

Usprawnianie ruchowe w niepowikłanym zwichnięciu odcinka szyjnego kręgosłupa można rozszerzyć o działania fizykalne, do których zalicza się:

- zabiegi magnetostymulacji — stymulacja polem magnetycznym wspomagająca regenerację tkanek i zmniejszająca dolegliwości bólowe,
- terapia laserem niskoenergetycznym — biostymulacja przyspieszająca gojenie mikrourazów i zmniejszająca stan zapalny.

W przypadku leczenia zachowawczego oraz po leczeniu operacyjnym, jeżeli nie zastosowano stabilizatorów, można zalecić termoterapię i elektroterapię.

W ramach termoterapii stosuje się lampy Sollux w celu poprawy ukrwienia oraz rozluźnienia mięśni, diatermię krótkofalową i mikrofalową lub krioterapię, która poprzez obniżenie temperatury tkanek i zmniejszenie pobudliwości nerwowej prowadzi do podobnego efektu jak lampy Sollux (zmniejszenie napięcia mięśniowego i uśmierzanie bólu).

Z zabiegów elektroterapii stosujemy:

- prądy interferencyjne,
- prądy diadynamiczne,
- jonoforezę,
- prąd Traberta.

Uwaga: W przypadku zastosowania stabilizatora nie wolno stosować terapii cieplnej, gdyż może dojść do kumulacji energii cieplnej w miejscach mocowań stabilizatora i do głębokiego poparzenia pacjenta.

Stosowanie elektroterapii w obecności metalowych elementów stabilizujących wymaga ostrożności — prądy mogą wywoływać lokalne zmiany elektrochemiczne przy elementach metalowych, co teoretycznie może sprzyjać korozji lub osłabieniu połączeń śrubowych i zwiększać ryzyko destabilizacji. Każdorazowo należy konsultować rodzaj i parametry zabiegu z chirurgiem prowadzącym oraz stosować przeciwwskazania podane przez producenta implantu.

Dodatkowo można stosować kąpiele borowinowe i solankowe jako uzupełnienie leczenia fizykalnego, ze względu na ich działanie przeciwbólowe i przeciwzapalne oraz poprawę krążenia w tkankach.

Bibliografia

- J. Kiwierski, „Schorzenia i urazy kręgosłupa”, Warszawa 1997,
- A. Zborowski, „Masaż w jednostkach chorobowych II”, Kraków 1999,
- K. Milanowska, W. Dega, „Rehabilitacja medyczna”, Warszawa 2001,
- R. Hutner, „Pielęgniarstwo specjalistyczne”, Warszawa 1969,
- T. Mika, „Fizykoterapia”, Warszawa 1996.