Vertebrogenní algický syndrom (VAS)

VAS patří k celosvětově nejrozšířenějším zdravotním poškozením. Může vzniknout náhle, může být výsledkem většího traumatu nebo mnohonásobných epizod mikrotraumatizace. Projevuje se bolestí svalů nebo kloubů v jednom nebo na mnoha místech a přetrvává po týdny, měsíce nebo po celý zbytek života. Ne vždy má bolest páteře příčinu v páteři samotné, někdy jde např. o přenesenou bolest z nemocného vnitřního orgánu, postižená může být i nervová soustava.

Příčin VAS je celá řada, většinou se jedná o funkční a strukturálních změny na kostech, kloubech, vazech, svalech a nervech. Příčinou může být

* f**unkční blokáda v páteřním segmentu (např. uskřinutí intervertebrální ploténky)**
* **přetížení svalů a vazů (např. špatné držení těla, hypermobilita, zvedání těžkých břemen)**
* **degenerativní onemocnění páteře *(*např. spondylóza *– tj.*** *degenerativní onemocnění meziobratlových disků –*, s**pondylartróza – tj.** *degenerativní onemocnění meziobratlových kloubů páteře -* **, chondróza meziobratlové ploténky *– tj.*** *nerovná a rozvlákněná chrupavka meziobratlové ploténky –*, **na základě zmenšení** množství vodyv ploténce a ztrátě její elasticity, snížení její výšky a stability může dojít k p**rotruzi *– tj. vyklenutí -*, nebo prolaps*u - tj. výhřezu -*, meziobratlové ploténky)**
* **úrazy páteře**
* **vrozené vady (např. abnormální** počet obratlů, nesrostlý oblouk obratle)
* **spondylolýza *(****přerušení obratlového oblouku*)
* **spondylolistéza** *(oboustranná spondylolýza a posun postiženého obratle dopředu)*
* **nádory**
* **osteoporóza**
* **revmatická onemocnění**
* **akutní nebo chronický zánět *(*osteomyelitis páteře *– zánět kostní dřeně)***
* **onemocnění vnitřních orgánů *(***reflexní reakce v příslušném segmentu, včetně bolestí zad)

|  |
| --- |
| * **získané** deformity, např. Scheuermannova choroba (*v průběhu tělesného růstu postižení krycích destiček zejména hrudních obratlů a rozvoj klínovitých deformit obratlů)* nebo skolióza (*vybočení páteře ve frontální rovině s torzí obratlů a s rotací páteře)* * psychogenní faktory *(*např. hysterie, simulace*)*  VAS probíhá pod nejrůznějšími klinickými obrazy. Např. jako a**kutní blok krční páteře (ústřel), chronické bolesti krční páteře, cervikokraniální syndrom,** c**ervikovestibulární syndrom (**porucha prokrvení v povodí a.vertebralis vyvolávající závrať), c**ervikobrachiální syndrom (b**olesti v krční páteři vystřelují do horní končetiny s maximem bolestí v rameni a paži), k**ořenové syndromy na horní končetině, bolesti v hrudní páteři, lumbago (bederní ústřel neboli houser), chronické bolesti v bedrech a kříži, nebo jako kořenové syndromy na dolní končetině.** |

**U** akutních bolestí páteře je vhodný klid na lůžku v úlevové poloze a postižené úseky lze fixovat krčním límcem nebo bederním pásem. **Farmakoterapie spočívá v** tlumení bolesti a zánětu, v obstřikování lokálními anestetiky a v podávání centrálních myorelaxancií (*uvolňují spazmy a vedou k relaxaci kosterních svalů*). Z fyzikální terapie se používá termoterapie, kryoterapie, elektroléčba, ultrazvuk, magnetoterapie, dále krční nebo bederní trakce nebo masáže. Pomocí manipulace a mobilizace se uvolňují funkční blokády. A**kupunktura se** používá hlavně k ovlivnění chronické bolesti páteře. **Neurochirurgické operace jsou** indikované zejména u výhřezů plotének s kompresí kořene. K léčení počítáme i l**ázeňskou léčbu a** využití režimových opatření, přírodních léčivých zdrojů a pohybové a fyzikální léčby.

Cílem pohybové aktivity u VAS je prevence oslabení vyvolaného inaktivitou a zvýšení zátěžové tolerance a svalové síly. Jednotlivé typy cvičení, tj. aerobní a vytrvalostní, silové a cvičení flexibility a koordinace, musí zásadně vycházet z klinického stavu a je při nich minimalizovat zatížení oblasti trupu a zejména zad. Tato cvičení by mohla (a měla) začít nejpozději 14 dnů od začátku akutní fáze onemocnění.

**Obsahové otázky**

1. Jaké jsou nejčastější příčiny bolesti zad?
2. Pod jakými klinickými obrazy může vertebrogenní algický syndrom probíhat?
3. Jak se léčí bolesti zad a jakou roli sehrává pohybová terapie?