

# Κρανιοϊερή Θεραπεία για τον χρόνιο πόνο στον αυχένα

# Κρανιοϊερή Θεραπεία για τον χρόνιο πόνο στον αυχένα



Η εφαρμογή της Κρανιοϊερής Θεραπείας (ΚΙΘ) στην αντιμετώπιση του χρόνιου πόνου φαίνεται να κερδίζει ολοένα και περισσότερο έδαφος. Κυρίως, όμως, ενισχύονται συνεχώς οι ενδείξεις σχετικά με την αποτελεσματικότητα της μεθόδου.

Έχοντας αυτά τα δεδομένα, ερευνητές από Πανεπιστήμια και Ινστιτούτα Υγείας της Γερμανίας (*“Department of Internal and Integrative Medicine, Kliniken Essen-Mitte, Faculty of Medicine, University of Duisburg-Essen, Germany + Institute of Integrative Medicine, Department of Health, University of Witten/Herdecke, Germany”*) αποφάσισαν να διερευνήσουν και να δώσουν απάντηση στο ερώτημα σχετικά με την αποτελεσματικότητα της ΚΙΘ στην αντιμετώπιση του χρόνιου μη ειδικής παθολογίας πόνου στον αυχένα, σε σύγκριση με placebo (εικονική) θεραπεία.

# ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ



Για το λόγο αυτό, οι ερευνητές, **Haller (Heidemarie MSc)**, **Lauche (Romy PhD)**, **Cramer (Holger PhD)**, **Rampp (Thomas MD)**, **Saha (Felix J. MD)**, **Ostermann (Thomas PhD)**, **Dobos (Gustav MD)** έλαβαν ένα δείγμα 54 τυχαία επιλεγμένων ασθενών με πόνο στον αυχένα. Όλοι υποβλήθηκαν σε θεραπεία επί 8 εβδομάδες. Κάποιοι ακολούθησαν την Κρανιοϊερή θεραπεία, και οι υπόλοιποι μια placebo θεραπεία με απαλό άγγιγμα. Η αξιολόγηση της κατάστασή τους έγινε σε τρεις φάσεις: πριν την υποβολή σε θεραπεία, αμέσως μετά την θεραπεία (8 εβδομάδες) και 3 μήνες (20 εβδομάδες) μετά την έναρξή της. Το βασικό κριτήριο της αξιολόγησης ήταν η ένταση του πόνου σε μια οπτική αναλογική κλίμακα. Δευτερευόντως, αξιολογήθηκαν ο πόνος κατά την κίνηση, η ευαισθησία στη μηχανική πίεση, η λειτουργική ανικανότητα, η ποιότητα της ζωής σχετικά με την υγεία, το άγχος, η κατάθλιψη, η αντίληψη του στρες, η αποδοχή του πόνου, η επίγνωση του σώματος και η σφαιρική εντύπωση των ασθενών όσον αφορά τη βελτίωση της κατάστασή τους και την ασφάλειά τους.

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η έρευνα έδειξε ότι σε σύγκριση με την placebo ομάδα, οι ασθενείς που δέχτηκαν ΚΙΘ ανέφεραν σημαντική βελτίωση στην ένταση του πόνου τόσο κατά τις 8 πρώτες εβδομάδες από την

**έναρξη της θεραπείας τους, όσο και την 20 εβδομάδα. Κλινικά σημαντικές διαφορές στην ένταση του πόνου κατά την 20η εβδομάδα μετά την έναρξη της θεραπείας αναφέρθηκαν από το 78% των ασθενών της ομάδας της ΚΙΘ, ενώ το 48% είχε ακόμη σημαντικά κλινικά οφέλη.**

Σημαντικές διαφορές σε σχέση με την προ της θεραπείας κατάσταση των ασθενών, στο ίδιο χρονικό διάστημα, παρατηρήθηκαν επίσης για τις παραμέτρους που αφορούσαν στον πόνο κατά την κίνηση, τη λειτουργική ανικανότητα, την ποιότητα της ζωής και τη σφαιρική αντίληψη των ασθενών όσον αφορά τη βελτίωση. Η ευαισθησία στον πόνο με την μηχανική πίεση και η επίγνωση του σώματος βελτιώθηκαν σημαντικά μόνο μέχρι την 8η εβδομάδα, το άγχος μόνο κατά την 20η εβδομάδα. Εδώ θα πρέπει να σημειωθεί ότι δεν αναφέρθηκαν σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες από τους ασθενείς που εντάχθηκαν στην ομάδα της Κρανιοϊερής Θεραπείας.

## **ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ**



**Οι παραπάνω παρατηρήσεις οδήγησαν του επιστήμονες στο συμπέρασμα ότι η Κρανιοϊερή Θεραπεία αποδεικνύεται τόσο αποτελεσματική, όσο και ασφαλής στην βελτίωση του χρόνιου πόνου στον αυχένα, ενώ μπορεί να συνεισφέρει σημαντικά στην βελτίωση της λειτουργικής δυσλειτουργίας και να βελτιώσει την ποιότητα της ζωής του ασθενή.**

**ПНГН**

Clinical Journal of Pain:

Post Acceptance: September 03, 2015

doi: 10.1097/AJP.0000000000000290

Original Article:

Craniosacral Therapy for the Treatment of Chronic Neck Pain: A Randomized Sham-controlled Trial.

Haller -Heidemarie MSc, Lauche -Romy PhD, Cramer -Holger PhD, Rampp -Thomas MD, Saha -Felix J. MD, Ostermann -Thomas PhD, Dobos -Gustav MD.