

Običajen del fizioterapevtske obravnave v neobičajnih časih - manualna terapija

Fizioterapevtovo delo pogosto povezujemo s postopki in pristopi, ki se izvajajo z rokami (ang. hands-on). Trditev drži le deloma in zahteva pojasnila. Toliko bolj, saj so časi socialne distance, umivanja rok in nošenja mask vzbudili dvom in strah do uporabe manualnih pristopov tako v fizioterapevtih kot tudi v uporabnikih.

Hkrati pa se v strokovni javnosti soočamo s trendom, ki razume manualno terapijo le kot pasivni prijem in s tem postavlja pod vprašaj njeno vlogo v prihodnosti.

Skozi zgodovino

Razvoj manualne terapije sega že v 19. stoletje v čas industrializacije in rastočega srednjega razreda, ko so zaznali, da so rezultati zdravljenja boljši pri tistih, ki uporabljajo roke v primerjavi s tistimi, ki predpisujejo mirovanje in medikamentozno terapijo. V obdobju španske gripe jim je v osteopatskih bolnišnicah uspelo zmanjšati smrtnost iz 30-45% na samo 0,25%. V skandinavskih državah so se v začetku 19. stoletja oblikovali specifični manipulativni pristopi za obravnavo hrbtenice in prsnega koša, ki so se razširili po Evropi, Veliki Britaniji in Ameriki. Uporaba manualnih intervencij se je še bolj razmahnila med in po 1. svetovni vojni, ko so z masažo, manipulativnimi tehnikami in telovadbo pomagali tisočim vojakom.

V 50-tih letih prejšnjega stoletja so se v Avstraliji, Novi Zelandiji, Angliji in Skandinaviji pojavili fizioterapevti kot so Maitland, Kaltenborn, Paris in drugi in uporaba manualnih tehnik je postala stalna praksa. Nastali so koncepti specifičnih pristopov v manualni terapiji, ki jih posodobljene in z znanstvenimi dokazi podprte, uporabljamo še danes.

Manualna terapija pred velikimi izzivi

Od nekdanj se v strokovnih krogih pojavljajo različne ideologije, ki vsaka na svoj način zagovarja stališča s katerimi argumentira uspešnost svojih postopkov fizioterapevtskega zdravljenja. Nekatere pomembnost pripisujejo le aktivnemu pristopu, kot so npr. vaje in manualno terapijo smatrajo kot pasiven pristop, kjer fizioterapevt s subtilnimi prijemi na sklepih in mehkih tkivih poskuša vzpostaviti normalno gibanje. Druge temeljijo na uravnavanju energetskih pretokov v telesu, tretje se osredotočajo pretežno na obravnavo mehko-tkivnih struktur. Pa vendar imamo v vseh primerih pred seboj istega pacienta z nevro mišično-skeletno motnjo.

Obdobje pandemije Covid-19 je prizadela številne aspekte življenja vseh ljudi, tudi fizioterapevtov in nam postavila nove izzive. Kako lahko pregledujemo in obravnavamo paciente v spremenjenem delovnem okolju in pod drugačnimi pogoji? Ali bodo vsi pacienti kljub prilagojenemu načinu enako kakovostno obravnavani? Ali je in v kakšni meri je pandemija vplivala na socialno, psihično in mentalno zdravje pacienta, ki ga obravnavamo? Je bil kdo zaradi razmer deležen pomanjkljive obravnave?

Telerehabilitacija je postala rešitev v sili, ki nikakor ne more v vseh primerih nadomestiti osebnega kontakta. Uporabnost telerehabilitacije je predvsem v svetovanju in usmerjanju pacientov ali preverjanju izvajanja vaj.

Kaj je pravzaprav manualna terapija?

Definicija svetovne organizacije ortopedskih manualnih fizioterapevtov (WCPT, IFOMPT) opisuje manualno terapijo kot specialno področje fizioterapije/fizikalne terapije. Obravnava nevro-mišičnoskeletna obolenja, temelji na kliničnem razmišljanju in pri tem uporablja specifične pristope, vključno z manualnimi tehnikami in terapevtskimi vajami.

Je proces fizioterapevtovega odločanja in presojanja, ki poteka neprekinjeno skozi celoten proces pregledovanja in obravnave. Fizioterapevt ugotavlja stopnjo funkcionalne prizadetosti, ocenjuje njen vpiv na pacientovo nezmožnost opravljanja dnevnih aktivnosti in vključevanja v socialno okolje ter oblikuje fizioterapevtsko diagnozo. Odloča o ustrezni izbiri terapevtskih tehnik, vaj in drugih postopkov, pacienta poučuje o nastanku in vzrokih njegovega problema ter mu svetuje pri prilagajanju aktivnosti in ga usmerja.

Nesporno lahko iz opisanega sklenemo, da manualna terapija ni le pasivna tehnika (hands-on), pač pa celosten, multidimenzionalen pristop k zdravljenju. In takšna je tudi v neobičajnih časih

“umitih, razkuženih rok ter obraznih mask” lahko popolnoma varen in ustrezen fizioterapevtski pristop.

Svetovni dogodki, kot so pandemije, naravne katastrofe in vojne spremenijo delovanje zdravstvenega sistema, vendar lahko odpira tudi nove možnosti. Kar se je kdaj zdelo nemogoče, lahko zdaj postane mogoče. Izkušen fizioterapevt- manualni terapevt ima znanje in veščine, ki za izvajanje ne potrebujejo zapletene infrastrukture, interneta ali računalnika, njegovo klinično sklepanje in hands-on pristop sta enakovredna in povezana tako, da omogočata kritično presojo tudi v spremenjenih, neobičajnih časih.

American College of Mechano-Therapy, Francis a. Countway library of medicine, eds. text-book of osteopathy: from the standpoint of mechano- therapy. Chicago, Ill: American College of Mechano-Therapy; 1910.

Chaitow L. (2010). Has osteopathy a role to play in treatment of flu?. *Journal of bodywork and movement therapies*, 14(1), 1–2.

Cameron W. MacDonald, Peter G Osmotherly & Darren a Rivett (2020) COVID-19 wash your hands but don't erase them from our profession – considerations on manual therapy past and present, *Journal of Manual & Manipulative Therapy*, 28:3, 127-131

Haines, K. J., & Berney, S. (2020). Physiotherapists during COVID-19: usual business, in unusual times. *Journal of physiotherapy*, 66(2), 67–69.

Lonnemann, E., & Deyle, G. D. (2020). Invited response to editorial "COVID-19 wash your hands but don't erase them from our profession - considerations on manual therapy past and present". *The Journal of manual & manipulative therapy*, 28(3), 132–133.