

# 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

- funkční blokáda v páteřním segmentu (např. uskřínutí intervertebrální ploténky)
- přetížení svalů a vazů (např. špatné držení těla, hypermobilita, zvedání těžkých břemen)
- degenerativní onemocnění páteře (např. spondylóza – tj. *degenerativní onemocnění meziobratlových disků* –, spondylartróza – tj. *degenerativní onemocnění meziobratlových kloubů páteře* –, chondróza meziobratlové ploténky – tj. *nerovná a rozvlákněná chrupavka meziobratlové ploténky* –, na základě zmenšení množství vody v ploténce a ztrátě její elasticity, snížení její výšky a stability může dojít k protruzi – tj. *vyklenutí* –, nebo prolapsu – 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 dřevě*)
- 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 akutní blok krční páteře (ústřel), chronické bolesti krční páteře, cervikokraniální syndrom, cervikovestibulární syndrom (porucha prokrvení v povodí a.vertebralis vyvolávající závrať), cervikobrachiální syndrom (bolesti v krční páteři vystřelují do horní končetiny s maximem bolestí v rameni a paži), kořenové 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. Akupunktura se používá hlavně k ovlivnění chronické bolesti páteře. Neurochirurgické operace jsou indikované zejména u výhřezů plotének s kompresí kořene. K léčení počítáme i lázeňskou 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?