

Strokovno in naravno nad bolečine

Dr. Andrej Kotov je Belorus, ki z družino od leta 2009 biva v Sloveniji. Po poklicu je zdravnik, specialist nevrolog, ki se je dodatno specializiral za zdravljenje težav s hrbtenico in gibalnim sistemom, tako imenovano manualno medicino. Pred prihodom v Slovenijo je dobro desetletje vodil nevrološki oddelek glavne klinike v Minsku.

V Slovenijo je dr. Kotov prišel na priporočilo prijatelja, zaposlenega v podjetju MO-GY, ki se že od leta 1993 ukvarja z zdravljenjem gibalnega sistema v petih ordinacijah, v Ljubljani, Mariboru, Novi Gorici, Murski Soboti in Kopru, ter zaposluje številne zdravnike, specialiste manualne medicine. Kot prvi so manualno medicino predstavili slovenski strokovni in širši javnosti, njihovi zdravniki pa slovijo po izjemnih rezultatih zdravljenja različnih sprememb, povezanih s hrbtenico, mišicami in sklepi ter z njimi povezanih težav.

Nad bivanjem v Sloveniji je navdušen tako dr. Kotov kot njegova družina. Svojo prakso izvaja v ordinaciji MO-GY v Ljubljani, živi pa v bližnjem Kamniku. Njegov sin Dimitrij obiskuje tamkajšnjo osnovno šolo in je navdušen nad učenjem jezikov, žena Elena, ki je pred prihodom v Slovenijo delala kot višja medicinska sestra v bolnišnici v Minsku, pa zdaj v Sloveniji skrbi za dom in družino. Pogosto se med prazniki vračajo v domačo Belorusijo, vendar Andrej priznava, da je Slovenija zanj in za njegovo družino postala drugi dom.

Manualna medicina pomeni zdravljenje gibalnega sistema v celoti, se pravi, da se ukvarja z zdravljenjem hrbtenice, sklepov, mišic, vezivnih tkiv, tetiv ..., in sicer brez zdravil. Gre za metodo, ki se je v šestdesetih letih prvič pojavila v Nemčiji in na Češkem, v devetdesetih letih pa najbolj razvila v Rusiji, kjer obstajajo največji in najnaprednejši centri v svetovnem merilu. V Sloveniji se je manualna terapija prvič pojavila leta 1993, ko je v podjetju MO-GY gostoval prvi zdravnik iz Rusije, dandanes pa to metodo zdravljenja že nekaj let predavajo tudi na Visoki šoli za zdravstvo, smer fizioterapija. Manualno terapijo mnogi zamenjujejo s kiropraktiko, vendar se metodi med seboj zelo razlikujeta. Osnovna razlika je v diagnostiki, saj lahko manualno medicino izvaja le zdravnik (ortoped ali nevrolog) s končano medicinsko fakulteto. Tako ima specialist manualne medicine bistveno več raznovrstnega

znanja, ki je potrebno za uspešno in pravilno diagnostiko. Kot pravi dr. Kotov, je posebnost manualne medicine tudi ta, da terapije potekajo izključno z rokami, saj večino simptomov, ki jih imajo bolniki, lahko odpravijo prav na tak način. Pri takšni terapiji gre namreč za mehke tehnike delovanja na gibalni sistem, s katerimi specialist razmeroma neboleče in hitro odpravi vzroke bolečin. »Manualna medicina ne vpliva le na sklepe, ki jih zdravimo, ampak s pomočjo dodatne souporabe refleksoterapije vpliva na težave vsega telesa,« dodaja naš sogovornik.

Največ težav s hrbtenico

Najpogostejše bolezni, s katerimi se srečujejo specialisti manualne medicine, so povezane s hrbtenico. Najpogostejši simptomi, ki izhajajo iz hrbtenice, so glavobol, vrtoglavice, bolečine ali mravljinčenje v rokah ali nogah, bolečine v križu, vratu, nemoč v nogah ali rokah in še mnogo drugega. »Največ je glavobolov, večinoma pri ženskah, in bo-

lečin v križu (pogostejše pri moških); ti kategoriji obsegata približno 60 odstotkov vseh mojih bolnikov,« pojasnjuje dr. Kotov. Pri večini prebivalstva v Sloveniji, starega več kot 40 let, se pojavlja osteohondroza ali posedanje vretenc ter posledično zmanjševanje medvretenčnega prostora. Po 60. letu starosti pa se pri večini pojavljata spondiloza (izrastki na vretencih) in spondilar-

troza. »Posledice se kažejo z zmanjševanjem gibljivosti, predvsem zjutraj, in bolečinami v različnih delih telesa. S preventivo, ki pomeni od dva do tri obiske na leto pri manualnem terapevtu, bi se bolečine kot posledice teh bolezni bistveno manj izražale, obenem pa bi lahko opazili tudi druge pojave bolezni, ki bi jih s tem lahko dovolj zgodaj in uspešno zdravili,« razlaga dr. Kotov. Uspešnost zdravljenja z manualno medicino je po prvi terapiji (to je od štiri do šest obiskov) okoli 80-odstotna, pri čemer je 40 odstotkov bolnikov v celoti ozdravljenih, pri enakem

odstotku bolnikov so ozdravljeni glavni simptomi, pri preostalih 20 odstotkih pa je viden napredek, a je navadno potrebna še dodatna terapija. Med najpogostejše indikacije spadajo:

- hernija diska oziroma medvretenčna ploščica, ki pritiska na živce;
- obolenost in bolečine v hrbtenici zaradi osteohondroze (posedanje vretenc zaradi degenerativnih sprememb hrbtenice, ki posledično povzroči zmanjšano prekrvitev oziroma prehranjenost medvretenčnih ploščic);

- otroška idiopatska skolioza (kar pomeni, da vzrok za vstran ukrivljeno hrbtenico ni znan) I. in II. stopnje; pozneje v življenju je pri skoliozi možna le upočasnitev ali ustavitev napredovanja bolezni;
- nepravilnosti krvnega obtoka v hrbtenični arteriji;
- vrtoglavice, šumenje v ušesih zaradi motenj krvnega obtoka v hrbtenični arteriji;
- glavobol, nespečnost, omotičnost zaradi draženja vegetativnih ganglijev;
- bolečine v prsnem košu;
- artroza kolena, rame, kolka;
- pritisk mišic na živce zaradi zategnenosti;
- ramensko-lopatični periartritis;
- bolezni notranjih organov, refleksno povezanih s hrbtenico;
- pri športnikih za odpravljanje simptomov, ki so posledica poškodb in aktivnih treningov.

Za pregled v ambulantni, v kateri

dela tudi dr. Kotov, je čakalna doba približno od 10 do 14 dni, tistim z akutnimi težavami pa poskušajo pomagati v največ treh dneh. Od leta 1993, odkar ambulanta deluje, v njej niso zaznali nobene poškodbe ali poslabšanja stanja bolnika. Zdravljenje poteka na najvišji strokovni ravni, zato je vsak strah pred zdravljenjem s tehnikami manualne medicine povsem odveč. Ob prvem pregledu specialist bolnika natančno pregleda. Pregled obsega pogovor z bolnikom, anamnezo, pregled dokumentacije, nevrološki pregled v celoti, manualni pregled gibljivosti sklepov, mišic, tetiv in vezivnega tkiva, oceno praga bolečin bolečih točk, oceno drže, gibanja itd. Manualni terapevt z izvajanjem svoje terapije lahko ugotovi tudi težave z notranjimi organi bolnika, saj so takšne težave velikokrat povezane prav s hrbtenico.

Terapije v ordinaciji MO-GY Ljubljana redno obiskuje tudi pevec Werner. Povprašali smo ga za njegovo mnenje in počutje: »Zdravnika Andreja Kotova obiskujem zaradi težav s tinitusom, čemur po domače rečemo tudi 'piskanje v ušesih'. Na priporočilo prijateljice, ki je z njegovimi terapijami izjemno zadovoljna, sem se končno tudi sam odločil odpraviti to težavo, ki me nenehno muči že šest let. Z njegovim delom sem zelo zadovoljen, pozitivne rezultate sem občutil že po prvi terapiji. Občutek imam, da to zdravljenje blagodejno vpliva na celotno telo, po dvajsetih minutah njegove 'obdelave' se počutim kot prerojen in pripravljen na nove podvige.«

Slovenija je za dr. Kotova in za njegovo družino postala drugi dom.

Werner je pozitivne rezultate manualne terapije občutil že po prvi terapiji.

MANUALNA MEDICINA

Učinkovito zdravljenje gibalnega sistema - že 23 let!

NAROČILA IN INFORMACIJE:

MO-GY Ljubljana,
Telefon: **01 561 25 21**

Andrej Kotov, dr. med., spec. nevrolog,
spec. manualne medicine

MO-GY Maribor in Murska Sobota,
Telefon: **02 470 24 13**

Sergej Fedorov, dr. med., spec. nevrolog,
spec. manualne medicine
Denis Kupa, dr. med., spec. nevrolog,
spec. manualne medicine

MO-GY Nova Gorica in Koper,
Telefon: **05 300 23 77**

Aleksej Filipov, dr. med., spec. nevrolog,
spec. manualne medicine
Genadij Filipov, dr. med., spec. nevrolog,
spec. ortoped,
spec. manualne medicine



Brezplačna številka
080 12 03
info@mo-gy.si
www.mo-gy.si