

# Chiropraktyka

OLGA KULESZA

fot. Michał Kaczorowski

*Chiropraktyka jest formą terapii manualnej polegającą na używaniu kontrolowanych sił w stosunku do konkretnych stawów czy innych okolic ciała, aby wywołać efekt leczniczy, poprzez indukowanie zmian w strukturze stawów, funkcji mięśni i odruchach nerwowych.*

Termin chiropraktyka pochodzi od greckiego *cheir* – ręka, i *praktike* – oznaczającego działalność, praktykę. Chiropraktyka dosłownie znaczy użycie rąk do rozpoznawania, leczenia i zapobiegania chorobom. Celem chiropraktyki jest przywrócenie normalnej ruchomości sta-



wów (głównie kręgosłupa), stymulacja odruchów nerwowych, zmniejszenie bólu i sztywności mięśni. Skuteczna manipulacja wymaga odpowiedniej techniki, tzn. właściwego kierunku, siły, amplitudy i szybkości. Do tego niezbędna jest rzetelna wiedza z zakresu anatomii, biomechaniki i neurologii. W czasie nastawiania często można wyczuć „odpuszczenie” i uruchomienie zablokowanego stawu.

## Głuchy woźny

Poczynając od antycznych Greków i Rzymian, terapia manipulacyjna kręgosłupa jest jedną z najstarszych nieinwazyjnych (także bez użycia leków) form leczenia, stosowanych do dzisiaj.

Za twórcę współczesnej chiropraktyki, uważa się Amerykanina **Daniela Davida Palmera**, który z zawodu był kupcem. Fa-

scynowała go anatomia, fizjologia i terapia polem magnetycznym, szukał odpowiedzi na pytanie o źródło chorób. 18 września 1895 roku do Palmera zwrócił się o pomoc woźny, który od 17 lat był głuchy. Stracił słuch po tym, kiedy pracując w zgarbionej pozycji usłyszał „chrupnięcie” kręgów w szyi. Palmer znalazł przesunięty krąg i wsunął go na miejsce. Po kilku dniach pacjent odzyskał słuch.

Po tym sukcesie Palmer pomógł jeszcze człowiekowi z problemami z sercem, nastawiając odcinek piersiowy kręgosłupa. Wtedy to wysnuł teorię, że normalna funkcja układu nerwowego jest warunkiem zdrowia,

## ◀ Pierwszy etap – przyzwyczajanie konia do beli

Nastawianie kości krzyżowej ▼



choroba pojawia się wtedy, kiedy układ nerwowy pracuje zbyt intensywnie lub zbyt leniwie. Zaproponował trzy przyczyny zaburzeń w obrębie układu nerwowego: mechaniczne, chemiczne i wynikające z autosugestii. I tak w 1897 roku Palmer otworzył instytut chiropraktyki i szpital, zapoczątkowując rozwój tej dziedziny, który trwa do dziś.

Chiropraktyka skupia się na zależności pomiędzy budową (zwłaszcza kręgosłupa) a funkcją układu nerwowego i tym, jak ta zależność wpływa na zachowanie i przywrócenie zdrowia. Chiropraktyka jest formą terapii manualnej polegającą na używaniu kontrolowanych sił w stosunku do konkretnych stawów czy innych okolic ciała, aby wywołać efekt leczniczy, poprzez indukowanie zmian w strukturze stawów, funkcji mięśni i odruchach nerwowych. Myśl przewodnia wszystkich teorii chiropraktyki mówi, że zaburzenia w funkcjonowaniu stawów wpływają na równowagę w działaniu układu nerwowego. Pierwotna teoria „przemieszczonej kości” nie znajduje już potwierdzenia w najnowszych badaniach.

## Pomiędzy głową a kopytem

Lekarze weterynarii często mają problemy ze zlokalizowaniem źródła bólu przy mało specyficznych kulawiznach. Problemy z szyją i grzbietem są nierozdzielnie związane z kulawiznami. Urazy dalszego odcinka kończyny (tzw. palca) mogą spowodować zmiany w mechanice ruchu, co w następstwie przyczyni się do nadmiernego zużycia mięśni obręczy kończyn (czyli łopatk i miednicy), a później także mięśni wokół kręgosłupa. Analogicznie, problemy z kręgosłupem mogą powodować nieregularności w ruchu, zmniejszenie amortyzacji i kulawizny dalszych odcinków kończyny.

Częstym dylematem jest ustalenie, co było pierwotną przyczyną kulawizny – kończyzna czy kręgosłup. Jeżeli nawet istota problemu została zdefiniowana i leczona, większość koni po okresie rekonwalescencji i zaprzestaniu podawania środków przeciwzapalnych będzie wykazywać objawy nawracającego bólu grzbietu po powrocie do pracy. Niespecyficzne bóle grzbietu są najczęściej związane z zaburzeniami funkcji, a nie struktury. Dlatego bóle grzbietu są w większości związane z dysfunkcjami mięśni i stawów kręgosłupa, co skutkuje drażnieniem innych tkanek miękkich i generowaniem bólu.

Chiropraktyka służy badaniu zaburzeń funkcji kręgosłupa. Jest metodą diagnostyczną i terapeutyczną w różnych stadiach zaburzeń ruchu czy spadku formy. Zajmuje się stanami podklinicznymi czy zmienioną biomechaniką, które mogą przeistoczyć się w poważne zaburzenia mięśniowo-szkieletowe.

Chiropraktycy potrafią również stosować fizjoterapię, ćwiczenia wzmacniające, masaż, stretching i inne formy rehabilitacji układu mięśniowo-szkieletowego i nerwów. Chiropraktyka w hipiatrii służy do diagnostyki, leczenia i zapobiegania problemom mięśniowo-szkieletowym u koni.

### Ruchomość stawów

„Kregowy odcinek ruchowy” (ang. *vertebral motion segment*) jest funkcjonalną jednostką kręgosłupa, która jest złożona z dwóch sąsiadujących ze sobą kręgów i związanych z nimi tkanek miękkich. Ruchomość stawu może być podzielona na trzy strefy: fizjologiczną, parafizjologiczną i patologiczną.

Strefa fizjologiczna obejmuje aktywny (taki jak w czasie poruszania) i pasywny (luźny, „bezwładny” ruch bez użycia mięśni). Parafizjologiczna strefa ruchomości przekracza nieznacznie normalną barierę elastyczności stawu bez naruszania integralności anatomicznej; w jej obrębie działają chiropraktycy w czasie nastawiania. Normalna granica elastyczności stawu jest samoograniczającą się barierą anatomiczną pomiędzy fizjologicznym a parafizjologicznym zakresem ruchu.

Strefa patologiczna ruchu leży poza granicą normalnej anatomicznej spójności stawu i wejście w nią oznacza uszkodzenie stawu (naciągnięcie, nadwichnięcie, zwłóknienie całkowite).

Nieprawidłowości w obrębie kregowego odcinka ruchowego mogą powodować następujące zaburzenia: odczuwanie bodź-

ców z otoczenia – propriocepcji (tak jak w kopytach, patrz KP nr 1/2007); funkcji mięśni, od których odpowiedniej, precyzyjnej pracy zależy prawidłowe ustawienie kości; zmiany w biomechanice krążka międzykręgowego (tzw. dysku) i stawów; zwiększone napięcie i naprężenie w torebce stawowej i otaczających ją więzadłach.

### Co się dzieje w stawie

Szeroko pojęte zaburzenia funkcji stawów obejmują m. in. zaburzenia neurofizjologiczne, biochemiczne, patologie torebki stawowej, zwyrodnienia powierzchni stawowych (chrząstek).

Zaburzenia w obrębie stawów, dwóch sąsiadujących kręgów, nazywane w chiropraktyce nadwichnięciami, charakteryzują się:

- asymetrią lub utratą normalnej ruchomości stawu w jednej lub kilku płaszczyznach,
- nadwrażliwością na ucisk okolicznych tkanek miękkich lub struktur kostnych,
- zmienionym napięciem mięśni wokół kręgosłupa,
- wizualnym i macalnym obrzękiem, podwyższoną ciepłotą, bolesnością, świadcząca o toczącym się procesie zapalnym lub powiększeniem obrysu tkanek, zwłóknieniem – skutkami przewlekłego zapalenia.

Zaburzone procesy biochemiczne i mechaniczne wpływają na układy: nerwowy, mięśniowy i szkieletowy w następujący sposób:

- zaburzeniem ruchomości stawów (zwiększona ruchomość – hypermobilność lub zmniejszona – hypomobilność),
- zmianami w funkcjonowaniu unerwienia w obrębie stawu oraz w odczuwaniu bólu (zwiększona wrażliwość na ból),
- zmianami w pracy mięśni (zwiększone napięcie lub porażenie i zaniki),
- zwłóknieniem tkanki łącznej,
- zaburzeniami w unaczynieniu (niedokrwienie, przekrwienie),
- dodatkowo proces zapalny wpływa na wszystkie te składniki, powodując zmiany w komórkowych przemianach biochemicznych, przyczyniając się do zmian histopatologicznych w obrębie stawów.

### Skąd się biorą problemy z grzbietem?

Szeroko pojęte choroby kręgosłupa u koni mogą mieć szereg następstw skutkujących spadkiem formy i wydolności.

Często zaburzenia funkcji kręgosłupa u koni sportowych, z którymi spotykają się chiropraktycy, związane są z urazami:

- mechanicznymi,
- będącymi skutkiem zbyt dużych obciążeń treningowych.

Do urazu może dojść na skutek jednostronnego zdarzenia, takiego jak wywrócenie się w przyczepie (lub o zgrozo z przyczepą!), przewrócenia na grzbiet (np. w czasie wspinania), upadku w czasie skoków (wpadnięcie w przeszkodę itp.) Skutki ciężkich obrażeń mogą stopniowo ulegać poprawie, ale nigdy uszkodzone tkanki nie wrócą w 100% do stanu sprzed wypadku. Dochodzi do zapaleń stawów w znacznym stopniu upośledzających ich strukturę, a zatem i funkcję, oraz zwłóknienia tkanek miękkich.

Inną przyczyną zaburzeń funkcji kręgosłupa mogą być stany przewlekłe (powodujące mikrourazy tkanek) związane z:

- niedopasowaniem siodła,
- niewłaściwą techniką jazdy („odgięty grzbiet”, koń „złamany” zamiast zebrany itd.),
- nieprawidłową korekcją kopyt i kuciem,
- wadami budowy.

Dodatkowo takie oto czynniki mogą również predysponować do urazów mię-

śniowo-szkieletowych, a tym samym obniżenia formy u konia:

- miopatie po znieczuleniu ogólnym,
- długotrwały postój w boksie,
- niekonsekwentny, nieregularny trening (tzn. od przypadku do przypadku, duże obciążenia),
- przemęczenie fizyczne i psychiczne.

Starsze konie, tak jak ludzie, są podatne na zmniejszenie giętkości i elastyczności kręgosłupa, zwyrodnienie stawów i zmniejszenie siły mięśniowej. Dodatkowo, gojenie uszkodzonych tkanek jest u nich mocno spowolnione, co zwiększa szanse na przejście stanu ostrego w przewlekły. Poza tym bardziej widoczne stają się zmiany w narządzie ruchu, powstałe jako kompensacja wcześniejszych urazów.

### Dla kogo?

Wskazaniem do leczenia chiropraktyką są (bardzo ogólnie):

- bóle grzbietu i szyi,
- zlokalizowana lub miejscowa sztywność,
- spadek formy (po wykluczeniu problemów krążeniowo-oddechowych),
- zaburzenia w poruszaniu, nie związane z konkretną kulawizną,
- niesymetryczność chodu,
- kulawizna widoczna tylko w czasie jazdy,
- problemy z obniżeniem lub uniesieniem głowy i szyi,
- niechęć przyjęcia jednej wodzy,
- trudności z podstawieniem i zebraniem,

- położone „wściekle” uszy podczas jazdy,
- trudności ze zgięciem w jedną stronę,
- odmowa skoków,
- problemy z przejściami,
- dyskomfort w czasie czyszczenia, siodłania i dopinania popręgu,
- asymetria w obrębie konkretnych grup mięśni,
- asymetria miednicy kostnej,
- problemy z utrzymaniem kończyn w górze w czasie wizyty kowala,
- trzymanie ogona w jedną stronę,
- stany po zabiegach operacyjnych (zwłaszcza ortopedycznych – przywrócenie pełnej ruchomości).

Zanim jednak koń zostanie skierowany do lekarza chiropraktyka, powinien być zbadany ortopedycznie, aby wykluczyć problemy z kończynami. Jest to bardzo ważne z tego względu, że – jak mówiliśmy już wcześniej – wiele problemów z kręgosłupem jest spowodowanych kompensacją kulawizn (czyli przejęciem części funkcji, dostosowaniem), których źródło tkwi w kończynie. Jeśli więc pierwotny problem nie został znaleziony, właściwie rozpoznany i leczony, a poprzez nastawienie kręgosłupa zniesiemy to „wyrównanie”, uzyskamy efekt zupełnie odwrotny do oczekiwanego. Kulawizna stanie się bardziej widoczna i koń może mieć jeszcze większe problemy z poruszaniem się niż dotychczas.

Przeciwwskazaniem do chiropraktyki jest:

- ostry stan zapalny po urazie tkanek miękkich; jednakże kiedy on ustanie i tkanki wejdą w fazę regeneracji, chiropraktyk może przywrócić normalną rucho-



▲ Badanie ruchomości bocznej odcinka piersiowego

Badanie odcinka szyjnego ►



mość uszkodzonej okolicy, co zmniejszy ryzyko odnowienia się problemu w tej okolicy w przyszłości,

- wrodzone zaburzenia budowy kręgow, stawów łączących kręgi,
- złamania w obrębie kręgow,
- zwichnięcia całkowite,
- infekcje (wirusowe, bakteryjne itd.),
- nierozpoznane zaburzenia neurologiczne,
- nowotwory,
- choroby metaboliczne.

Istnieje również bardzo wiele chorób wrodzonych, zaburzeń rozwojowych, dających objawy ze strony narządu ruchu, układu nerwowego (np. chód koguci), a także zaawansowane zmiany zwyrodnieniowe, których chiropraktyką wyleczyć się nie da. Jedynie można przynieść pewną ulgę.

Niestety, często chiropraktyk jest „ostatnią deską ratunku”, kiedy wszystkie inne metody zawiodły lub kiedy zaawansowanie danej choroby doszło do fazy nieodwracalnej. Chiropraktyka może pomóc w niektórych stanach przewlekłych, ale najlepsze efekty terapeutyczne uzyskuje się we wczesnych fazach choroby.

### **Czego szuka chiropraktyk?**

Jak w przypadku każdej metody leczenia chiropraktyk przeprowadza wywiad z właścicielem lub osobą użytkującą konia. Następnie ogląda konia w ruchu i spoczynku. Jeśli są do tego wskazania, wykonuje tradycyjne badanie ortopedyczne oraz badanie neurologiczne. Następnie przystępuje do badania kręgosłupa. Skupia się na zlokalizowaniu odcinka kręgosłupa, który nie pracuje jak należy. Pierwszym objawem klinicznym, którego szuka chiropraktyk, jest ból z układu mięśniowo-szkieletowego, następnie zwiększone napięcie mięśni oraz zmniejszona ruchomość.

### **Techniki chiropraktyczne**

Techniki nastawiania koni zostały zaadaptowane z chiropraktyki ludzkiej, uwzględniając anatomię gatunku i jego użyteczność. Techniki chiropraktyczne obejmują zastosowanie kontrolowanej siły w stosunku do odpowiedniej okolicy lub struktury kostnej w celu uzyskania konkretnego efektu leczniczego: przywrócenia ruchomości i zmniejszenia bólu. Nastawiane są te kręgowo odcinki ruchowe kręgosłupa, które zostały zidentyfikowane w badaniu. Nastawienie poprzedzone jest napięciem stawu (przy okazji którego chiropraktyk ocenia granice elastyczności), następnie aplikowany jest szybki ruch o małej ampli-

tudzie. Po nastawieniu, badana jest reakcja danego odcinka. Z reguły od razu da się zauważyć poprawę ruchomości i zmniejszenie reakcji bólowej. Z reguły problemy przewlekłe wymagają większej liczby sesji niż te, zauważone szybko. Nie jest tak, że się „wepchnie” przesunięty krąg na miejsce i już po kłopotcie. Odstępy pomiędzy sesjami dobierane są indywidualnie, potrzebne są organizmowi pacjenta do przyzwyczajenia się do nowej dla niego sytuacji: mięśnie i więzadła, które do tej pory nie pracowały prawidłowo, „uruchamiają się”, to samo dotyczy unerwienia i unaczynienia.

### **E = mc<sup>2</sup>**

Jak taki mały człowiek może nastawić takiego dużego konia – takie pytanie często pada z ust właścicieli. Odpowiedź jest prosta: nastawiany jest jednorazowo tylko jeden segment (potem kolejny itd.) Poza tym zgodnie z  $E=mc^2$ , przy odpowiedniej prędkości nie potrzebna jest ogromna masa. Siła potrzebna do uzyskania oczekiwanego efektu: uruchomienia konkretnego odcinka kręgosłupa, powoduje ruch stawu w znacznie mniejszym, niż normalny, zakresie, który koń wykorzystuje w czasie poruszania się.

### **I co potem?**

Postępowanie po nastawieniu oraz wskazania co do dalszej pracy są omawiane każdorazowo z właścicielem konia i zależą od jego indywidualnych problemów oraz użyteczności. Często chiropraktyk zaleca zmiany w planie treningów, odpowiednie ćwiczenia, zmianę sposobu kucia itd. Generalnie przez 3-5 dni po nastawieniu koń powinien mieć zapewniony swobodny ruch tzn. na padoku, na lonży bez wypieć. Po tym czasie wraca do pracy.

Zwykle konie z problemami zauważonymi szybko rokują na powrót do pełni sprawności, a potem chiropraktyka będzie im służyć jedynie do podtrzymania formy. Podczas gdy te, u których dysfunkcje trwają od dawna, nawet latami, wymagają całej serii nastawień i zabiegów dodatkowych, aby efekt leczniczy chiropraktyki trwał dłużej.

Jak postępować z koniem, aby utrzymać jego kręgosłup w dobrej formie, opowiemy w kolejnym odcinku. ■

*Autorka jest dyplomowanym chiropraktykiem weterynaryjnym*

*www.ivca.de – to adres strony Międzynarodowego Stowarzyszenia Chiropraktyków Weterynaryjnych*