

Niestabilność stawu szyjnego jako najczęstsza przyczyna schorzeń wielonarządowych

Dr Bodo Kuklinski

Najczęstszą formą uszkodzenia ciała jest pourazowa niestabilność stawu szyjnego. Na tle pozostałej części kręgosłupa szyjnego staw ten wyróżnia się szczególną rolą funkcjonalną oraz strukturalną. Zlokalizowane między podstawą czaszki, pierwszym (dźwigaczem, atlasem) oraz drugim (obrotnikiem) kręgiem szyjnym ścięgna i mięśnie zapewniają naszej głowie zdolność wykonywania ruchów, a jednocześnie stanowią miejsce, które jest wyjątkowo podatne na uszkodzenia spowodowane czynnikami zewnętrznymi.

Bogate unerwienie mięśni oraz włókien ścięgien szyjnej części kręgosłupa czyni z niej ważny narząd zmysłów. W przypadku niestabilności stawu szyjnego zakłóceniu ulega funkcjonowanie pasm rdzeniowych nerwu błędnego, spłotów współczulnych oraz ich połączeń z nerwami czaskowymi na wysokości stawu szyjnego. Problem ten dotyczy także centrum oddechowego, jakie zlokalizowane jest w rejonie gardła na wysokości pierwszego kręgu szyjnego. W wyniku tych zaburzeń cierpi zarówno nasz mózg, jak i narządy zmysłów a wreszcie -wszystkie inne organy.

Przyczyny uszkodzeń stawu szyjnego

Wśród naszego aktywnego społeczeństwa występuje prawdziwa fala urazów stawu szyjnego, które wiążą się ponadto z dodatkowymi uszkodzeniami więzadeł, a także mięśni szyjnego odcinka kręgosłupa. Klasyczne wypadki samochodowe z przekręceniem głowy wcale nie stanowią najczęstszej przyczyny zespołu szyjnego, nawet jeżeli to one były dotychczas przedmiotem najintensywniejszych badań. Na urazy stawu szyjnego jesteśmy o wiele częściej narażeni we własnym domu lub w miejscu pracy, w czasie wolnym, a zwłaszcza – podczas uprawiania sportu. Natomiast większa prędkość, większy dreszczyk emocji („no risk - no fun”) i coraz bardziej niebezpieczne formy aktywności fizycznej młodych ludzi mają swoją cenę. Każdy, kto nadmiernie ryzykuje może przyptać to własną szyją! (...) Przeprowadzona w oparciu o ponad 1600 akt chorobowych analiza wykazała, iż najczęstszymi źródłami urazów szyjnego odcinka kręgosłupa są:

Dom:

- upadki z drabiny, drzewa, taboretu, schodów
- uderzenie w głowę lub plecy na skutek poślizgnięcia się na lodzie, śliskich kafelkach
- upadki z piętrowego łóżka
- silne uderzenia w ramiona, czy plecy
- uderzenia głową w krawędzie mebli, na przykład podczas ponownego przyjmowania pozycji wyprostowanej
- naciągnięcia podczas poruszania się i jednoczesnego dźwigania ciężaru
- zabawy z dziećmi

Czas wolny:

- upadki z huśtawki, z drzewa, podczas wspinaczki
- upadki z roweru, przeskoki przez mur lub inne przedmioty
- potrącenie przez samochód – jako pieszy bądź rowerzysta
- jazda na deskorolce (w szczególności – skoki)
- jazda na sankach lub na nartach przez przeszkody, upadki podczas jazdy na tyżwach, zjazdów na nartach czy snowboardzistę, najechanie na stoku przez innego narciarza / snowboardzistę, jazda na rowerze górskim, zjeżdżanie w dół z jak największą prędkością, jazda samochodem wyścigowym
- upadek ze zbocza górskiego, uderzenie kamieniem w głowę bądź ramię
- wypadki podczas jazdy samochodem, kładem, motorowerem

Wypadki podczas uprawiania sportu:

- jazda konna
- sporty walki takie jak zapasy, judo, karate, boks
- sporty drużynowe takie jak piłka nożna, ręczna, wodna, hokej,
- ćwiczenia na przyrządach, jazda figurowa na lodzie, wyścigi motocyklowe, niemal wszystkie sporty zimowe, oprócz umiarkowanej jazdy na nartach biegowych
- dyscypliny lekkoatletyczne takie jak skok wzwyż, bieg przez płotki, skoki z trampoliny

Środowisko pracy:

- podnoszenie i noszenie podczas wykonywania zawodów opiekuńczych, praca w magazynie (dźwiganie ciężarów)
- upadek jakiegoś przedmiotu na głowę lub ramiona
- upadek z rusztowania, wpadnięcie do dołu

Inne okoliczności:

- znieczulenie ogólne: zbyt silne odchylenie głowy do tyłu podczas intubacji
- przeprowadzone nieprawidłowo zabiegi terapeutyczne w obszarze szyjnej części kręgosłupa