

Physiatric treatment of low back pain

Qualsiasi sia la causa, l'effetto del dolore cronico sul paziente con patologia della colonna, tende ad essere più penetrante del dolore acuto: spesso ha profondi riflessi sull'umore del paziente, sulla sua personalità e sulle sue relazioni sociali. E' tipico per sofferenti di dolore cronico l'essere contemporaneamente colpiti dalla depressione, da disturbi del sonno, da affaticamento e da una complessiva diminuzione del livello di funzionalità fisica. Ne risulta che il dolore è solo una delle molteplici problematiche che affliggono i pazienti sofferenti di dolore cronico, da gestire. Raramente sono sufficienti singole modalità terapeutiche di trattamento del dolore cronico. E' indubbio che una terapia del dolore focalizzata su una componente singola del dolore stesso è destinata a fallire. L'obiettivo di una cura è il controllo del dolore e la riabilitazione del paziente al fine di ripristinare il più possibile le sue funzioni fisiche. In molti casi, gli obiettivi realistici della terapia sono: la riduzione, ma non l'eliminazione del dolore, miglioramenti delle funzioni fisiche, dell'umore e della sintomatologia associata al sonno, lo sviluppo da parte del paziente, delle capacità per fronteggiare le attività della vita quotidiana e poter eventualmente ritornare a lavorare".

Il medico fisiatra di fronte a un paziente con dolore cronico non ha molti compiti importanti. Il primo è ovviamente la valutazione del dolore con le sue componenti fisiche psicologiche e delle sue cause come il disagio e la disabilità che provoca al malato, tenendo presente che il dolore è un fenomeno bio- psico-sociale. Solo quando è stata fatta una corretta valutazione può essere effettuato un trattamento adeguato. Una volta che questa valutazione è stata fatta, la gestione può essere sviluppata secondo modalità adeguate. Quando questo avviene, il sollievo del dolore (per esempio un intervento appropriato) attenueranno angoscia e disabilità. Approcci terapeutici comportamentali sono stati impiegati con discreto successo su pazienti sofferenti di dolore cronico neuropatico. "La terapia cognitiva comportamentale è una metodologia psicologica che tenta di cambiare l'orientamento tendente al negativo del paziente, in pensieri positivi, più salubri e ad assumere una attitudine adattativa delle emozioni e delle azioni.

La fisioterapia nella forma di un programma di esercizio è quasi sempre di beneficio. Una grande quantità di lavoro deve essere ancora svolto per convalidare le tecniche di fisioterapia convenzionale

Nel dolore acuto sembra portare pochi benefici mentre nel dolore cronico la riabilitazione funzionale con programmi volti al recupero della elasticità e la funzionalità muscolare sembra essere di reale beneficio a lungo termine.

