



Oier Gorosabel
Fisioterapeuta eta osteopata

Gerri eta izterren desoreka kronikoa

Osasun profesionalaren ikuspegitik, aseguru-ekin lan egiteak abantaila handia du, zalantzarik ez dago. Hemen ere inoiz aipatu dugu: lesio akutueta, batez ere, gaitza hobeto sendatzeko aukera ematen digu, pazientearen poltsikoak asko sufriarazi barik. Halere, Osasun Aseguruek badute beste aurpegi ez hain atsegin bat: haien estaldura ez dago prestatuta paziente kronikoen beharrei erantzuteko. Horien kasuan, arazoak gorputz atal anitzetan aurki daitezkeen arren, tratamendua parte batera bakarrik zuzentzen da (ukalondoa, esate baterako). Horrek ez du emaitza onik: mina ez da guztiz kentzen, edo tratamendua amaitu eta denbora gutxira bueltatzen da... Osagileondako frustragarri xamarra da paziente horrek benetan behar duen tratamendua jakitea eta ezin eman izatea.

Egoera horretan, aseguru-ekin lan egiteko erak ganaduaren haragiaren zatiketa ekartzen dit gogora –solomoa, izterra, xerra, sorbalda...– guk tratatu beharreko gorputz atalak irakurtzen ditudanean. Hala egiten dugu, noski; batetik, ukalondoko mina tratatzeko aginduarekin etorri den pazienteari lepoa manipulatuta, zorigaitzez, min emango bagenio, legearekin arazo larria izango baikenuke, eta bestetik, 50-60 euro balio dezakeen tratamendu batengatik sei euro jasotzeak ere ez duelako gehiegi sakontzeko astirik ematen. Aseguru-etxeetako pazienteekin, beraz, medikuak agindutakora bakarrik mugatu behar izaten gara. Salbuespen bakarrarekin: gerriko eta izterretako desorekak. Arazo beraren aurpegi biak baino ez baitira.

Pelbisean bat egiten duten gerri eta izterrek gure grabitate-zentroa osatzen dute (edo corea, azkenaldian modan jarri den ingelesezko izena erabilita). Bertako muskuluak gorputzeko indartsuenak dira, adibidez aurreko batean aipatutako pubis os-

teopatian nahastuta daudenak, eta gehienak Ormaiztegiko txakurrarena egiten dute, “jo eta pasa” alegia: izterrean hasten direnak gerriraino ailegatzen dira, eta alderantziz. Batzuetan muskulua bera luzea delako (iliopsoas), eta bestetan muskulu txikiagoek faszien bitartez kateatuta lan egiten dutelako. Kontua da, praktikan, gerriko edozein arazok izterretan eragina izango duela, eta alderantziz. Beste modu batera esanda, sendatzen ez diren gerriko min horien azpian, askotan, giltzadura azetabulofemorala (mokorraren edo aldakaren giltzadura) egoten dela.

Horregatik, lunbalgia “diagnostiko” hutsarekin etortzen zaizkidan pazienteei (igar bedi kakotxen ironia sotila), izterren mugikortasuna ere begiratzeko ohitura hartua dut. Lehen esan dudan legez, hain lotura argia eta garrantzitsua du, ezen aseguru-ekin lan egiteko erak garrantzitsua du, ezen aseguru-ekin lan egiteko erak garrantzitsua du, ezen aseguru-ekin lan egiteko erak garrantzitsua du, ezen aseguru-ekin lan egiteko erak garrantzitsua du. Tratamenduan ere, gutxi izango dira gerriko min kronikoz etorri eta izterretako luzaketarik gabe doazen pazienteak, kontsultan edo etxean egiteko ariketa modura. Izan ere, luzaroan garatu diren desorekez ari garenean, ezinbestekoa izaten da desorekatu gaituzten ohiturak identifikatzea eta aldatzea. Kasu bakoitzak bere neurriko irtenbidea beharko du, jakina: kirolari batek entrenamenduak moldatuko ditu; kirolaria ez denak ariketak eta luzaketak egin ditzake; bizkar-izter atzealdetik doan muskulu katea laburtua duenak ez ditu beharko sabel-izter aurrealdetik laburtua duenak egingo dituen ariketa berak... Eta osasun arazorik ez duenak ere, ongi mantentzeko kontuan har dezala: izterrak malgu dituenak, nekez ezagutuko du gerriko minik. •

<http://fisiolantaldea.blogspot.com>



Izterrak malgu dituenak, nekez ezagutuko du gerriko minik. GAUR8