

## Mennyibe kerülnek a gerincpanaszok?

Annak ellenére, hogy egyre több és egyre jobb gyógyszer, diagnosztikai eszköz, fizioterápiás módszer és sebészi eljárás áll rendelkezésre, a derék- és hátfájással küszködők milliói nem kerültek közelebb a gyors fájdalomcsillapításhoz, mint 20 évvel ezelőtt.

Számos vizsgálat utal arra, hogy még a legújabb orvosi eszközökkel és módszerekkel sem lehet teljesen hatékonyan kezelni a derékfájást. A kezelések, gyógyszerek ára viszont döbbenetes.

2005-ben az amerikaiak 85,8 milliárd dollárt költöttek arra, hogy hát- és nyakfájásuktól megszabaduljanak, ennyibe kerültek a műtétek, orvoslátogatások, röntgen- és MRI-vizsgálatok és gyógyszerek. Ez az összeg 1997-ben még csak 52,1 milliárd dollár volt, írja a Journal of the American Medical Association (JAMA), az amerikai orvosszövetség lapjának februári száma.

Nemcsak hogy mind többen fordulnak orvoshoz hátfájásukkal, de az egy főre eső kezelések ára is nőtt. A kutatók az 1997-ben orvoshoz forduló 3179 gerincpanaszos felnőtt adatait vetették össze a 2005-ben orvost felkereső 3187 beteg adataival, és kiderült, hogy az inflációt is figyelembe vevő éves orvosi költség a fejenkénti 4695 dollárról 6096 dollárra nőtt.

&ndash; Egyre többet és többet teszünk a gerincbántalmakkal küszködőkért &ndash; mondja dr. Rick Deyo, a JAMA-jelentés egyik szerzője &ndash; de nincs rá bizonyíték, hogy az embereknek kevésbé fájna a hátuk. Ráadásul az az érzésem, hogy sok beteget feleslegesen kezelünk.

&ndash; A képalkotó vizsgálatok elvégzése például csak műtét előtt lenne indokolt, de az emberek azt hiszik, hogy ettől majd választ kapnak arra, miért fáj a derekuk, és akkor megvan a gyógymód is &ndash; mondja dr. Deyo. &ndash; Az orvos pedig előírja, mert fél, hogy ha nem, a beteg bepereli.

A költségekhez nagymértékben járulnak hozzá a gyógyszerek is. Az 1997-es adatokhoz képest a hátfájásra felírt gyógyszerek ára 2005-ben 423 százalékkal nőtt.

Egyre több receptet írnak fel az orvosok, és egyre újabb gyógyszereket, holott a kutató szerint a legtöbb betegnél hatékony fájdalomcsillapítást lehetne elérni egyszerűbb, vény nélkül is kapható nem-szteroid gyógyszerekkel is, mint például a naproxen vagy az ibuprofen.

Porckoronsérvel például évente mintegy 300 ezer amerikaiit operálnak, ami műtétenként összesen 10 ezer dollár körüli összegbe kerül, de kutatásokkal kimutatták, hogy a műtött betegek kétéves periódus után nem kevésbé panaszmentesek, mint azok, akik nem feküdtek kés alá.

A kutató nem azt akarja elérni, hogy senki se kezeltesse magát, csupán azt, hogy legyünk megfontoltabbak a téren, mit teszünk, és milyen gyógymódot veszünk igénybe.

Lehet, hogy a legegyszerűbb kezelés a leghatásosabb, nevezetesen a testmozgás és a fagyás. Nehezebb, mint injekciót kérni, műtetre jelentkezni vagy bevenni egy fájdalomcsillapítót, de megéri megpróbálni.

Forrás: Newsweek

Kapcsolódó cikkek:

Egészséges gerinc, de hogyan?

A helyes emelés technikája

Gerincünk működése  
- mit jelent a porckorong-táplálás?

Tények és tévhitek a hátfájás körül

Ajánló: Kiscsoportos gerinctorna