

ΧΕΙΡΟΠΡΑΚΤΙΚΗ εναντίον υπέρτασης

Με χειροπρακτική θεραπεία για ευθυγράμμιση του Ατλαντα, του πρώτου σπονδύλου μας, μπορεί να επιτευχθεί μείωση της υπέρτασης ανάλογη με αυτή που προσφέρουν τα φάρμακα. Αυτό κατέδειξε ελπιδοφόρος μελέτη του Πανεπιστημίου του Σικάγου, υπό τον καθηγητή Γ. Μπεκρή.



Dr George Prorellis - Chiropractor
University of Macquarie, Australia
Personal & Fitness consultant
Cert 3,4 TAFE Randwick
www.sydneyspine.com.au
Level 5, Park House
187 Macquarie St Sydney, 2000.
92315022

Ίσως το αντίδοτο - ή τουλάχιστον ένα από τα μεγαλύτερα «δηλητήρια» της υγείας του σύγχρονου πληθυσμού, την υψηλή αρτηριακή πίεση, να κρύβεται μέσα... στα χέρια μας. Για την ακρίβεια στα χέρια των ανθρώπων που έχουν τη γνώση να χειρίζονται κατάλληλα τη σπονδυλική στήλη, επαναφέροντάς τη στον... ίσιο δρόμο όταν οι σπόνδυλοι «λοξοδρομούν». Ο λόγος για τους χειροπράκτες και την ειδικότητά τους, τη χειροπρακτική, που αφορά χειρισμούς της σπονδυλικής στήλης με στόχο τη μη επεμβατική αντιμετώπιση προβλημάτων όπως οι οσφυαλγίες. Η χειροπρακτική αποτελεί ιατρικό επάγγελμα αναγνωρισμένο σε πολλές χώρες του κόσμου, όχι όμως και στη δική μας - παρά ταύτα και στην Ελλάδα υπάρχει Σύνδεσμος Χειροπρακτών ο οποίος, όπως αναφέρουν οι εκπρόσωποί του, αποτελείται από επιστήμονες κατηγορημένους στο αντικείμενό τους, οι οποίοι ζητούν επί έτη την αναγνώρισή τους από το επίσημο κράτος ώστε να δοθεί ένα τέλος στο ξέφραγο αμπέλι του... «ό,τι δηλώσεις είσαι» που συνοδεύεται από την έλλειψη νομοθετικού πλαισίου.

Επιστράτευση της χειροπρακτικής

Τώρα μια νέα μελέτη που έρχεται από το Πανεπιστήμιο του Σικάγου και μάλιστα φέρει την υπογραφή ενός πλήρως... συμβατικού Έλληνα καθηγητή Ιατρικής, του κ. Γ. Μπεκρή, δίνει ένα πλήρως... εναλλακτικό σε σχέση με ό,τι γνωρίζαμε ως σήμερα για την αντιμετώπιση της υπέρτασης αποτέλεσμα, αποδίδοντας τα εύσημα στην «παρεξηγημένη» αυτή ειδικότητα. Όπως συγκεκριμένα προέκυψε από τη μελέτη η οποία δημοσιεύθηκε στον δικτυακό τόπο του εντύπου «Journal of Human Hypertension» στις 2 Μαρτίου οι κατάλληλοι χειρισμοί του άνω τμήματος της σπονδυλικής στήλης και συγκεκριμένα η ευθυγράμμιση του Ατλαντος, του πρώτου σπονδύλου μας, φαίνεται ότι μπορεί να προσφέρει μείωση της αρτηριακής πίεσης παρόμοια

με εκείνη που προσφέρει ο συνδυασμός αντιυπερτασικών φαρμάκων! Αν και τα πρώτα αυτά αποτελέσματα μένει, σύμφωνα με τον ερευνητή, να επαληθευθούν από μεγαλύτερες μελέτες οι οποίες ήδη σχεδιάζονται, ίσως σε ορισμένες περιπτώσεις ο μεγάλος «εχθρός» που ακούει στο όνομα υψηλή αρτηριακή πίεση να μπορεί στο μέλλον να κατατροπωθεί με όπλο... δύο μόνο χέρια - αρκεί να είναι τα κατάλληλα...

Όπως επισημαίνει στο «Βήμα» ο κ. Μπεκρή, ο οποίος είναι και διευθυντής στο Κέντρο Υπέρτασης του Τμήματος Ενδοκρινολογίας, Διαβήτη και Μεταβολισμού στο Πανεπιστήμιο του Σικάγου, η χειροπρακτική αποτελεί μεν αναγνωρισμένη ειδικότητα στις Ηνωμένες Πολιτείες, δεν τυγχάνει όμως του ίδιου σεβασμού με τη συμβατική ιατρική. «Συστήνεται σε περιπτώσεις όπως οι πόνοι στη μέση ως λύση για να μην καταφύγει ο ασθενής στο χειρουργείο. Αλλά και οι ίδιοι οι χειροπράκτες δεν βοηθούν σε μεγάλο βαθμό τον εαυτό τους, καθώς ορισμένοι από αυτούς υπόσχονται θεραπεία πάσας νόσου, με αποτέλεσμα να μην τους παίρνει στα σοβαρά τόσο η ιατρική κοινότητα όσο και το κοινό».

Η σημασία της τύχης...

Όσο το καλό, όταν συμβαίνει, πρέπει όχι μόνο να λέγεται, αλλά και να προβάλλεται. Και στη συγκεκριμένη περίπτωση το καλό όσον αφορά τη χειροπρακτική και τη μείωση της υπέρτασης προέκυψε... κατά τύχη, όπως συμβαίνει πολλές φορές στην ιατρική έρευνα. Ο κ. Μπεκρή εξηγεί ότι όλα ξεκίνησαν από μια παρατήρηση ενός γνωστού του, ιδιώτη παθολόγου. «Μου ανέφερε ότι βλέπει συχνά ασθενείς οι οποίοι επισκέπτονται για άσχετο λόγο χειροπράκτη και μετά το τέλος των συνεδριών εμφανίζουν μείωση της αρτηριακής πίεσής τους». Το αξιοσημείωτο ήταν ότι το φαινόμενο αυτό παρουσιάστηκε σε δεκάδες ασθενείς και συνδεόταν πάντοτε με

χειρισμούς στο ανώτατο τμήμα της σπονδυλικής στήλης. Τα στοιχεία σχετικά με τους συγκεκριμένους ασθενείς έφθασαν στα χέρια του κ. Μπεκρή και τελικώς αποφασίστηκε η διεξαγωγή μιας πιλοτικής μελέτης, αφού φάνηκε ότι άξιζε τον κόπο η διερεύνηση του θέματος.

Ετσι διεξήχθη η μελέτη που διήρκεσε δύο μήνες και η οποία περιελάμβανε 50 ασθενείς με ήπια υπέρταση - όλες οι συνεδρίες έγιναν από έναν χειροπράκτη, ο οποίος, όπως υπογραμμίζει ο κ. Μπεκρή, ήταν εξειδικευμένος στους χειρισμούς του ανώτατου τμήματος της σπονδυλικής στήλης και συγκεκριμένα στην ευθυγράμμιση του Ατλαντος (στις ΗΠΑ, όπου υπάρχουν χιλιάδες χειροπράκτες, εμφανίζεται και εξειδίκευση για χειρισμούς σε συγκεκριμένα σημεία της σπονδυλικής στήλης). Οι μισοί από τους ασθενείς υπεβλήθησαν σε «εικονικούς χειρισμούς» και οι υπόλοιποι στην κανονική θεραπεία, ενώ παράλληλα οι ερευνητές δεν γνώριζαν ποιος ασθενής υπεβλήθη στην κανονική θεραπεία και ποιος στην «εικονική» (διπλή, τυφλή μελέτη). Κανένα από τους ασθενείς δεν έλαβε αντιυπερτασική φαρμακευτική θεραπεία κατά το διάστημα των οκτώ εβδομάδων που διήρκεσε η μελέτη.

Δύο μήνες αργότερα τα άτομα που υπεβλήθησαν σε χειρισμούς ευθυγράμμισης του Ατλαντα παρουσίασαν μείωση της συστολικής και διαστολικής πίεσης της τάξεως των 14 και οκτώ χιλιοστών της στήλης υδραργύρου αντιστοίχως κατά μέσον όρο - μείωση που, όπως σημειώνεται χαρακτηριστικά στη μελέτη, «είναι παρόμοια με αυτήν που προκύπτει από τη χρήση συνδυασμού δύο αντιυπερτασικών φαρμάκων».

Πολυδύναμος Ατλας

Για ποιον λόγο όμως όλη η μελέτη επικεντρώθηκε σε έναν και μόνο σπόνδυλο, ο οποίος όπως τελικώς αποδεικνύεται αποτελεί πραγματικό «Ατλαντα» που σηκώνει ορισμένες φορές στους... ώμους του και το βάρος της αρτηριακής πίεσης; Όπως σημειώνεται στο άρθρο του κ. Μπεκρή και της ομάδας του, ήδη από την αρχή της δε-

κατίας του 1940 μια μικρή ομάδα ειδικών στη χειροπρακτική εγκατέλειψε τη γενικότερη έννοια των χειρισμών ολόκληρης της σπονδυλικής στήλης και επικέντρωσε την εξειδίκευσή της στο ζήτημα της ακριβούς και λεπτής ευθυγράμμισης του συγκεκριμένου σπονδύλου. «Σε αντίθεση με τους άλλους σπονδύλους οι οποίοι «κλειδώνουν» ο ένας μέσα στον άλλον, ο Ατλας στηρίζεται μόνο σε μαλακό ιστό (μύες και σύνδεσμοι) προκειμένου να παραμείνει ευθυγραμμισμένος. Ως εκ τούτου, είναι τρομερά εύαλωτος σε μετατοπίσεις. Ακόμη και αν εμφανιστεί μετατόπιση του Ατλαντος δεν προκαλείται πόνος και έτσι η κατάσταση δεν διαγιγνώσκεται και δεν θεραπεύεται. Οι συνέπειες για την υγεία αποδίδονται σε άλλη αιτιολογία».

Στη μελέτη τους οι επιστήμονες εξηγούν ότι ακόμη και μια μικρή μετατόπιση του Ατλαντος μπορεί να τραυματίσει ή να συμπιέσει τα νευρικά μονοπάτια του εγκεφαλικού στελέχους. Και η σχέση αυτή, μεταξύ υπέρτασης και ανωμαλιών στην κυκλοφορία στην περιοχή του Ατλαντος, είναι γνωστή επί δεκαετίες, όχι μόνο στους χειροπράκτες αλλά και στους νευροχειρουργούς. Όπως λέει ο κ. Μπεκρή, «αρκετοί νευροχειρουργοί οι οποίοι παρέρβαιναν στη βάση του εγκεφάλου έχουν παρατηρήσει ότι η παρέμβαση στο συγκεκριμένο σημείο οδηγεί σε μείωση της πίεσης μέσα στο χειρουργείο. Παράλληλα η χειρουργική παρέμβαση στην περιοχή δείχνει να οδηγεί σε μακροπρόθεσμη μείωση της αρτηριακής πίεσης. Για ποιον λόγο συμβαίνει όμως αυτό κανείς δεν γνωρίζει - τουλάχιστον μέχρι στιγμής - με βεβαιότητα. Μια υπόθεση είναι ότι τα αγγεία της περιοχής έχουν «εγκλωβιστεί» εξαιτίας κακής θέσης του Ατλαντος και παρουσιάζουν ισχαιμία. Είναι πιθανό η επαναφορά του Ατλαντος στη σωστή θέση του να απελευθερώνει τα αγγεία αυτά, αποκαθιστώντας την κυκλοφορία στο εγκεφαλικό στέλεχος και μειώνοντας την πίεση».

Θεραπεία με διάρκεια

Οι ερευνητές σημειώνουν ότι τα ευρήματά τους αποτελούν την πρώτη επίσημη απόδειξη σχετικά με μείωση της αρτηριακής πίεσης μέσω της ευθυγράμμισης ενός σπονδύλου. Η μείωση μάλιστα αυτή φάνηκε να διαρκεί τουλάχιστον δύο μήνες, αν και αυτή τη στιγμή παραμένει άγνωστο αν θα έχει πιο μακροπρόθεσμα αποτελέσματα (σε κάθε περίπτωση πάντως, δεδομένου ότι η συγκεκριμένη θεραπεία δεν συνδέεται με παρενέργειες, είναι εύκολη ί-

Σελ. 27

24ΩΡΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ

1683 AM (στα μεσαία κύματα)

Συνεχή καθημερινή ενημέρωση και ψυχαγωγία

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας

1683 AM λειτουργεί

σε 24ωρη βάση, 7 ημέρες την εβδομάδα.

Ο σταθμός ξεκίνησε να λειτουργεί το Μάρτιο του 1983 και εκπέμπει τα καλύτερα προγράμματα από την Ελλάδα και την Κύπρο, ενώ παράλληλα μεταδίδει τις ειδήσεις από το εξωτερικό κάθε ώρα.

Επίσης, έχουμε τα καλύτερα τοπικά προγράμματα, όπως:

"Κυπριακή Κοινότητα"

με την Έλλη Κάρπος,

"Greeks Today"

με τον Γιώργο Τσερδάνη,

"Κέφι και μπάλλα"

με τον Γιάννη Σπανέλλη,

"Κοινότητα και κοινοτικά"

και μουσικά

προγράμματα με εκφωνητές.

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας 1683 Khz AM διαφημίζει μεγάλους οργανισμούς και επιχειρήσεις, όπως την ελληνική εφημερίδα της Αυστραλίας "Ο Κόσμος", "Λαϊκή Τράπεζα", "Τράπεζα Κύπρου", "Κυπριακή Κοινότητα NNO",

"Ελληνική Ορθόδοξη Κοινότητα Σύδνεϋ & NNO",

"Vicky Mar Fashions", "Independent and General Advertising", "Roselands Shopping Centre" και πολλές άλλες μικρές και μεγάλες επιχειρήσεις.

Για τον καλύτερο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό, τα τελευταία νέα, ποιοτική μουσική και τα καλύτερα ζωντανά προγράμματα, συντονιστείτε στο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό Αυστραλίας 1683 Khz AM.

Για περισσότερες πληροφορίες

και για τις διαφημίσεις σας,

τηλεφωνήστε στο (02) 9750 8155

και fax: (02) 9750 0517.

Τηλέφωνα για ζωντανές εκπομπές:

(02) 9750 9890 και (02) 9750 0017.

Διεύθυνση: Unit 4 / 9 Mavis St, Revesby NSW 2212

e-mail: conn01@optushome.com.au

web: GREEK RADIO 1683

9775