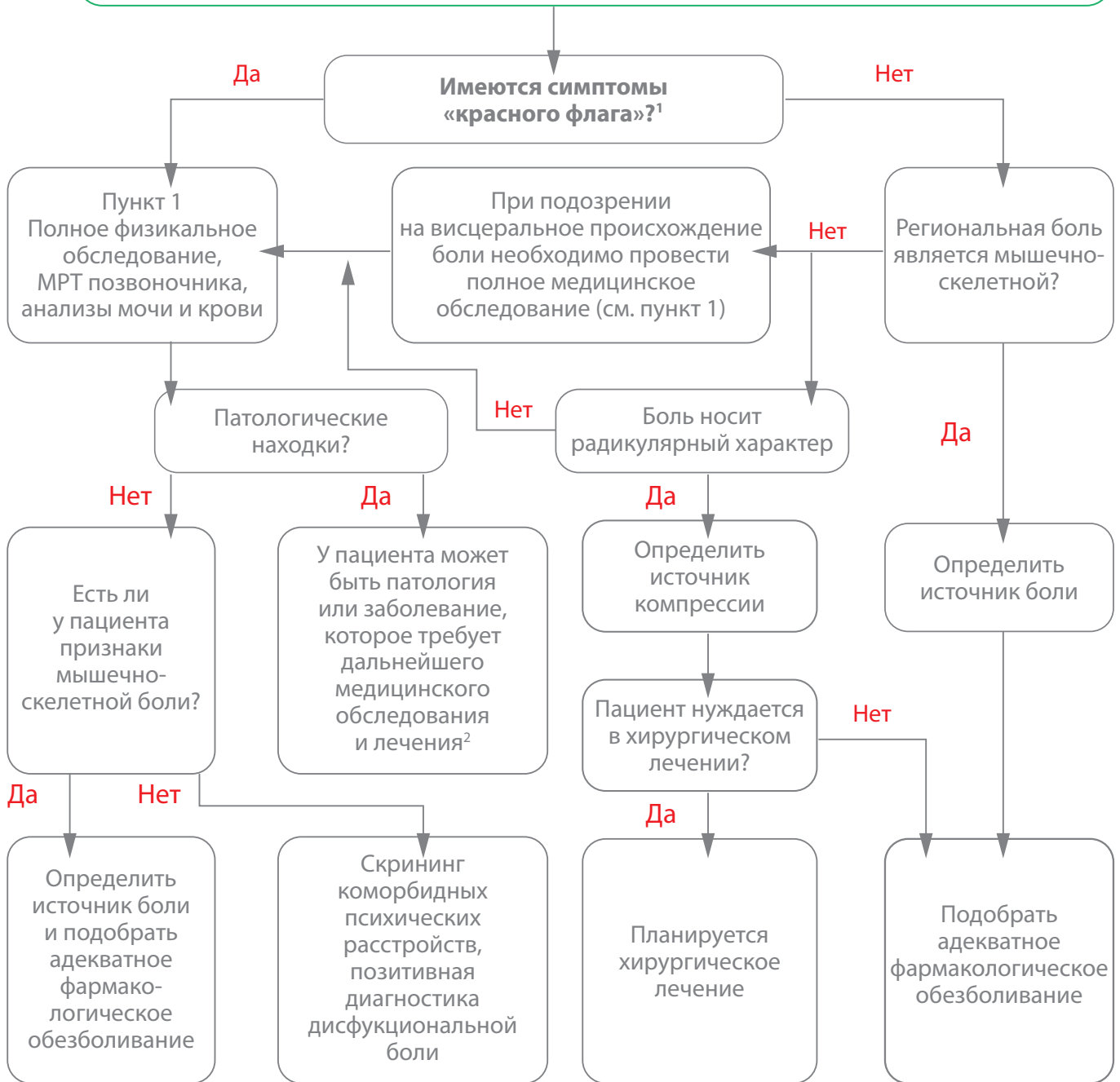


АЛГОРИТМ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ БОЛИ В СПИНЕ

Жалобы на боль в поясничной области



¹ СИМПТОМЫ «КРАСНОГО ФЛАГА»

1. Дебют заболевания в возрасте <20 или >55 лет
2. Боль постоянная, усиливающаяся ночью, четко не связанная с движениями
3. Боль в грудном отделе позвоночника
4. Сохранение боли свыше 1 мес.
5. Лихорадка и/или необъяснимая потеря веса
6. Наличие в анамнезе:
 - злокачественного новообразования
 - недавней травмы
 - терапии кортикостероидами
 - наркотической зависимости
 - ВИЧ-инфекции
7. Выраженное ограничение движений в пояснично-крестцовой области
8. Неврологический дефицит, выходящий за рамки радикулопатии

² ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА

1. Неоплазма
2. Воспалительные артриты
3. Спинальная инфекция
4. Заболевания органов малого таза
5. Болезни почек
6. Аневризма аорты
7. Болезнь костей Педжета
8. Остеохондропатия (болезнь Шейермана-Мау, болезнь Шморля)

³ КОНСЕРВАТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

- Краткосрочная тактика (фармакологическое обезболивание) Региональная мышечно-скелетная боль**
- Поддержание привычного уровня физической активности
 - НПВП (целекоксиб) в монотерапии или НПВП (целекоксиб) и/или синтетический спсид или антидепрессанты

Радикулярная боль

- Избегание иммобилизации, поддержание посильной активности
- Полимодальное обезболивание, включающее:
 - НПВП (целекоксиб) и/или синтетический опиоид
 - антиконвульсанты (карбамазепин, габапентин, прегабалин, ламотриджин) или антидепрессанты
- Адывантная терапия
- Витамины группы В
- Венотоники
- Ходропротекторы

Долговременная тактика

- Обучение рациональному образу жизни
- Активные динамические упражнения
- Коррекция осанки
- Коррекция физических / профессиональных нагрузок
- Поддержание нормального веса, достаточный сон, достаточная двигательная активность
- Фитнес
- Психологическая коррекция боли
- Техника релаксации
- Активные стратегии преодоления стресса