

# LA LOMBALGIA

Il dolore lombare affligge circa l'80% delle persone almeno una volta nella vita

La cosa veramente curiosa da sapere è che esistono persone con spondilolistesi, ernie, protrusioni e degenerazioni di diversa natura che non hanno il minimo sintomo doloroso, ed altre che soffrono da anni di mal di schiena senza patologie rilevate da risonanze o test diagnostici

Non vi è associazione tra lombalgia e degenerazioni discali, disfunzioni delle faccette articolari, spondilolistesi o spondilolisi e **solamente il 3% delle risonanze evidenziano degenerazioni** (di qualsiasi natura) **nelle lombalgie**

## **L'85% delle lombalgie è di natura ASPECIFICA**

Ciò significa che non vi è un'unica causa scatenante che provoca il vostro mal di schiena, bensì una serie di concause di natura:

- Psicologica
- Articolare
- Di controllo motorio
- Di dolore centralizzato
- Cerebrali
- Genetiche
- Sociali
- Neurali
- Ambientali

Tutte variabili che vanno valutate nei minimi dettagli dal professionista e che influiscono sul vostro dolore

Capite quanto questa problematica sia complessa?????

La lombalgia ASPECIFICA si suddivide in due grandi famiglie:

**MOVEMENT IMPAIRMENT:** disfunzioni del movimento risolvibili prevalentemente tramite la terapia manuale

**CONTROL IMPAIRMENT:** disfunzioni del controllo motorio, risolvibili tramite l'esercizio terapeutico

Mentre i disordini lombari SPECIFICI si differenziano in:

**DISORDINI NEURALI:** necessitano di trattamento del sistema nervoso

**PATOLOGIE SPECIFICHE:** come per esempio le spondilolistesi che richiedono trattamento specifico spesso anche chirurgico

L'anamnesi, la valutazione fisioterapica e posturale sono quindi fondamentali per capire la patologia di cui è affetto il paziente, da ciò ne deve sempre conseguire un trattamento specifico e personalizzato che rispetti tutte le caratteristiche del paziente

Fisioterapista Dott. Cristiano Zanini