

ELEKTROTERAPIJA ZA BOL U VRATU



Katarina Šuta
Ivana Tadić

Dosadašnje spoznaje

Bol u vratu se javlja često, ograničava aktivnost i predstavlja veliki trošak.

Elektroterapija je širok pojam koji obuhvaća brojne terapijske postupke koji koriste struju sa ciljem ublažavanja boli i poboljšanja mišićne napetosti i funkcije.

Obilježja studija

- 20 manjih studija (N=1239)
- odrasli pacijenti (stariji od 18)
- trzajna ozljeda vrata
- bol u vratu nepoznata uzroka
- dugotrajna bol uzrokovana degenerativnim promjenama
- mišićna bol
- glavobolje koje se šire iz vrata

- dokazi se odnose na studije objavljene do kolovoza 2012.
- različite dobne skupine
- različite tipovi i doze elektroterapije
- različita usporedna terapiju
- mjereni različiti ishodi

Rezultati



Akutna bol

- TENS djeluje bolje od električne stimulacije mišića, lošije od vježbi i infracrvenog svjetla, a jednako dobro kao masaža i ultrazvuk
- Nisu uočeni bolji rezultati kada su uz infracrveno svjetlo korišteni topli oblozi, vježba, fizioterapija, ili kombinacija ovratnika, vježbi i lijekova za bol
- Kod pacijenata sa trzajnom ozljedom iontoforeza nije pokazala prednost pred primjenom struje ili kombinacijom istezanja, vježbi i masaže.

Kronična bol

- TENS djeluje bolje od placeba i električne stimulacije mišića, ali ne tako dobro kao vježbe i infracrveno svjetlo, a jednako učinkovito kao masaža i ultrazvuk
- Magnetne ogrlice nisu pokazale učinkovitost u rješavanju boli
- Električna stimulacija mišića nije poboljšala rezultate drugih terapijskih postupaka

Mišićna boli

- TENS, FREMS (oblik TENS-a) i ponavljane magnetske stimulacije su pokazale bolje djelovanje od palceba

Kvaliteta dokaza

- 70% loše provedene studije
- Pojedinačne studije obuhvaćaju nedovoljan broj pacijenata (od 16 do 336)
- Podaci oskudni i neprecizni, tako da se ne mogu primjeniti u široj populaciji
- Daljna istraživanja bi trebala promijeniti postojeća saznanja i omogućiti bolje dokaze

Konačni zaključak

- Zbog nekvalitetnih dokaza nije moguće izvući čvrsti zaključak o učinkovitosti elektroterapije za bol u vratu.