

## ΚΡΟΥΣΤΙΚΟΣ ΥΠΕΡΗΧΟΣ(*SHOCK WAVE THERAPY*)

Η χρήση των εξωσωματικών κρουστικών κυμάτων(*shock wave therapy*) ξεκίνησε σαν πρωταρχική θεραπεία στην ουρολογία για την λιθοτριψία στους νεφρούς. Παρ'όλα αυτά, την τελευταία δεκαετία η χρήση τους επεκτάθηκε στην μυοσκελετική αποκατάσταση δείχνοντας αρκετά ενθαρρυντικά αποτελέσματα. Τα ακτινικά κύματα αποτελούν μια **μη χειρουργική επιλογή** σε πολλές παθήσεις του μυοσκελετικού μας συστήματος.

Συμπιεσμένος αέρας μετακινεί ένα βλήμα με υψηλή ταχύτητα το οποίο χτυπά την άκρη του εφαρμογέα, ο οποίος έχει με τη σειρά του τοποθετηθεί στην επιφάνεια του δέρματος ακριβώς πάνω από το επώδυνο σημείο του σώματος π.χ τενοντίτιδα. Με αυτόν τον τρόπο η παραγόμενη ενέργεια ταξιδεύει μέσω των μαλακών ιστών με τη μορφή ακτινωτού κύματος (υπεραιμία-έκκριση ενδορφινών-απελευθέρωση ουσίας P -αναχαίτηση του ενζύμου COX II -ενεργοποίηση της κυτταρικής άμυνας -υπερδιέγερση των νευρικών ιών-μεγεθυνθεί το αναλγητικό αποτέλεσμα)

**Συγκεκριμένα**, έχει παρατηρηθεί από μελέτες ότι βοηθάει στην ασβεστοποίηση τενοντοπάθεια με σημαντική δράση στην διάσπαση του ασβεστώματος. Οι εφαρμογές του όμως φαίνεται να έχουν θετικές ενδείξεις και σε άλλες παθολογικές καταστάσεις όπως σε άκανθα πτέρνας, σε πελματιαία απονευρωσίτιδα ή ακόμα και σε καταγματικές εστίες στη φάση της αναγέννησης.

Ύστερα από μόλις **μία με δύο συνεδρίες** πάνω από το **80% των ασθενών** αναφέρουν είτε **πλήρη ανακούφιση από τον πόνο** είτε σημαντική μείωση αυτού.

**Με σιγουριά** πλέον μπορούμε να πούμε ότι επιταχύνει την επούλωση και την αναγέννηση των παθολογικών ιστών με αποτέλεσμα να μειώνει δραστικά τον χρόνο αποκατάστασης.

Η θεραπεία είναι **ανώδυνη** χάρη στις ειδικές μεμβρανώδεις κεφαλές, χωρίς αξιοσημείωτες αντενδείξεις και τα αποτελέσματα είναι αισθητά από την πρώτη κιάλας συνεδρία.

Το **SHOCK WAVE** θεωρείται λοιπόν ένας **ενδεδειγμένος** τρόπος αντιμετώπισης μυοσκελετικών παθήσεων που έχει **αρκετές εφαρμογές** και συνιστά ένα πολύτιμο όπλο στη φαρέτρα μας για την **ταχύτερη και αποτελεσματικότερη** μυοσκελετική αποκατάσταση.

Παρακάτω αναφέρονται κάποιες από τις **παθήσεις** που μπορούν να **αντιμετωπιστούν με τον κρουστικό υπέρηχο**:

- **Επικονδυλίτιδα αγκώνα (tennis elbow)**
- **Πελματιαία απονευρωσίτιδα και άκανθα πτέρνας (plantar fasciitis, heel spur)**
- **Τροχαντηρίτιδα ισχίου με σύνδρομο λαγονοκνημιαίας ταινίας.**
- **Ασβεστοποιός τενοντίτιδα ώμου (calcified tendinitis)**
- **Μυοπεριτονιακός πόνος και δυσλειτουργία (Myofascial Pain Syndrome)**
- **Θεραπεία των σημείων πυροδότησης του πόνου (Trigger points)**
- **Περιοστίτιδα κνήμης (Shin splint)**
- **Επώδυνο γόνατο του άλτη με συνοδό τενοντίτιδα επιγονατιδικού (Jumper's Knee)**
- **Τενοντίτιδα αχιλλείου (Achilles tendonopathy)**