

## Trzeszczące kręgosłupy

Autor tekstu: **Jacek Gargas**

**K**ilka lat temu moja żona zaczęła skarżyć się na nieprzyjemne sensacje w okolicach kręgosłupa. Odwiedziliśmy wówczas cieszącego się sławą ortopedę — specjalistę od kośćca i problemów z nim związanych. Po wnikliwym przeanalizowaniu rentgenowskich zdjęć stwierdził istnienie dyskopatii, która to będzie od czasu do czasu przypominała o swoim istnieniu bólem pleców.

- Co zatem mamy robić? — zadaliśmy pytanie, które niezwykle nas nurtowało.

- Nic. — Padła odpowiedź. — Na tę dolegliwość nie ma lekarstwa.

Cóż, nie takiej odpowiedzi oczekiwaliśmy od ortopedycznej sławy regionu. Taka odpowiedź nie zadowalała nas w najmniejszym stopniu. Postanowiliśmy zasięgnąć rady innego lekarza. Kolejny specjalista stwierdził to samo. Zapewnił nas, że stan kręgosłupa żony nie jest na tyle poważny, żeby położyć ją na stole chirurgicznym. Zasugerował, że może powinniśmy odwiedzić jakiegoś chiropraktyka, który odpowiednio dobranym masażem zredukuje ból.

Postanowiliśmy skorzystać z tej formy terapii. Znalezienie osoby trudniącej się manipulacją kręgosłupa nie nastęrczało problemów. W kilka dni później cierpiąca położyła się na specjalnym stole, a kręgarz długo analizował przedstawione mu rentgenowskie klisze. Stwierdził, że oprócz wspomnianej już dyskopatii dostrzega również szereg innych przemieszczeń i dyslokacji kręgów, które dodatkowo pogłębiają stan chorej. Istnienie tych ostatnich potwierdził również podczas badania palpacyjnego.

W końcu przystąpił do manipulacji. Wykonał serię brutalnych szarpnięć i nacisków przy których zestresowana chora jedynie cicho jęknęła. Następnie złapał głowę pacjentki i gwałtownie przekręcił. Raz w prawo i raz w lewo. Dźwięk, jaki wydał przekręcany kręgosłup, przypominał mi oglądane filmy ze Stevenem Seagalem w roli głównej. Różniły się jedynie tym, że ci którym kręgi szyjne „nastawiał” hollywoodzki aktor, już nie podnosili się po „zabiegu”.

Po uiszczeniu honorarium wyszliśmy z gabinetu rozmawiając o wrażeniach oraz rozważając przedstawiony nam przez kręgarza długoterminowy plan leczenia. Okazało się bowiem, że do pełnego ustąpienia problemów potrzebujemy półrocznej sesji manipulacyjnej przynajmniej raz w tygodniu! Zdecydowaliśmy skorzystać przez jakiś czas z tej kuracji i poobserwować, jak będzie zmieniać się po niej samopoczucie leczonej.

Okazało się, że bezpośrednio po manipulacji ból zniknął, ale po kilku dniach powracał. Następny zabieg ponownie zredukował dolegliwości, które jednak za każdym razem wracały. Chiropraktyk uspokajał nas jednak, że właśnie tak wygląda proces leczenia. Twierdził, że po kilku miesiącach okresy bez bólu zaczną się wydłużać, aż w końcu bóle całkowicie ustąpią.

Kiedy jednak minęło kilka tygodni i nic nie wskazywało na to, że dolegliwości zaczynają ustępować, postanowiłem krytyczniej przyrzeć się chiropraktyce.

## Chiropraktyki rys historyczny

Teoria ta została powołana do życia w 1895 roku przez Daniela Davida Palmera, sprzedawcę oraz samozwańczego uzdrowiciela specjalizującego się w magnetoterapii. Postulował on, że znakomita większość chorób powstaje w wyniku zaburzeń w układzie nerwowym. Aby doprowadzić organizm do całkowitej równowagi i wyzwolić go z najróżniejszych dolegliwości, należy w pierwszym rzędzie usunąć wszelkie dyslokacje oraz wyprostować przemieszczenia kręgów w kręgosłupie. Można tego dokonać za pomocą techniki zwanej manipulacją lub jej mniej brutalną odmianą — mobilizacją. W ten sposób uwalnia się „zaciśnięte” pomiędzy kręgami, „niedrożne” nerwy.

Co prawda oryginalna teoria „zgniecionego węża ogrodowego” nie jest już tak rozpowszechniona, niemniej niektórzy używają jej do wyjaśnienia pacjentom o co w tym wszystkim chodzi. Mianowicie, nieszczęśnik, którego nerw został „zatrzaśnięty” między dwoma kręgami, nie tylko odczuwa przykre i niejednokrotnie bardzo bolesne sensacje, ale na dodatek różne jego narządy wewnętrzne źle funkcjonują. Dysfunkcje te mogą manifestować się w najróżniejszy sposób. Typowe objawy to: chroniczne bóle (głowy, pleców oraz innych części ciała), utrudnione oddychanie (w skrajnych przypadkach astma), uczucie zmęczenia oczu

(„piasek w oczach”, pieczenie), a nawet częste zapalenia uszu.

Na szczególne wyróżnienie zasługuje dyslokacja. Jest to najczęściej diagnozowana przez chiropraktyków przyczyna większości chorób i dolegliwości. Ogólnie rzecz ujmując dyslokacja jest to przemieszczenie kręgów względem siebie. Co ciekawe, sami kręgarze nie są zgodni ze sobą czym dokładnie jest dyslokacja, ani czy w ogóle można stwierdzić jej istnienie za pomocą zdjęć rentgenowskich.

## Chiropraktyka dobra na wszystko?

W 1973 roku kongres Stanów Zjednoczonych zezwolił na pokrywanie kosztów leczenia *„dyslokacji potwierdzonych zdjęciem rentgenowskim”* z funduszu opieki zdrowotnej. Zmusiło to chiropraktyków do precyzyjnego zdefiniowania czym jest dyslokacja i co tak naprawdę leczy. Powstało wówczas wiele naukowo brzmiących terminów, jak *„dyslokacja kabłąkowata”, „dyslokacja rozszerzona”, „boczne przesunięcie giętkie”* czy *„rotacyjne przesunięcie nietrwale”*. Wiele z tych definicji, to jedynie fantazyjne nazwy naturalnych zmian degeneracyjnych związanych z procesem starzenia. Zmian, których nie da się w żaden sposób skorygować za pomocą manipulacji.

Chiropraktycy nie są również zgodni co do sposobów czy metod diagnozowania tych straszliwych nieprawidłowości. Twierdzą, iż są w stanie odszukać je badając kręgosłup palcami, mierząc zmiany temperatury skóry w obrębie kręgosłupa, analizując różnice w długości wykroku lewej i prawej nogi, analizując rozkład cieni powstających na plecach oświetlonych wiązką światła, ważąc pacjentów na specjalnych wagach, a ostatnio także wykorzystując technikę komputerową.

Nie zapominajmy, że termin *„dyslokacja”* funkcjonuje w medycynie. Jest to nazwa stanu chorobowego, doskonale widocznego na zdjęciach rentgenowskich, w którym powierzchnie kości w obrębie stawu nie są zwrócone naprzeciw siebie, ale wykazują nienaturalne odchylenie. Nie jest to jednak dolegliwość, którą można byłoby leczyć za pomocą manipulacji, czy mobilizacji.

W ciągu ostatnich kilku lat pojawiły się dwa raporty dotyczące leczenia bólu dolnego odcinka kręgosłupa, które postawiły chiropraktykę w jaśniejszym świetle. Jednym z nich był raport Korporacji RAND, w którym stwierdzono, że manipulacja kręgosłupem okazała się być skuteczna w kilku przypadkach bólu pleców.

Druga, przedstawiona przez AHCPR (Agency for Health Care Policy and Research) określiła manipulację jako przydatną do kontrolowania symptomów w trakcie oczekiwania na remisję, która zazwyczaj następuje u większości pacjentów z bólem w dolnej części pleców.

Chiropraktycy podchwycili obydwie raporty jako promujące kręgarstwo. Niestety, raporty te tak naprawdę niczego dotyczącego kręgarstwa nie promują. Potwierdzają co najwyżej pozytywne skutki właściwego użycia manipulacji na grupie wybranych pacjentów; jednak jedynie w kilku przypadkach opisanych w raportach, skorzystano z pomocy chiropraktyka. Znakomita większość została wykonana przez lekarzy oraz fizykoterapeutów. Należy pamiętać, że ich techniki nie są tożsame z tymi, które stosują na co dzień kręgarze.

Większość chiropraktyków wykonuje manipulację na większości pacjentów, którzy pojawiają się w ich gabinetach, zarówno tych, którzy potrzebują pomocy, jak i tych kompletnie zdrowych. Niektórzy używają technik, które nie zostały w ogóle przetestowane pod względem bezpieczeństwa. Wielu przekonuje swoich klientów, aby korzystali z *„okresowych przeglądów”* nie rzadziej niż raz na miesiąc.

O ile manipulacja (lub mobilizacja) może rzeczywiście być pomocna w leczeniu niektórych bólów dolnego odcinka pleców, związanych z problemami mięśniowo-kostnymi, to bardzo trudno jest spotkać praktyka, który swoje leczenie ograniczałby tylko do tych symptomów. Gama dolegliwości, na które — zgodnie z deklaracjami kręgarzy - chiropraktyka ma pomagać, rozciąga się od astmy aż po kolkę noworodków.

Kolkę noworodków? Tak jest, proszę państwa, współcześni kręgarze *„leczą”* również nowo narodzone dzieci! Proszę mi wierzyć, to naprawdę nie jest dobry pomysł, pozwalać manipulować niewykształconym kośćcem niemowlęcia (czy dziecka w ogóle) chiropraktykowi. Na samą myśl o tym robi mi się gorąco...

Zgodnie ze statystykami ACA (American Chiropractic Association), *„10% pacjentów odwiedzających gabinety kręgarzy stanowią dzieci i nastolatki, którzy leczeni są na takie schorzenia jak: zapalenie ucha środkowego, astma, alergie, kolki u noworodków, a także moczenie nocne.”* [1]

## Jak nie dać się oszukać?

Bądź czujny. Poszukaj chiropraktyka, który otwarcie mówi, że jego działania są ograniczone do leczenia mięśniowo-szkieletowych problemów pochodzenia mechanicznego. Istnieje bowiem mnóstwo procedur i technik kręgarskich, których powinieneś się wystrzegać. Niektóre nie tylko pozbawione są jakiegokolwiek sensu, ale mogą okazać się niebezpieczne.

Zwróć uwagę na metodę. Właściwą manipulację wykonuje się ręcznie. Niektórzy chiropraktycy, zwłaszcza apologeci teorii, że nawet najdrobniejsze dyslokacje mogą powodować choroby, bardzo często posługują się przyrządami. Mogą to być niewielkie młoteczki na sprężynach, za pomocą których „bardzo precyzyjnie” nastawiają kręgi. Hochsztaplerzy mogą również używać przeróżnych urządzeń do pomiaru ciepła lub oporności elektrycznej skóry w poszukiwaniu dyslokacji. [2]

Dobry chiropraktyk, specjalizujący się w opiece mięśniowo-szkieletowej, nie używa maszyn czy instrumentów do diagnozowania. Jego leczenie nie sprowadza się również jedynie do manipulacji. Fizjoterapia, masaż, różnego rodzaju ćwiczenia, odpoczynek, chłodne i ciepłe okłady, a nawet brak jakiegokolwiek leczenia, często bywają znacznie skuteczniejsze w opanowaniu dolegliwości, niż sama manipulacja.

Unikaj niepotrzebnego leczenia. Pamiętaj, większość bólów pleców, jakkolwiek mogą one być dokuczliwe, a nawet przerażające, znika w przeciągu kilku tygodni. Jeśli po kilku wizytach w gabinecie kręgarza poczujesz się lepiej, nie powinieneś kontynuować leczenia. Staraj się stopniowo powrócić do normalnej aktywności. Jeśli jednak symptomy nie znikną po dwóch-trzech tygodniach, poszukaj pomocy ortopedy.

Bądź bardzo ostrożny i podejrzliwy, jeżeli usłyszysz, że plan twojego leczenia rozciągnięty jest na kilka miesięcy.

Jako naczelną zasadę przyjmij, że zabiegi chiropraktyka mające pomóc ci w kontroli bólu dolnej części pleców powinny zostać przerwane w chwili kiedy symptomy ustąpią, a sam poczujesz się lepiej. Nie są konieczne „okresowe przeglądy”. Częste i niepotrzebne manipulacje mogą wyrządzić ci więcej krzywdy niż przynieść pożytku.

## Udar mózgu, czyli o czym nie powie ci kręgarz

W trakcie manipulacji szyjnym odcinkiem kręgosłupa chiropraktyk wykonuje gwałtowne szarpnięcia, przy jednoczesnym przekręceniu głowy pacjenta. Może to doprowadzić do uszkodzenia arterii doprowadzającej krew do mózgu.

Na skutek rozwarstwienia ścianek przewodu naczyniowego, lub w efekcie mikropęknięć w jego delikatnej wyściółce, może zacząć tworzyć się skrzep, który po pewnym czasie odrywa się od ścianki naczynia i wędruje w górę prowadząc do udaru mózgu. Problem ten został nagłośniony w [raporcie z lipca 1999 roku](#).

W 1992 roku, pracownicy naukowcy Stanford Stroke Center zwrócili się do 486 członków Amerykańskiej Akademii Neurologii z pytaniem, u ilu spośród leczonych przez nich pacjentów wystąpił udar mózgu w ciągu 24 godzin po poddaniu się manipulacji szyjnego odcinka kręgosłupa.

Na ankietę odpowiedziało 177 neurologów zgłaszając 56 takich pacjentów w wieku od 21 do 60 lat. Jeden z pacjentów zmarł, a 48 wykazuje permanentne zaburzenia neurologiczne. Przyczyną udaru mózgu u tych pacjentów było pęknięcie wyściółki arterii szyjnej, które wypełniając się krwią rozdziło wyściółkę w balon, blokując swobodny przepływ krwi do mózgu.

Nie wiadomo jak częste są przypadki udaru występujące po zabiegu manipulacji kręgosłupa. Nie wykonano jeszcze żadnych badań klinicznych, które pokazałyby nam konkretne liczby. Dane towarzystw ubezpieczeniowych dotyczące ilości odszkodowań są utajnione. Spekuluje się, że tego typu problem występuje raz na 400 tysięcy przypadków.

Reasumując. Właściwie zastosowana manipulacja kręgosłupem może przynieść korzyści w niektórych typach schorzeń kręgosłupa. Może pomóc opanować ból dolnej części pleców w okresie oczekiwania na remisję. Problem zaczyna się w chwili, kiedy chiropraktycy przekonują pacjentów, że ich leczenie oprócz doraźnych korzyści może uzdrowić ich z całej masy chorób i dolegliwości. Że może również przeciwdziałać rozwojowi chorób w przyszłości. Kiedy cierpiącego pacjenta uzależnia się od manipulacji, i nakłania się go, by wracał na kolejne „przeglądy” swojego kręgosłupa. Niepotrzebna manipulacja może, bowiem przynieść więcej szkody niż pożytku. Wielokrotnie stosowana może być również bardzo niebezpieczna.

Na koniec powrócę jeszcze na moment do historii, od której zacząłem ten artykuł — do mojej żony i jej bolących pleców. Okazuje się, że okresowe problemy z bolącymi plecami potrafi łagodzić z pomocą dobrze dobranych ćwiczeń fizycznych. Od przeszło dwóch lat nie skorzystała z wątpliwej pomocy kręgarza. Zdecydowała trzymać się od nich z daleka i szczerze popieram jej decyzję.

*W trakcie pisania artykułu bardzo pomogły mi teksty autorstwa Stephena Barretta znajdujące się na stronach serwisu [www.quackwatch.org](http://www.quackwatch.org).*

---

Przypisy:

[1] Goertz C. ACA annual statistical survey on chiropractic practice. Journal of the American Chiropractic Association 33:35-41, 1996.

[2] Christensen MG and others. *Job Analysis of Chiropractic*. Greeley, Colo.: National Board of Chiropractic Examiners, 2000, p 129.

#### **Jacek Gargas**

Informatyk, pracuje w Glass's Information Services (Australia). Przez sześć lat pracował na Monash University, Deakin University oraz Swinburne University

[Strona www autora](#)

[Pokaż inne teksty autora](#)

(Publikacja: 06-07-2007)

[Oryginał.](http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,5448) (<http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,5448>)

Contents Copyright © 2000-2008 by Mariusz Agnosiewicz

Programming Copyright © 2001-2008 Michał Przech

Autorem tej witryny jest Michał Przech, zwany niżej Autorem.  
Właścicielem witryny są Mariusz Agnosiewicz oraz Autor.

Żadna część niniejszych opracowań nie może być wykorzystywana w celach komercyjnych, bez uprzedniej pisemnej zgody Właściciela, który zastrzega sobie niniejszym wszelkie prawa, przewidziane w przepisach szczególnych, oraz zgodnie z prawem cywilnym i handlowym, w szczególności z tytułu praw autorskich, wynalazczych, znaków towarowych do tej witryny i jakiegokolwiek ich części.

Wszystkie strony tego serwisu, wliczając w to strukturę podkatalogów, skrypty JavaScript oraz inne programy komputerowe, zostały wytworzone i są administrowane przez Autora. Stanowią one wyłączną własność Właściciela. Właściciel zastrzega sobie prawo do okresowych modyfikacji zawartości tej witryny oraz opisu niniejszych Praw Autorskich bez uprzedniego powiadomienia. Jeżeli nie akceptujesz tej polityki możesz nie odwiedzać tej witryny i nie korzystać z jej zasobów.

Informacje zawarte na tej witrynie przeznaczone są do użytku prywatnego osób odwiedzających te strony. Można je pobierać, drukować i przeglądać jedynie w celach informacyjnych, bez czerpania z tego tytułu korzyści finansowych lub pobierania wynagrodzenia w dowolnej formie. Modyfikacja zawartości stron oraz skryptów jest zabroniona. Niniejszym udziela się zgody na swobodne kopiowanie dokumentów serwisu Racjonalista.pl tak w formie elektronicznej, jak i drukowanej, w celach innych niż handlowe, z zachowaniem tej informacji.

Plik PDF, który czytasz, może być rozpowszechniany jedynie w formie oryginalnej, w jakiej występuje na witrynie. **Plik ten nie może być traktowany jako oficjalna**

**lub oryginalna wersja tekstu, jaki zawiera.**

Treść tego zapisu stosuje się do wersji zarówno polsko jak i angielskojęzycznych serwisu pod domenami Racjonalista.pl, TheRationalist.eu.org oraz Neutrum.eu.org.

Wszelkie pytania prosimy kierować do [redakcja@racjonalista.pl](mailto:redakcja@racjonalista.pl)