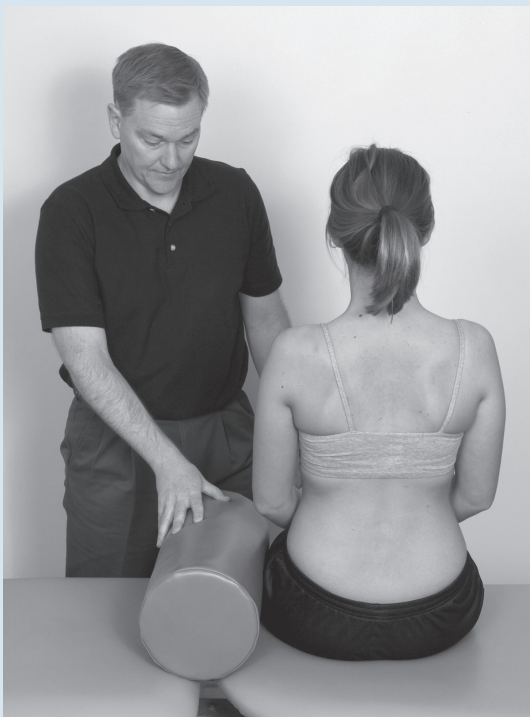


## RAMKA 4-14 Odciążająca pozycja trakcyjna



Pacjentka siedzi tuż obok wałka, który znajduje się po stronie przeciwnej do leczonego korzenia nerwowego lub otworu międzykręgowego



Zgięcie obu stawów biodrowych wymusza zgięcie w leczonym segmencie



Terapeuta w celu uzyskania rotacji w leczonym segmencie pociąga do góry ramię pacjentki znajdujące się niżej



Pacjentka leży na wałku, a leczony otwór kręgowy znajduje się u góry; terapeuta ustawia wałek w takim miejscu, aby stanowił on oś obrotu dla ruchu zgięcia bocznego leczonego segmentu



Pacjentka odpoczywa w pozycji wywołującej dystrakcję. Kombinacja zgięcia tułowia, zgięcia bocznego tułowia oraz rotacji w prawo, która zachodzi w leczonym segmencie, celem uzyskania możliwie maksymalnego otwarcia otworu kręgowego oraz uwolnienia ucisku na korzeń nerwowy

w odciążającej pozycji trakcyjnej. Zaletą tego rodzaju zabiegu jest to, że za jego pomocą można wyizolować segment, w którym osiągnię się efekt trakcji i dzięki temu maksymalne otwarcie danego otworu międzykręgowego. Poza tym zabieg ten nie jest kosztowny (niezbędny do terapii wałek można wykonać samodzielnie, związując ręcznik, poduszkę lub prześcieradło), a jego przebieg może być całkowicie kon-

trolowany przez pacjenta<sup>89</sup>. Creighton<sup>90</sup> radiologicznie wykazał, że odciążająca pozycja trakcyjna, w której wykorzystuje się kombinację izolowanego (skierowanego na leczony segment) zgięcia odcinka lędźwiowego, zgięcia bocznego w stronę przeciwną do leczonego otworu międzykręgowego oraz rotację w stronę leczoną, przyczynia się do maksymalnego otwarcia otworu międzykręgowego. Po ułożeniu cho-