche, viene detto **dorsalgia**.



La cervicalgia (dolore al collo) è un dolore che colpisce la colonna cervicale che in genere passa in pochi giorni ed è spesso associato con una postura sbagliata o con lo stress.

Il dolore lombare colpisce la parte bassa della schiena e può impedire anche i più piccoli movimenti. Molto spesso è causato da movimenti improvvisi o prolungati oppure dal rimanere per troppo tempo nella stessa posizione. Si tratta del tipo più comune di mal di schiena.



La dorsalgia, è il dolore che colpisce la parte centrale della schiena fino alla base del collo, intorno alle vertebre toraciche. La colonna toracica, che funge da struttura di supporto per la gabbia toracica, è composta da vertebre meno mobili rispetto alle altre e gli eventuali problemi in questa zona possono causare dolore e/o una sensazione di rigidità o di limitazione nei movimenti.



Della classificazione fanno parte altri due tipi di dolore molto comuni:

Ernia del disco: si manifesta nei dischi intervertebrali situati tra una vertebra e l'altra, che danno flessibilità alla colonna vertebrale e ammortizzano gli urti. Se la parte interna morbida del disco inizia a sporgere, può premere sui nervi



o sul midollo spinale. Questa patologia è nota come ernia del disco e colpisce più comunemente le vertebre lombari che utilizziamo abbondantemente nella vita quotidiana.



Sciatica: Quando un'ernia del disco preme sul nervo sciatico, il dolore può diffondersi all'intera gamba e prende il nome di sciatica.

Cause della dorsalgia

La dorsalgia può avere varie cause. La maggior parte delle volte deriva da una caduta, da un movimento brusco o dal rimanere troppo a lungo nella stessa posizione. In genere la dorsalgia insorge in modo graduale. Le cause possono essere classificate come segue:

- Meccaniche: quando si rimane troppo a lungo nella stessa posizione
- Traumatiche: a seguito di un incidente, una caduta o un forte urto
- Reumatologiche: principalmente dopo i 60 anni di età
- Degenerative: problemi correlati all'invecchiamento o a uno stile di vita sedentario (con attività fisica scarsa o assente)
- Fisiologiche: gravidanza, ciclo mestruale e menopausa possono causare dorsalgia
- Infine, stress e ansia possono causare dolore in conseguenza di uno stato di tensione dei muscoli della schiena

Tuttavia, la dorsalgia può anche essere sintomo di problemi cardiovascolari (relativi al cuore o ai vasi sanguigni), problemi polmonari o inerenti agli organi oppure patologie come la scoliosi. È perciò importante consultare un medico se il mal di schiena si manifesta per un periodo di tempo prolungato.

Il trattamento del mal di schiena

Se il mal di schiena non è specifico, il trattamento consiste nell'assunzione di antidolorifici e nel praticare attività fisica per rafforzare e rendere più flessibili i muscoli. Negli altri casi, è opportuno trattare il mal di schiena in funzione della sua causa. Se ad esempio il dolore è correlato a un problema muscoloscheletrico, si potrebbe prendere in considerazione l'osteopatia, la fisioterapia o la massoterapia. Se il dolore è correlato allo stress, alcuni semplici esercizi di respirazione o rilassamento potrebbero aiutare ad alleviare lo stress. Se il dolore persiste, il medico può prescrivere degli antidolorifici o, in alcuni casi, delle iniezioni.

Prima di pensare ad eventuali interventi, l'ortopedico può consigliare l'utilizzo di un tutore per la schiena.

COME AGISCE E A COSA SERVE IL BUSTO ORTOPEDICO

Il busto ortopedico a cosa serve? Come agisce sulla schiena? Sono domande che normalmente ci si pone dopo aver affrontato una visita con l'ortopedico, che vi ha consigliato di mettere il busto ortopedico per correggere la vostra postura. Andiamo quindi a scoprire le risposte alle domande iniziali. Il mal di schiena è un fastidio molto diffuso. Da sporadici dolori occasionali, può diventare cronico se non curato adeguatamente e può inficiare sulla vita di tutti i giorni. Nei casi più gravi, il dolore alla schiena può evolversi fino ad essere invalidante e a impedire di compiere semplici azioni, come portare le buste della spesa o chinarsi per cogliere qualcosa da terra.

LE DIFFERENZE TRA IL CORSETTO ORTOPEDICO E IL BUSTO PER LA SCHIENA

Sostanzialmente esistono due tipi di sostegno per la schiena: il busto e il corsetto ortopedico. C'è molta confusione riguardo questo tema: in molti credono che il busto e il corsetto siano la stessa cosa. In realtà, seppur molto simili, svolgono funzioni diverse. Il busto schiena viene prescritto quando siamo in presenza di deformità della colonna vertebrale e di conseguenza è necessario un supporto correttivo. Il corsetto ortopedico viene indossato invece per prevenire dolori lombo – sacrali, alleviare disturbi causati da una postura errata e ridurre il carico sulle vertebre. Ad esempio, è consigliato indossare il corsetto lombare mentre si lavora seduti davanti al computer, oppure quando si svolgono lavori domestici come lavare per terra, stirare, stendere e anche cucinare. Inoltre il corsetto ortopedico è molto utile per coloro che soffrono di artrosi e osteoporosi. Trattandosi di patologie che vanno ad indebolire la colonna vertebrale, è necessario avere a disposizione un ausilio che permetta di ridistribuire il peso che normalmente scaricherebbe sulla colonna. Il corsetto è ideale per svolgere questa operazione.

COME AGISCE IL BUSTO ORTOPEDICO PER SCOLIOSI

Se il corsetto ha una funzione preventiva, il busto per la schiena dritta ha una funzione correttiva. Infatti il busto ortopedico è largamente utilizzato in caso di scoliosi. E' un disturbo che può presentarsi in qualunque momento della vita, anche se generalmente tende a sorgere durante la fase adolescenziale.

Per ripristinare la corretta postura ed evitare conseguenze più significative in età adulta, il busto ortopedico per scoliosi è la soluzione più consigliata dagli ortopedici. Si tratta di un supporto di tipo rigido o semirigido, che deve essere necessariamente progettato e costruito su misura per il paziente. Il funzionamento è piuttosto semplice: il busto esercita una data pressione sulla zona incurvata della colonna vertebrale per spingerla a ripristinare la sua forma naturale. Nel contempo toglie il peso dalle zone che invece non dovrebbero esserne sovraccaricate.



IL NOSTRO LABORATORIO, DI TRENTENNALE ESPERIENZA, E' IN GRADO DI REALIZZARE QUALSIASI TIPO DI BUSTO RIGIDO O SEMIRIGIDO SU MISURA

&

FORNIRE QUALSIASI TIPOLOGIA E MARCA DI BUSTO DI SERIE



Specialisti del piede
di R. Lo Verso
Centro Ortopedico
MILO
Produzione & Vendita
Ausili & Presidi Ortopedici

Sede: Via Sampolo 129 a/b – 90143 Palermo
Tel. 091.63.77.287 – **Cell.** 340.78.78.307
Succ. Partinico: Via P.pe Umberto 269
Tel. 091.87.83.928 – **Cell.** 351.23.51.109
E-mail: info@ortopediamilo.it
Sito: www.ortopediamilo.it



La Tua ortopedia di fiducia

LAVORAZIONE
SU MISURA
BUSTI - REGGISPALLE