

Uspešnemu izidu zdravljenja botruje več dejavnikov



Že 23 let na Kersnikovi ulici v Ljubljani domuje Max Medico, Center za alternativno medicino. Vodi ga Maxim Krylov, dr. med., nevrolog s specializacijo za akupunkturno in manualno medicino. Prihaja iz Moskve, tam je končal tudi svoj študij uradne medicine, pa tudi omenjenih alternativnih metod. Treba je povedati, da so v Rusiji homeopatija, akupunktura in manualna terapija del uradne medicine. Pri nas je od teh kot komplementarna metoda priznana le akupunktura. Dr. Krylov je s tem, da pri zdravljenju lahko kombinira metode uradne medicine z metodami alternativne medicine, zelo zadovoljen, saj je tako lahko uspešnejši.



Piše: **Maja Korošak**

Kdaj je po njegovem mnenju zdravljenje uspešno? »Tokrat, ko sva zadovoljna oba: tako jaz kot tudi pacient. To je tudi naš cilj zdravljenja.« To se zgodi v kar okoli 90 odstotkov primerih pacientov, ki jih vzame v obravnavo. Za uspešen izid zdravljenja pa je potrebnih več stvari, poudarja dr. Maxim Krylov.

ZAUPANJE IN SODELOVANJE

Na prvo mesto postavlja odnos do pacienta. »Za zdravnika pacient ne sme biti le številka, ampak predvsem človek. Vse je treba dati

od sebe in ga obravnavati strokovno.« Zato vsakega pacienta najprej temeljito pregleda in se z njim pogovori. Pomembno se mu zdi to, da zdravnik s pacientom vzpostavi stik, ki je osnova za to, da mu slednji zaupa. »S tem je tretjina dela že opravljenega, saj je zaupanje do zdravnika in načina zdravljenja osnova za uspešen izid. Kot zdravnik potrebujem od pacienta troje: zaupanje, sodelovanje in sprostitev pri terapiji. Zdravnik je pomočnik pacientu in pacient je sam svoj zdravnik.« Ali ima pri vsakem pacientu enak po-

stopek? »Zgodi se, da težavo vidim takoj. Zelo pomembno pa je, da se najprej temeljito posvetim postavljanju diferencialne diagnoze. Bolečina, ki jo čuti pacient v predelu hrbtenice, ima namreč lahko različne vzroke ali več vzrokov, ne izvira nujno le iz hrbtenice. Zato je treba pogledati različne simptome. Vzrok za bolečino v križnem delu je lahko vnetje mehurja ali pa izvira iz debelega črevesa, pri moških je vzrok lahko bolezen prostate, pri ženskah bolezen rodil. Izvirni vzrok je lahko pritisk diska na zadnji ligament

(vzdolžno vez). Ob tem bolečino dodatno povzroča napetost mišic, istočasno disk za kri nastopi kot antigen. V krvi se v tem primeru sproščajo protitelesa, pride do alergijske reakcije in kot posledica nastaneta vnetje in oteklina.«

DIFERENCIALNA DIAGNOZA

Kaj pa pomeni diferencialna diagnoza? »To je skupek vseh diagnoz, ki jih je možno postaviti glede na klinično sliko. Le tako lahko najdemo prave vzroke bolečine in s tem dosežemo pravi učinek.« Kot nas-



Fotografija: osebni arhiv

Maxim Krylov, dr. med., spec. nevrologije, spec. za akupunkturo in manualno medicino: »Če pacient sodeluje z menoj in prispeva svoj delež, sva lahko oba zadovoljna.«

lednji primer navede bolečine v glavi – njihov vzrok so lahko težave pri prekrvavitvi, lahko je vzrok tumor, težave v vratnem delu hrbtenice ali pa z možganskimi živci. Na podlagi natančno postavljene diagnoze lahko zdravi prave vzroke in tudi izbere pravo metodo zdravljenja. V njegovem centru uporabljajo več alternativnih metod, poglobitve pa so akupunktura, zdravljenje z magnetno resonanco in manualna terapija (glej v okvirčku).

Kako še ugotavlja vzroke? Maxim Krylov: »Če je težava povezana z lokomotornim sistemom, najprej pogledam reflekse in s posebno iglo pregledam občutljivost kože na dotik, opravim torej nevrološke teste. Ugotovim tudi, na katerem nivoju je težava – ob katerem hrbteničnem vretencu se pojavlja. Na ta način lahko ugotovim, ali gre za običajen lumbago, ali gre za išias, hkrati pomislim tudi na protruzijo (izboklino) medvretenčnega diska ali celo na hernijo diska. Za natančnejšo diagnozo pacienta napotimo na rentgensko slikanje ali še natančnejšo magnetno resonanco ali CT-slikanje. V tistem trenutku lahko povem, ali s svojimi metodami dela lahko pomagam ali ne. Moja terapija je zadnja stopnica pred operacijo.«

Zgodi se, da zdravi več težav naenkrat. To pojasnjuje takole: »Če imamo problem s hrbtenico, ima-

mo lahko težavo tudi s katerim od notranjih organov. Zato z zdravljenjem hrbtenice hkrati zdravimo tudi notranji organ, ki je povezan s tistim delom hrbtenice.« Podobno je pri metodi akupunkture, kjer se ob zdravljenju živčnega sistema prav tako vpliva na notranje organe. Zato pri pacientih po takšnem zdravljenju ne preneha samo bolečina, pač pa je boljše tudi njihovo splošno počutje.

Prsni del hrbtenice navadno vpliva na pljuča. Ko sprostimo ta del hrbtenice (z manualno terapijo), se izboljša tudi stanje pljuč, na primer pri bronhialni astmi in različnih bronhitisih. Pri tem pa ne uporabljajo le manualne terapije, pač pa tudi zdravljenje z aparaturo in z akupunkturo. Manualna terapija pomaga že sama po sebi, vendar je v kombinaciji z drugimi terapijami še učinkovitejša, saj lahko vpliva na več vrst vzrokov.

SODELOVANJE IN SPLOŠNI NASVETI

V vseh primerih je dobro, če pacient s seboj prinese vse izvide, ki jih ima, tudi rentgenske slike, izpostavlja dr. Krylov. To mu olajša delo. Če gre na primer za težave s hernijo diska, pa je pacient že bil na pregledu pri nevrokirurgu in mu je ta rekel, da stanje ni primerno za operacijo, ga lahko vzame v svojo terapijo. »Med zdravniki mora biti sodelovanje in z dodatnimi preiskavami dobimo celotno sliko zdravstvenega stanja pacienta. Na takšen način lahko najbolj pomagamo pacientu in se odločimo bodisi za konservativno zdravljenje bodisi za operacijo, pove dr. Krylov in še doda, da ima zelo dobre izkušnje s sodelovanjem s splošnimi zdravniki v Sloveniji. »Običajno napišem obvestilo splošnemu zdravniku in svoje mnenje, kaj pacient potrebuje. Imam svoj žig in sem član Zdravniške zbornice Slovenije in splošni zdravniki v večini primerov upoštevajo moja priporočila.«

Alternativne metode zdravljenja v Centru Max Medico

- **Manualna medicina** je ročna, neagresivna terapija hrbtenice, mišic in sklepov pri patoloških spremembah, bolečinah in blokadah, ki povzročajo težave, kot so na primer: bolečina v vratnem, prsnem ali križnem delu hrbtenice, glavoboli in vrtoglavice, šumenje v ušesih, občutek mravljinčenja ali mrazenja v posameznih delih telesa, bolečine v udih in sklepih, deformiranost hrbtenice ali športne poškodbe.
- **Akupunktura** je kitajska metoda zdravljenja s posebnimi iglami, s pomočjo katerih se normalizira tok energije po meridianih in s tem uspešno pomaga pri zdravljenju in lajšanju različnih težav: vse vrste bolečin, težave s cirkulacijo, težave urogenitalnega sistema, želodca, dvanajsternika, debelega in tankega črevesa, težave s pljuči in psihosomatske težave.
- **EMRS (elektromagnetna resonančna terapija)** – zdravljenje s pomočjo magnetnih valovanj. Princip delovanja te metode je harmonizacija notranjih regulacijskih krogov, vendar je predvsem mišljena kot pomožen ukrep. Zelo uspešno jo uporabljajo pri preventivi in sprostitvi, pri motnjah v prekrvavitvi in težavah krvnega obtoka, je pomoč pri celjenju ran in pospešuje celjenje kosti. Uporablja se za zdravljenje bolečine, pri nategnjenih mišicah, motnjah spanja, ki so povezane s stresom, migrenah, depresijah in obolenjih presnove. Pa tudi pri živčnih boleznih in poškodbah živcev, kožnih boleznih in za krepitev imunskega sistema.
- **Udarovalovna terapija** – gre za zdravljenje z nizkofrekvenčnimi valovi, ki temelji na učinku kavitacije. Udarni valovi se v mehkih tkivih hitro širijo in ne povzročajo poškodb ter tako omogočajo neposredno delovanje na kostno in hrustančno tkivo, kalcifikatne in podobne tvorbe. Udarni valovi tudi stimulirajo naravne presnovne procese obnavljanja celic in izboljšujejo metabolizem tkiv. Med drugim se uporablja pri zdravljenju petnega trna ali podplatnega fasciitisa, teniškega komolca, deformacijski osteoartriti sklepov in pri bolečinah po vstavljanju proteze. Učinkovita je tudi kot rehabilitacija po poškodbah, deformaciji stopala (plosko stopalo) ter zdravljenju sinovitisov in tenosinovitov, če niso infekcijskega izvora.

Velik poudarek daje preventivi, kolikor je pač v njegovi moči, ključno pri tem pa je sodelovanje bolnika. Vsakemu pove, katere vaje naj dela in katerih ne sme. Zelo pogosto si moški izberejo tai či, ženske pa pilates. Oboje je vadba tako za dušo kot tudi telo. Svetuje glede tega, kateri šport je za nekoga najprimernejši in kateri mu škoduje. Zelo dobro za hrbtenico je plavanje, običajno v tehniki kravl, prsno ali hrbtno. Primerna je tudi hoja z nordijskimi palicami, včasih tudi tek, če ne gre za pretežkega pacienta. Pa tudi za dru-

ge pri tem veljajo določene omejitve: tečemo po mehkejšem terenu, ne asfaltu, obutev naj bo dobra in obvezno je poprejšnje ogrevanje, zlasti če ne tečemo vsak dan. Zelo priporočljiva sta tudi tek na smučeh in kolesarjenje. Za tiste, ki imajo težave z vratnimi vretenci, pa je bolj primerna uporaba sobnega kolesa. Če bo pacient upošteval nasvete in začel telovaditi, potem bo okrepil tudi mišice trupa. Vadba zelo dobro vpliva tako na hrbtenico kot tudi na notranje organe, imunski sistem in živčevje, poudarja dr. Krylov.