

Marcin Grześkowiak

Wpływ aplikacji Kinesio Taping® na czynność elektryczną mięśni i ruchomość odcinka lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa u osób z przepukliną krążka międzykręgowego

Streszczenie

Wprowadzenie: Przewlekłe bóle lędźwiowo-krzyżowe (BLK) stanowią poważny problem społeczny. Skuteczne ich leczenie powinno być ukierunkowane na przywrócenie prawidłowej kontroli nerwowo-mięśniowej mięśni przykręgosłupowych. Dotychczasowe badania wskazują, że Kinesio Taping® (KT) może być przydatny w leczeniu przewlekłych, niespecyficznych BLK. Nie ma jednak badań oceniających efekt KT zastosowanego u pacjentów z chronicznym BLK spowodowanym przepukliną krążka międzykręgowego.

Cele: Zbadanie wpływu aplikacji KT na czynność elektryczną mięśni przykręgosłupowych i ruchomość odcinka lędźwiowo-krzyżowego oraz siłę mięśni prostowników kręgosłupa, ból i stopień niepełnosprawności u osób z przepukliną krążka międzykręgowego.

Projekt: Losowe badanie kontrolne z ukrytym przydziałem do grup.

Metody: Trzydziestu pięciu pacjentów zostało losowo rozdzielonych do dwóch grup: eksperymentalną stosującą KT oraz kontrolną stosującą placebo taping (PT). Na początku oraz po tygodniu badania wykonano pomiary EMG mięśni przykręgosłupowych w celu wyznaczenia stosunku zgięcia-relaksacji (SZR) oraz wyprost-relaksacji (SWR). Ponadto oceniono ruchomość oraz krzywiznę odcinka lędźwiowego, siłę mięśni prostowników kręgosłupa, próg bólu uciskowego, intensywność bólu oraz stopień niepełnosprawności.

Wyniki: W grupie KT doszło do istotnego zmniejszenia aktywności mięśni wielodzielnych w pozycji zwieszenia w pełnym zgięciu. W obu grupach istotnemu zmniejszeniu uległa aktywność mięśni najdłuższych klatki piersiowej w fazie zwieszenia w pełnym zgięciu. Obie interwencje spowodowały istotne zwiększenie ruchomości odcinka lędźwiowego w płaszczyźnie strzałkowej oraz wzrost siły mięśni prostowników kręgosłupa. W obu grupach doszło do istotnego zmniejszenia intensywności bólu oraz stopnia niepełnosprawności. Nie zaobserwowano zmian w progu bólu uciskowego, ruchomości w płaszczyźnie czołowej i krzywiznie. Nie zaobserwowano zmian w SZR oraz SWR.

Wnioski: Zastosowana, u osób z przepukliną krążka międzykręgowego, aplikacja Kinesio Taping® powoduje zmniejszenie aktywności mięśni wielodzielnych w pozycji zwieszenia tułowia. KT powoduje również zmniejszenie aktywności mięśni najdłuższych, zwiększenie ruchomości w płaszczyźnie strzałkowej, wzrost siły mięśni prostowników grzbietu, a także zmniejszenie intensywności bólu oraz stopnia niepełnosprawności. Zmiany są jednak porównywalne z placebo.