

## A svéd masszázis jelentősége térdarthritisnél

Amerikai kutatók megfigyelése szerint a gyulladással járó térdízületi megbetegedés - arthritis - miatt szenvedők számára tartós javulást eredményezhet a tradicionális svéd masszázs - olvasható a The New York Times egészségügyi mellékletében. Egyre több amerikai orvos javasolja arthritises betegek számára, hogy a gyulladáscsökkentő szerek szedése mellett járjanak masszázssra - idézett a tekintélyes New York-i lap egy amerikai belgyógyászati folyóirat (Archives of Internal Medicine) legfrissebb számában megjelent tanulmányt. A kutatók egyelőre nem tudják pontosan megmagyarázni a jelenséget, a hatásmechanizmust, hiszen a masszázs általában az izmokat veszi célba, miközben a betegség az ízületi szövetet és csontot támadja meg. Talán több minden hat egyszerre - véli dr. David L. Katz (a Yale orvosegyeteméről). Talán szerepet játszik, hogy a masszázs javítja a vérkeringést, több vér jut a térd szöveteibe, illetve esetleg arról lehet szó, hogy éppen úgy tompítja a fájdalmat, mint ahogy a sérült terület dörzsölése, finom nyomkodása is enyhítheti a kint. Ilyenkor ugyanis a szenzoros stimuláció legyőzi a fájdalomingeret. A masszázs hatására az arthritises térd rugalmasabb lesz, hajlékonyabbá válhat, ennek hatására a páciens könnyebben, és többet mozog, sétál, ami mellesleg már önmagában is gyógyulást hozhat a betegségre - legalábbis ezt tekintik az egyik legcélravezetőbb terápiának. A vizsgálat során a kutatók 68 páciensnél alkalmazták a masszázsterápiát, kétszer egy héten, négy héten keresztül, majd további 4 héten át heti egyszer. A kezelés végére a betegek kevesebb fájdalomról és kisebb fokú merevségről, továbbá jobb térdfunkcióról számoltak be. A vizsgálat lezárulta után nyolc héttel változatlanul javulásról számoltak be. Forrás: MTI