

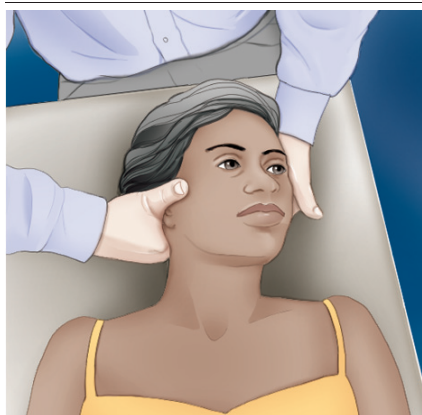
## PROSPETTO INFORMATIVO PER IL PAZIENTE

### **CERVICALGIA LA MANIPOLAZIONE DEL COLLO E DEL TUO RACHIDE TORACICO SUPERIORE PERMETTE UNA GUARIGIONE PIÙ VELOCE**

*Questo prospetto rivolto ai pazienti è basato su un articolo di JR Dunning et al intitolato 'Upper Cervical and Upper Thoracic Thrust Manipulation versus Non-Thrust Mobilization in Patients with Mechanical Neck Pain: A Multi-center Randomized Clinical Trial' (J Orthop Sports Phys Ther 2012;42(1):5-18. doi:10.2519/jospt.2012.3894). Questo prospetto è stato scritto dalla redazione della rivista scientifica JOSPT, dall'editore Deydre S Teyhen PT, PhD ed è stato illustrato da Jeanne Robertson. Traduzione a cura di FIRAS MOURAD PT, OMT, CSMT, PGCert Sport & Exercise Medicine*

Il dolore cervicale è molto comune e fortunatamente guarisce velocemente nella maggior parte dei casi. Tuttavia, in certi casi, il mal di collo può durare di più e divenire cronico, limitando la mobilità e aumentando la disabilità. Infatti, il mal di collo cronico è la seconda causa di richiesta di rimborso, spesa da parte dei lavoratori in USA. Trattamenti che possano ridurre rapidamente il dolore, aumentare la mobilità e migliorare la capacità dei muscoli di proteggere il collo possono aiutare a diminuire il rischio di disabilità associata con il dolore cervicale. Esistono vari trattamenti di terapia manuale usati per trattare questa patologia. Questi trattamenti includono le mobilizzazioni, che consistono in movimenti lenti e ripetuti delle articolazioni e dei muscoli cervicali e le manipolazioni con le quali il clinico esegue un unico movimento veloce e di piccola ampiezza alle articolazioni e ai muscoli del collo. Uno studio di ricerca pubblicato nel gennaio 2012 sul JOSPT confronta i risultati tra queste due tecniche e conclude quale è la migliore.

#### **MANIPOLAZIONE DEL COLLO E DEL TORACE SUPERIORE**



*L'immagine di sinistra e quella sottostante dimostrano come un fisioterapista tratterebbe il tuo collo utilizzando 2 tecniche manipolative rivolte al collo e al rachide toracico superiore.*



**NOVITÀ** In questo studio, i ricercatori hanno trattato 107 pazienti. Circa la metà di questi pazienti hanno ricevuto una manipolazione cervicale alta e una sul rachide toracico superiore. Gli altri pazienti hanno ricevuto una mobilizzazione agli stessi distretti senza essere manipolati. Dopo 48 ore, i pazienti che hanno ricevuto il trattamento manipolativo hanno riportato un calo del dolore del 58% e un miglioramento nelle disabilità del 50%. Invece i pazienti che hanno ricevuto un trattamento di tipo mobilizzativo hanno avuto un calo di solo 13% del dolore e un miglioramento del 13% nella disabilità. Inoltre i pazienti che hanno ricevuto la manipolazione hanno aumentato la mobilità e migliorato il controllo dei muscoli cervicali rispetto al gruppo di pazienti trattati con la mobilizzazione. Gli autori concludono che la combinazione di manipolazione cervicale alta e toracica superiore sono più efficaci rispetto ad un trattamento mobilizzativo nelle prime 48 ore.

**CONSIGLI PRATICI:** Pazienti con dolore cervicale possono beneficiare da un programma di fisioterapia che includa tecniche manipolative del rachide cervicale e toracico superiori. Benefici potenziali possono essere la riduzione del dolore, miglioramento della mobilità cervicale, e aumentata abilità a eseguire le attività quotidiane. Sebbene questo tipo di trattamento sia molto efficace nel dolore cervicale acuto di tipo meccanico, potrebbe non essere efficace o appropriato a tutti i pazienti che soffrono di cervicalgia. Il tuo fisioterapista eseguirà una valutazione approfondita per determinare se questo tipo di trattamento sia appropriato al tuo problema, come parte di un programma progettato per aiutarti ad alleviare il tuo dolore cervicale. L'effetto benefico è stato misurato solo nelle 48 ore post trattamento; altri studi sono necessari in futuro per determinare gli effetti a lungo termine. Per maggiori informazioni sul trattamento della cervicalgia contatta un fisioterapista specializzato nel trattamento di disordini muscoloscheletrici.