

ESPONDILITIS ETA ESPONDILOLISTESIA

ZER DA?

Espondilolisia, ornoaren aurre aldeko (artikulazio fazetarioa) eta atze aldeko (ornoaren arantza) loturaren arteko apurketa da.

Apurketa alde bakarrekoa zein bi aldeetako izan daiteke. Nagusiki, bizkarrezurraren behe aldeari eragiten dio eta ohikoa izaten da L4, L5 eta S1 ornoen artean. Apurketa, traumatismo nagusi batek (kolpe handi bat, erorketa bat...) edo intentsitate baxuko traumatismo errepikakorrek sortua izan daiteke.

Oso ohikoa da karga handiak erabiltzen dituzten kirolarietan, gimnasia erritmikoa egiten duen jendearengan, mendiko eskian eta futboleant, besteak beste.

Espondilolistesia, espondilolisiaren ondorioz sortzen den ornoaren desplazamenduari deritzo. Desplazamendua aurrerakoa (anterolistesia) edo atzerakoa (retrolistesia) izan daiteke.

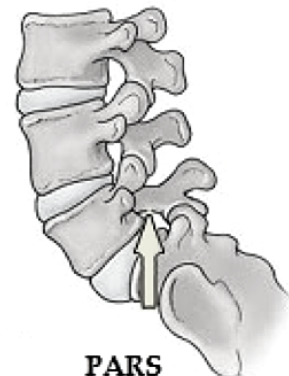
SINTOMAK

Orokorrean ez du minik eragiten. Hala ere, apurtutako hezurak karga altuak jasaten dituenean, mina eta alterazio muskularrak zein hanturakoak sortu ditzake.

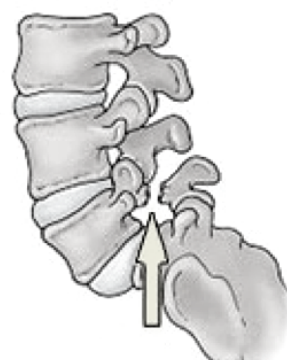
Mina ohikoagoa izaten da lunbarren beheko aldean (ez hankan) eta batez ere artikulazioa karga altuen menpe jartzen denean.

TRATAMENDUA

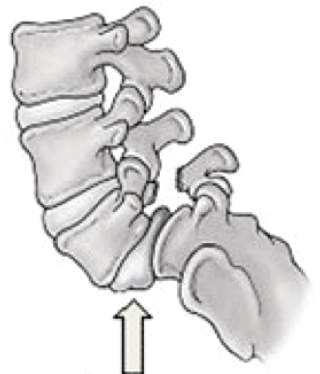
Fase akutuan mina sortzen badu, tratamenduaren helburua sintomatologia arintzea da eta fisioterapiak paper garrantzitsua izan dezake. Epe ertain-luzera, gainerako bizkarrezurreko minekin bezala, muskulatura estabilizatzailea lantzea ezinbestekoa da. Ebidentzia zientifikoak, ariketa terapeutiko pertsonalizatua tratamendu egokiena dela dio, bai sintomatologia arindu eta espondilolistesia prebenitzeko.



PARS
INTERARTICULARIS



ESPONDILOLISIA



ESPONDILOLISTESIA