

METODI DI TERAPIA MANUALE

La Terapia Manuale, come è chiaramente espresso dal termine, è un trattamento “manuale” ed è valida su un largo spettro di ambiti specialistici, che comprendono l’ortopedia conservativa e post-chirurgica, la terapia sportiva e le patologie reumatiche. Nasce intorno agli anni '50 e le prime manovre manuali sono state la massoterapia. Molte delle tecniche di massaggio classico, sono state reinventate e sono diventate uno strumento terapeutico che permettono interventi manuali più mirati delle patologie ortopediche e non solo. Gli stiramenti muscolari di una volta, oggi sono diventati i 'pompages', così come, il 'massaggio viscerale' oggi è una metodica 'osteopatica' che ha una sua rilevanza terapeutica. Tutto grazie alle nuove conoscenze di anatomia e fisiologia del movimento del corpo umano che hanno permesso di comprendere meglio il modo in cui la natura ha risolto le nostre necessità funzionali e di approfondire meglio la patologia meccanica. In relazione al paziente, alla sintomatologia e alla valutazione effettuata, si scelgono le tecniche più appropriate al caso. Esistono ad oggi molte tecniche di Terapia Manuale tra cui i “Trigger Points”, Cyriax, Bienfet, osteopatia, Mezieres o Souchard, McKenzie, Malligan, ma quello che rappresenta uno degli sviluppi più significativi della Terapia Manuale è il “Concetto Maitland”. Esso va ad applicare un preciso modello di pensiero che facilita l’analisi dei problemi del paziente dal punto di vista clinico e teorico attraverso esercizi e consigli per sollecitare il self-management durante tutta la terapia, controllando costantemente i progressi ottenuti.

La terapia Manuale può essere efficace nel trattamento di:

- dolori di schiena e problemi discali
- dolore al collo e problemi della regione cervicale
- artrosi – dolore e rigidità per esempio alle anche, alle ginocchia, e alla schiena
- dolori del viso, cefalea, dolore della mascella
- irritazione del nervo che causa, ad esempio, insensibilità o formicolio nelle dita o sciatica
- dolore al ginocchio dovuto, ad esempio, a problemi di menisco o di legamento
- problemi al gomito, come gomito del tennista o del golfista
- problemi nel polso e nella mano, come fratture, sindrome del tunnel carpale, distrazioni e distorsioni
- problemi di caviglia e di piede, come lesioni di tendini e legamenti

Dt.Ft. Simone Sanclimenti

