

L'ossigeno-ozono terapia

L'ossigeno-ozono terapia è una cura che, come dice il nome stesso, prevede l'utilizzo di **una miscela di ossigeno e ozono**. L'ozono è una particolare forma di ossigeno arricchito, le cui molecole sono formate da tre atomi di questo elemento (l'ossigeno presente in natura è formato, invece, da due atomi di ossigeno). La concentrazione di ozono utilizzato in terapia medica varia **fra 0,5 e 5 grammi per metro cubo**.

L'ozono, che è utilizzato da molti anni in campo industriale soprattutto per le sue **proprietà antisettiche**, fin dagli inizi del Novecento è stato sperimentato per la cura di diverse malattie con risultati soddisfacenti.

L'ossigeno-ozono terapia, in particolare, è stata scoperta circa 150 anni fa da un medico tedesco. Negli Usa la terapia è stata inserita dall'Istituto superiore di sanità fra le pratiche alternative (insieme a omeopatia e agopuntura), in Germania e in Grecia viene erogata dal sistema assicurativo. In Italia una legge del 1994 ne riconosce l'**uso topico** (locale) e **alcune applicazioni**, come per l'ernia del disco, le ulcere, l'insufficienza venosa, le arteriopatie (malattie delle arterie) e la terapia antalgica.

L'ossigeno-ozono terapia rende più "flessibili" i globuli rossi, **migliorando così l'ossigenazione dei tessuti**. Questa pratica è in grado, inoltre, di uccidere batteri e funghi e di inattivare i virus.

PICCOLE INIEZIONI NELLA SCHIENA

L'ossigeno-ozono terapia è semplice e **priva di effetti collaterali**. In pratica, si aspira da un apposito apparecchio una miscela di ossigeno e ozono che viene poi iniettata nell'organismo in modo diverso a seconda del disturbo. Nel caso dell'ernia del disco la miscela viene

veicolata tramite **infiltrazioni nella muscolatura paravertebrale** (nei muscoli della colonna).

La miscela è in grado di **disidratare l'ernia**, che come abbiamo visto consiste nella fuoriuscita della parte gelatinosa del disco. In pratica, l'ossigeno e l'ozono sono in grado di "prosciugare" proprio questa parte e di risolvere così il problema alla radice. Non curano, infatti, solo i sintomi, ma **anche la causa**: eliminano innanzitutto la "sporgenza", di conseguenza anche l'infiammazione e il dolore.

Per queste ragioni, l'ossigeno-ozono terapia non può essere considerata semplicemente una cura **antidolorifica**: è una vera e propria cura quando l'intervento chirurgico è precluso.

DOPO IL TRATTAMENTO

In genere, si consiglia di sottoporsi a una dozzina di sedute di ossigeno-ozono terapia con **cadenza bisettimanale** (due volte a settimana). Alla fine del trattamento, il medico richiede una nuova Risonanza magnetica o Tac per verificare i risultati. In genere l'ernia è stata eliminata.

Alla fine del ciclo di cura è

I metodi di prevenzione

La prevenzione è importantissima poiché in genere l'ernia del disco deriva da **comportamenti errati**.

Prima di tutto sarebbe meglio **evitare di condurre una vita completamente sedentaria**, così come di essere in forte **sovrappeso**: combinati insieme questi due fattori vanno a gravare sulla colonna vertebrale e, di conseguenza, sui dischi.

Poche controindicazioni

L'ossigeno-ozono è un gas naturale che non dà alcun tipo di problema: **non causa allergie, intolleranze o sensibilizzazioni**. Per questo, può considerarsi un trattamento sicuro.

Anche le infiltrazioni non causano problemi: l'ago è molto sottile, l'operazione è velocissima e **il dolore è ben tollerato**. L'importante è che esse vengano effettuate

da professionisti preparati.

La persona, durante le infiltrazioni, è stesa a pancia in giù su un lettino. Dopo il trattamento, rimane sdraiata per alcuni minuti in modo da dare il tempo alla muscolatura di rilassarsi e al gas di essere perfettamente assorbito. Non vi è quindi il rischio di traumi, tanto che una volta in piedi, la persona **può riprendere subito le normali attività**.

importante che la persona cerchi di **risolvere le cause** che hanno portato alla formazione dell'ernia. Per esempio, alcuni lavoratori sono più a rischio a causa dei difetti di postura derivati dalla professione (come i muratori o gli autisti): in questo caso sarebbe bene rivolgersi a un **fisioterapista** per impostare un programma di

"mantenimento" (in molti casi è sufficiente una ginnastica posturale). In tal modo **si rinforzano i muscoli** della schiena e si riassetta la colonna: così si mantengono i risultati e si evita che l'ernia si ripresenti da un'altra parte.

IN PRATICA

A CHI RIVOLGERSI

Per avere maggiori informazioni sull'ossigeno-ozono terapia applicata all'ernia e su questa tecnica in generale è possibile contattare la **Società italiana di ossigeno-ozono terapia** allo 035.299573; sito internet: www.ossigeno-ozono.it; indirizzo e-mail: info@ossigeno-ozono.it.

DIZIONARIO

ESAME ELETTROMIOGRAFICO esame basato sulla registrazione dei potenziali elettrici associati all'attività muscolare.

GLOBULI ROSSI cellule contenute nel sangue che hanno il compito di trasportare ossigeno e anidride carbonica.

RECIDIVA nuova manifestazione di una malattia precedentemente guarita.

ULCERA lesione della pelle o delle mucose caratterizzata dalla difficoltà a rimarginare.

Servizio di Lorenzo Olivero. Con la consulenza del dottor Antonio Galoforo, medico chirurgo e membro della Società italiana di ossigeno-ozono terapia.

da ricordare

Dopo aver curato l'ernia, rivolgersi a un fisioterapista per rinforzare i muscoli della schiena

Fondamentale è, inoltre, **imparare ad assumere corrette posizioni**. Per fare qualche esempio:
 → quando si solleva un peso da terra, **piegarsi sulle ginocchia** e mantenere dritta la schiena;
 → quando si portano le borse della spesa, **bilanciare il carico** su ogni braccio;
 → seduti alla scrivania, è meglio servirsi di un **poggiatesta**, far aderire la parte bassa del dorso allo schienale e alzarsi ogni tanto per sgranchirsi le gambe e il busto.

● Settimanale di salute e bellezza

viversani & belli

DENTISTI perché sono così cari?

gambe

più leggere con le creme antigonfiore

viversani & belli
+
Silhouette donna n.6
solo
€1,90

4 diete

per perdere fino a 4 kg



6 0025
9 771124 240108

€ 1,00 - anno 15 - numero 25 - 23 giugno 2006 - settimanale - Poste Italiane Spa - Sped. in abb. post. - D. L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 1, DCB Milano

Ernia del disco, curarla con l'ozono

Piccole infiltrazioni di una miscela potente e innocua possono risolvere un disturbo piuttosto frequente anche tra i giovani

Un disturbo piuttosto frequente, che può colpire anche le persone giovani. L'ernia del disco non è pericolosa, ma può

essere altamente invalidante: causa un dolore fortissimo e può impedire anche i normali movimenti. Fino a qualche anno fa la soluzione era soltanto chirurgica, mentre oggi è possibile optare per

altre cure. Una di quelle di maggiore interesse è l'ossigeno-ozono terapia: piccole infiltrazioni di una miscela in grado di "disidratare" l'ernia. Vediamo meglio di che cosa si tratta.

Come sono fatti i dischi intervertebrali

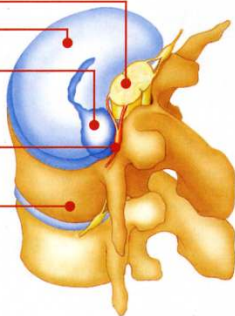
Fra una vertebra e l'altra si trovano i dischi, che proprio per la loro posizione sono detti intervertebrali. Si tratta di **cuscini circolari** ricoperti esternamente da **un anello**, un rivestimento duro e fibroso, e con un interno morbido, simile a gelatina (**nucleo polposo**).

■ I dischi, oltre a collegare fra loro le vertebre, proteggendole dallo sfregamento re-

ciproco durante i movimenti, hanno soprattutto il compito essenziale di funzionare come un ammortizzatore, **distribuendo gli sforzi in modo coerente** fra le diverse strutture della colonna, per evitare che le stesse si danneggino.

■ All'interno della colonna vertebrale (canale vertebrale) è racchiuso il **midollo spinale**. Nel canale vertebrale ci sono anche **le radici dei nervi** che dalla colonna si diramano in tutto il corpo.

MIDOLLO SPINALE
DISCO INTERVERTEBRALE
NUCLEO POLPOSO
(fuoriuscito dal disco)
RADICE DEL NERVO
VERTEBRA



Tre stadi del problema

L'ernia del disco è **la fuoriuscita del nucleo polposo** dall'anello fibroso, che può essere di tre tipi, o meglio, può raggiungere tre stadi differenti.

→ **Protrusione o ernia contenuta**

Il nucleo fuoriesce attraverso **la parte più interna** dell'anello fibroso. Ma la parte più esterna dell'anello stesso **e il legamento longitudinale posteriore** (che serve a contenere il disco nella sua sede) **restano integri**. Tale situazione determina una violenta **infiammazione** intorno alla radice dei nervi interessati con il conseguente tipico dolore alla schiena o irradiato all'arto.

→ **Ernia espulsa** Il nucleo lacera completamente l'anello e **il legamento longitudinale posteriore fuoriesce**, mantenendo tuttavia una connessione con il disco interessato.

→ **Ernia migrata** Il nucleo polposo oltre a fuoriuscire dal disco, **si stacca** e migra nel canale vertebrale.

Quali cause

Il disco va incontro a un'ernia in seguito a particolari sollecitazioni che producono l'usura dell'anello fibroso che protegge il nucleo polposo. Non a caso le parti più colpite sono **quella lombare**, sottoposta a continue sollecitazioni durante i movimenti di flessione-estensione (per esempio quelli compiuti per sedersi), e **la zona cer-**

vicale, dove la colonna è sottoposta sia a movimenti rotatori sia di flessione-estensione per permettere i movimenti della testa.

■ Le sollecitazioni possono, per esempio, derivare dall'assunzione abitudinaria di **particolari posizioni errate** (una vita troppo sedentaria, abitudini scorrette nel modo di sollevare pesi o di svolgere le comuni mansioni domestiche).

Si manifesta con forte dolore

Il sintomo principale è il forte dolore nel punto in cui si è verificata l'ernia, dolore che **limita fortemente i movimenti**.

■ Inoltre, a causa della **compressione delle radici** dei nervi presenti nel canale vertebrale, l'intenso dolore alla schiena **può irradiarsi alla natica**, alla coscia o prendere tutta la gamba dello stesso lato fino al piede, in genere nella parte posteriore.

■ La gamba può, così, perdere forza muscolare (può sopraggiungere una difficoltà motoria) e, oltre al dolore, talvolta sono presenti anche **formicolii**.

Gli esami da fare

Se si avverte un forte dolore alla schiena che continua nel tempo è bene rivolgersi prima al proprio medico e poi allo **specialista ortopedico e/o neurologo**. Il medico, in genere, richiede alcuni esami per accertare la presenza del problema. La diagnosi dell'ernia si avvale generalmente di una **Risonanza magnetica** e di una **Tac**.

■ Può, inoltre, essere necessario un **esame elettromiografico** (si applicano, sulla mano, alcuni elettrodi: questi inviano segnali a un computer, che li elabora, permettendo di valutare la zona), soprattutto se vi sono problemi neurologici (alterazione della motilità e/o della sensibilità con perdita della forza muscolare e comparsa di formicolii).

Come si cura

Un tempo vi era la tendenza a intervenire **chirurgicamente** per eliminare l'ernia. Attualmente si preferisce optare prima per le **cure conservative**, che non prevedono cioè l'eliminazione chirurgica del problema.

■ Si è visto, infatti, che l'intervento ha alcune conseguenze spiacevoli (lascia **cicatrici**, presenta una di-

screta percentuale di recidive, rende la **colonna poco stabile**). Per questo prima di operare si preferisce tentare altre strade.

■ Una delle più utilizzate è l'**ossigeno-ozono terapia**: si tratta di un trattamento conservativo poco invasivo, che ha successo nel 90% dei casi, anche con ernie avanzate, caratterizzate da danni neurologici e periferici.

"Acqua di Lunga vita"

MULTIOSSIGEN® O₃



L'acqua che ti protegge e ti fa sentire bene a casa Tua!

L'apparecchiatura Multiossigen O3 garantisce all'acqua di casa Tua un'azione germicida sempre rapida, completa e senza residui secondari, senza ulteriori additivi, inoltre:

- migliora le qualità intrinseche dell'acqua favorendone il ricambio corporeo.
- non genera sottoprodotti chimici
- non genera odori e sapori sgradevoli; anzi, per sua natura, l'ozono è odorica.
- abbatte i nocivi metalli pesanti presenti nell'acqua
- ti fa risparmiare tempo, fatica e denaro migliorando la tua salute



Multiossigen

www.ossigenoozono.it
tel.: 035.300903

info@ossigenoozono.it
fax: 035.290358