

Mal di schiena, il test per trovare la cura giusta

Dura 20 minuti e rivela se c'è una sofferenza nervosa.

«Attendibile come la risonanza magnetica»

Come farlo. Qualche manovra con un ago o un diapason da neurologo; movimenti "test" particolari.

Di cosa si tratta?

È un test low-tech, a bassa tecnologia, ma per alcuni aspetti è meglio della risonanza magnetica: si chiama StEP e serve per distinguere i diversi tipi di mal di schiena. Bastano alcune domande specifiche al paziente (e qualche manovra con un ago

o con un diapason da neurologo) per capire se il dolore è «normale» o se invece c'è anche una sofferenza dei nervi, tipo sciatica. «Quando il dolore è acuto e improvviso è facile capire la causa principale del dolore - commenta il Dott. Francesco Zarattini, Direttore del Centro Rieducazione Colonna Vertebrale di Trieste. Le cose si complicano quando la lombalgia diventa cronica: in questi casi è indispensabile distinguere i vari sottotipi di dolore perché la terapia cambia».

Ecco allora che un team americano, guidato da Joachim Scholz del Massachusetts General Hospital di Boston, in collaborazione con l'Addenbroke's Hospital di Cambridge, ha messo a punto un test non solo semplice, ma anche rapido (dura circa 15 minuti) che ogni specialista può utilizzare, con risultati attendibilissimi (come dimostra il loro lavoro appena pubblicato su Plos Medicine) e a costi molto limitati rispetto a quelli di indagini high tech, come la risonanza magnetica. A volte, infatti, questi esami sofisticati (in alcuni casi necessari) possono essere fuorvianti: possono mostrare, per esempio, la degenerazione dei dischi intervertebrali, l'artrosi, la degenerazione tipica dell'età, ed altre condizioni piuttosto comuni, che in alcuni casi, però, non sono responsabili di quel dolore specifico.

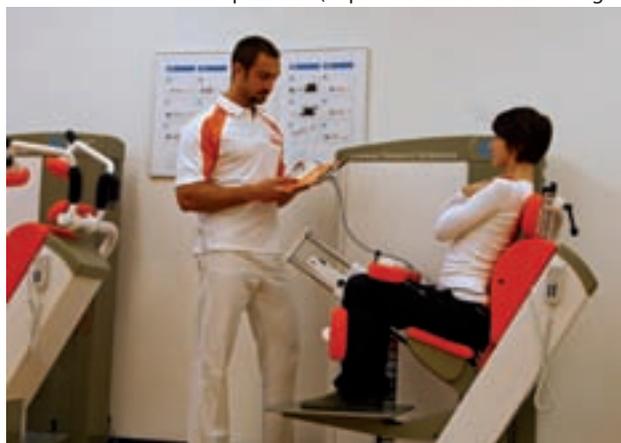
La causa di quest'ultimo va ricercata altrove. In altre situazioni, una valutazione non accurata del tipo di dolore può indirizzare verso trattamenti non adeguati compreso l'intervento chirurgico. Ad esempio, dallo studio si evince che quando è presente questa componente neuropatica i farmaci antinfiammatori non steroidei, che sono efficaci nella semplice lombalgia, non bastano. Così come ci vogliono trattamenti fisioterapici decompressivi specifici. Con questa nuova batteria di test, che valuta diverse caratteristiche del dolore, si potrà ottenere una specie di «carta d'identità» di quest'ultimo, specifica per ogni paziente.

«A noi fisioterapisti» - continua il dott. Marco Segina, fisioterapista del centro rieducazione colonna vertebrale - servirà anche per valutare meglio l'effetto dei trattamenti ed indirizzare il paziente verso quello più indicato, o alla visita medica specialistica se il caso lo richiede. In più del 90% dei casi infatti una fisioterapia specifica e mirata è sufficiente a risolvere il problema acuto. Se poi a questi è abbinata una corretta educazione al paziente è probabile che questo non ne soffrirà più o che comunque si ridurrà drasticamente l'incidenza dei nuovi episodi.

Non è un caso che gli americani, così come tutta la comunità scientifica, si stiano preoccupando del mal di schiena: questo disturbo ha scavalcato le malattie cardiovascolari come prima voce della spesa sanitaria negli Stati Uniti. E lo stesso vale per l'Europa. La situazione è ancora più complicata in Italia, dove il dolore cronico è spesso trascurato dai medici e le strutture dedicate sono poche, come ha appena denunciato un Libro Bianco dell'Associazione italiana per la cura della malattia dolore. «Il dolore cronico soprattutto lombare - dice Paolo Notaro, presidente dell'Associazione e neurologo all'Ospedale Niguarda di Milano - è una delle principali cause di perdita di giornate lavorative. Con costi indiretti elevatissimi, oltre a quelli diretti delle terapie». Tale affermazione rafforza il fatto che una valutazione funzionale specifica sia indispensabile allo specialista ad identificare sia la causa che il trattamento più adatto al singolo paziente.

studio completo visionabile su Plos Medicine (peer-reviewed open access journal of medicine)

<http://www.plosmedicine.org/article/info:doi/10.1371/journal.pmed.1000047>



C.R.C.V.
Centro Rieducazione
Colonna Vertebrale
Fisioterapia Ortopedica
Rieducazione Funzionale DBC
Requilibrio Antro Mio Fasciale RAM

fisioan

**CENTRO RIEDUCAZIONE
COLONNA VERTEBRALE**
FISIOSANO® - FISIOTERAPIA ORTOPEDICA

Direttore: Dott. Ft. Francesco Zarattini
Dott. Ft. Marco Segina

Poliambulatorio Fisiosan s.r.l. Via Genova 21, 34121 Trieste.
Tel. 040 3478678 - Fax 040 3478686 - email info@crvc.it - www.crvc.it

RAM
Requilibrio Antro Mio Fasciale
dbc
Dolore Cronico