



# Μετεγχειρητική αποκατάσταση μετά από χειρουργείο οσφυϊκού μεσοσπονδυλίου δίσκου

Εισηγητές:

Κοντός Αθανάσιος, PT, Dip MDT, Prob Instructor MDT  
Σπανός Γεώργιος, PT, Dip MDT, Senior Instructor MDT

# **COPYRIGHT<sup>©</sup>**

*Το περιεχόμενο του αρχείου είναι πνευματική ιδιοκτησία του δημιουργού και του Ελληνικού Ινστιτούτου McKenzie, 11141, Αθήνα, Ελλάδα.*

*Απαγορεύεται η αντιγραφή και γενικότερα η χρήση μέρους ή συνόλου του εγχειριδίου καθ' οποιοδήποτε τρόπο χωρίς τη γραπτή άδεια από τη διεύθυνση του Ελληνικού Ινστιτούτου McKenzie.*

# Τα δεδομένα...

«Η άρση των περιορισμών δραστηριότητας μετεγχειρητικά επιτρέπει την μείωση του χρόνου επιστροφής στην εργασία... Ο μέσος όρος χρόνου απουσίας από την εργασία ήταν 1,2 εβδομάδες»  
Caragee et al, 1996

«Οι ασθενείς οι οποίοι ακολούθησαν πρόγραμμα ενωρίς αποκατάστασης ενεργής άσκησης (έναρξη 1<sup>η</sup> ημέρα μετεγχειρητικά) είχαν καλύτερα αποτελέσματα βραχυπρόθεσμα»  
Kjelby-Wendt & Styf, 1998

«Η ενωρίς δραστηριότητα και η επιστροφή σε όλες τις δραστηριότητες όσο το δυνατόν γρηγορότερα επιδρά στην βελτίωση του πόνου και επιστροφή στην εργασία»  
McGregor et al, 2007

«Η ενωρίς επιστροφή στην εργασία δεν συσχετίστηκε με υποτροπιάζουσα οσφυοϊσχιαλγία, υποτροπή της κήλης ή με αρνητική επίδραση στα κλινικά αποτελέσματα»

Caragee et al, 1996

«Τα ενωρίς προγράμματα αποκατάστασης μπορούν να βελτιώσουν τη λειτουργικότητα... Η ενωρίς επιστροφή στην εργασία **δεν** είναι επιβλαβής, μπορεί να είναι βοηθητική»

McGregor et al, 2007

«Η άμεση έναρξη ασκήσεων μετά από χειρουργείο μικροδισκεκτομής βοήθησε τους ασθενείς να επιστρέψουν στην εργασία τους συντομότερα... Δεν υπήρξε αύξηση στα ποσοστά επαναληπτικών χειρουργείων»

Newsome et al, 2009

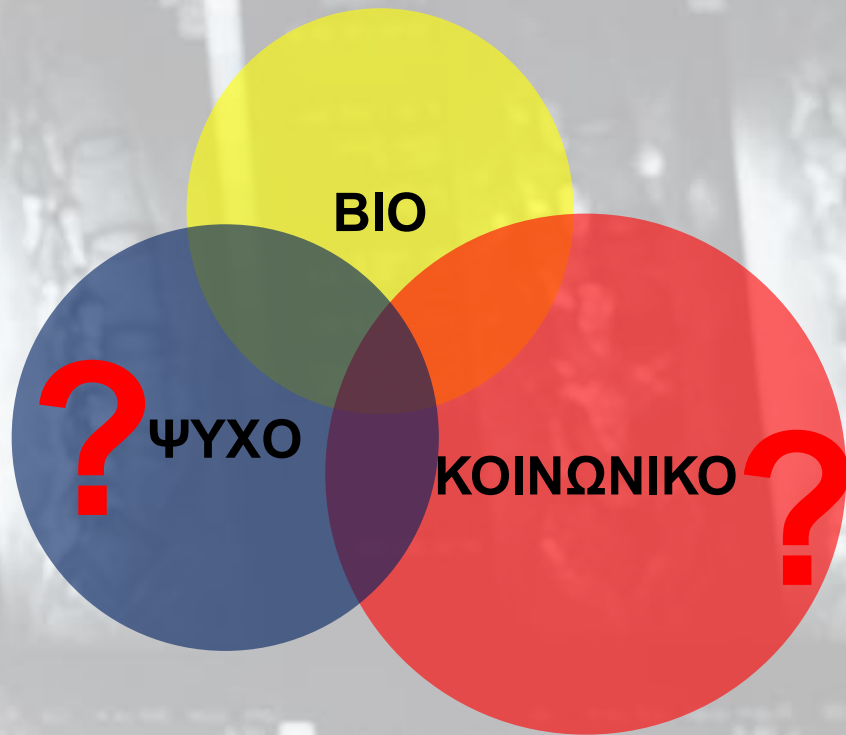
# Failed Back Surgery Syndrome (FBSS)

Από 10% έως και 40% των ασθενών έχουν πόνο μετά το χειρουργείο ΣΣ

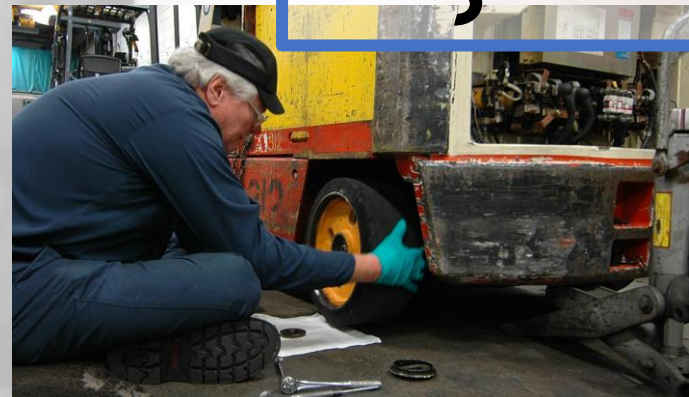
13,4% έως και 35% των χειρουργημένων ασθενών θα χρειαστεί να επαναλάβουν χειρουργική επέμβαση ΣΣ

Δεν υπάρχουν χειρουργικές στρατηγικές για την πρόληψη του FBSS, πέρα από την διαλογή των ασθενών

# Failed Back Surgery Syndrome (FBSS)



Εξατομίκευση;



Chan & Peng, 2011; Hussain & Erdek, 2014; Choi et al, 2014; Bodiu, 2014; Shapiro, 2014

# Κατευθυντήριες οδηγίες για μετεγχειρητική αποκατάσταση;

Δεν υπάρχουν αρκετά δεδομένα

Δεν υπάρχουν ξεκάθαρες οδηγίες σχετικά με την έναρξη της μετεγχειρητικής αποκατάστασης

Δεν υπάρχουν ξεκάθαρες οδηγίες σχετικά με την ένταση και τη διαβάθμιση του προγράμματος αποκατάστασης