

Diskusprolaps i lænden - et frygtet problem

En diskusprolaps i lænden kan være utroligt smertefuldt.

Et af de mest kendte og frygtede problemer i lænderyggen, er en diskusprolaps. Det er noget der rammer mange mennesker hvert år, og som kan være meget smertefuldt. Ved mistanke om en diskusprolaps bør det altid overlades til din læge eller kiropraktor at stille diagnosen, og planlægge din behandling.

En diskusprolaps opstår, når en af bruskskiverne i ryggen giver efter og den indre geleagtige kerne skubbes ud. Dette skaber en udposning – en prolaps - som i nogen tilfælde rammer en forbigående nerverod, og

derfor kan give symptomer i benet.

Sat firkantet op, så har mennesker med en lænde-

prolaps mere ondt i benet end i ryggen, og smerterne i benet når ned under knæet. Der kan være områder med



BREVKASSE

SPØRG

Kiropraktorerne
Ringsted



LOTTE LANGHOFF

Har du også et spørgsmål til kiropraktorerne, så send det til: lla@kiro.dk eller til Kiropraktorerne Ringsted, Haslevvej 13, 4100 Ringsted.

følelseløshed og måske opleves der nedsat muskelkraft, men der er en del undtagelser herfra.

Diagnosen kan bekræftes en MR-skanning, men en god undersøgelse er ofte nok. Især den neurologiske undersøgelse er vigtig. Her tjekkes bl.a. reflekser, følesans og muskelkraft i benet. Der er akut brug for at blive nærmere undersøgt hvis man oplever følgende:

- *Problemer med at holde på afføring eller urin*

- *Problemer med at lade vandet selv om man føler trang til det.*

- *Føleforstyrrelser i skridtet og på inderlårerne*

- *Pludseligt nedsat kraft i benet – også selv om smerterne er forsvundet*

Skulle det ske, skal man straks kontakte læge/vagtlæge eller kiropraktor, da der er en risiko for at nerven tager permanent skade.

Hovedparten af de mennesker der får konstateret diskusprolaps, undgår at blive opereret og kommer sig fuldstændigt. I stedet for operation behandles der med aflastning, øvelser, manuel mobilisering og med smertestillende medicin i det nødvendige omfang. Det er ikke usædvanligt at et forløb strækker sig over adskillige måneder.

Formålet med den manuelle behandling er at aflaste bruskskiven, så den bedst

muligt kan får ro til at hele, samt at behandle de følgeproblemer der opstår når man i en periode har smerter, og ikke kan bevæge sig naturligt.

Man kan godt blive behandlet hos kiropraktor hvis man har en diskusprolaps. Ud over den manuelle behandling vil kiropraktoren kunne instruere i korrekte øvelser eller evt. anbefale dig en fysioterapeut. Under behandlingen bliver der naturligvis taget hensyn både til problemet og den person det drejer sig om, og kiropraktoren er desuden trænet i at vurdere om der er behov for anden behandling og undersøgelse, end det der tilbydes på klinikken.