



Kręgosłup w centrum uwagi

W Polsce od ponad roku działa Vertebralia – specjalistyczna klinika lecząca dolegliwości kręgosłupa. Założyciel i pomysłodawca tej koncepcji, austriacki lekarz dr n. med. Alexander Kraft, stawia przede wszystkim na precyzyjną diagnostykę kompleksową i małoinwazyjną terapię.

Popularność zajęć „Zdrowy Kręgosłup” oraz różnorodnych form zajęć dla seniorów w rodzimych klubach fitness daje nadzieję, że polskie społeczeństwo powoli dojrzeje do dbania o swoje zdrowie, a aktywny tryb życia, w tym regularne treningi w klubie są doskonałą drogą do celu. Jak przyznaje w rozmowie córka dr. Krafta zarządzająca polską placówką, na początku głównym założeniem Vertebralii miała być profilaktyka. Tak, jak to się przyjęło na Zachodzie. Jednak dość szybko twórcy kliniki zrozumieli, że w świadomości Polaków to słowo praktycznie nie istnieje, a jeśli już, to w bardzo szczątkowej postaci. Dlatego też klinika stała się ośrodkiem typowo rehabilitacyjnym, który specjalizuje się w bezinwazyjnym leczeniu schorzeń kręgosłupa i krążka międzykręgowego. Wkrótce na rynku polskim ukaże się również książka dr. Krafta o tym, jak zapobiegać i leczyć te uciążliwe dolegliwości. Ma szansę stać się bestsellerem.

Zaskakujące fakty

Często zdarza się, że skoro bóle kręgosłupa nie zagrażają bezpośrednio życiu, pacjenci albo odsuwają wizytę u specjalisty, albo starają się je „rozchodzić”. Jak twierdzi dr Kraft, w Polsce pracuje dużo neurochirurgów, a ich żywiołem są operacje. Niestety, bardzo często operacje te kończą się dla pacjenta poważnymi powikłaniami. Prawda jest tymczasem taka, że około 50–60% za-

biegów chirurgicznych dokonywanych na kręgosłupie można uniknąć. Z drugiej strony przywykliśmy do leczenia wyłącznie objawów, często faszerując się przez długi czas środkami przeciwbólowymi, które jedynie uśmierzą ból do jakiegoś momentu, natomiast nigdy nie wyeliminują przyczyny dolegliwości. A właśnie to jest najważniejsze w schorzeniach kręgosłupa. Z obserwacji dr. Krafta wynika ponadto, że polskie społeczeństwo, które jest „na dorobku”, stawia pracę na pierwszym miejscu, a dbanie o zdrowie, czy w tym przypadku o kręgosłup, traktuje się trochę jak towar luksusowy. Czy słusznie?

Kompleksowa oferta

Vertebralia zajmuje powierzchnię 700 m², która jest podzielona na 3 strefy: klinikę dzienną, oddział interwencyjnej terapii bólowej oraz oddział rehabilitacji wyposażony w nowoczesne urządzenia dr. Wolffa, przeznaczone do wzmacniania mięśni posturalnych stabilizujących kręgosłup. Na początku trzeba wykonywać ćwiczenia pod nadzorem przeszkolonego trenera. W Europie Zachodniej, zwłaszcza w Niemczech i Austrii, te specjalistyczne maszyny cieszą się zasłużoną renomą, zresztą tam wizyty w klubach fitness czy specjalistyczny trening np. na maszynach dr. Wolffa są refundowane przez kasy chorych. Maszyny dr. Wolffa otrzymały nagrodę Innovation Award na targach FIBO 2009 i są wykorzystywane do treningu prozdrowotnego w wielu za-





chodnich klubach fitness. Warszawska Vertebralia współpracuje z prywatnymi polskimi ubezpieczycielami, co pozwala ubezpieczonym pacjentom korzystać nieodpłatnie z urządzeń terapeutycznych dr. Wolffa. Oprócz terapii manualnej i rehabilitacji klinika oferuje też elektroterapię, ultrasonoterapię oraz saunę na podczerwień, a także masaże. Ponadto, jako jedyny ośrodek w Polsce, Vertebralia posiada innowacyjne urządzenie Spineliner, którym leczy się zablokowane i bolesne stawy oraz poważne stany przewlekłe. Pacjenci mogą również uczęszczać na zajęcia grupowe pilates oraz ćwiczenia na urządzeniach dr. Wolffa. Klinika nawiązała już współpracę z klubem River Wellness View oraz liczy na owocną współpracę z innymi klubami fitness, gdyż wyznaje zasadę: po pierwsze ruch, nic nie jest tak dobroczynne dla kręgosłupa, jak zajęcia pod okiem specjalisty w Vertebralii, dopełnione treningiem w klubie fitness. Ideą kliniki jest zintegrowana terapia kręgosłupa – oferująca pacjentom diagnostykę oraz wszystkie niezbędne zabiegi w jednym miejscu, a wszyscy pracownicy warszawskiej Vertebralii to przeszkoleni w Wiedniu specjaliści.

Przychodzi pacjent do Vertebralii

Gdy pacjent zgłasza się do kliniki z ostrymi dolegliwościami bólowymi, najpierw przeprowadza się u niego szczegółowy wywiad oraz dokonuje pomiaru zdolności siły róż-

nych grup mięśni za pomocą urządzenia Back-Check. Zebrane dane są następnie przetwarzane i analizowane przez specjalne oprogramowanie, co ułatwia opracowanie skutecznej terapii. Pierwsze dwa-trzy tygodnie to nawet codzienne wizyty w klinice. Potem wdraża się już kompleksową terapię w zależności od potrzeb. Co ciekawe, w Vertebralii jeden lekarz (disease manager), znający wszystkie formy terapii, prowadzi pacjenta od początku do końca. Pacjent może wykupić 3-miesięczny pakiet zajęć na urządzeniach dr. Wolffa w cenie 500 zł. Normalnie zajęcia grupowe na specjalistycznym sprzęcie to 50 zł za godzinę, a indywidualne 150 zł. Dostępne są też różne promocyjne pakiety, a klinika opracowuje specjalną ofertę dla seniorów. Oczywiście zgodnie z zasadą lepiej zapobiegać, niż leczyć, życzymy sobie, aby Polacy nabrali nawyku konsekwentnej dbałości o kręgosłup, a tu niebagatelną rolę odgrywają kluby fitness oferujące profesjonalnie prowadzone zajęcia pilatesa oraz indywidualnie dostosowywane do potrzeb klienta plany treningu prozdrowotnego, na przykład metodą dr. Wolffa, tak jak to oferuje Vertebralia. A gdy według porzekadła „Polak mądry po szkodziu”, zmuszeni będziemy oddać swój kręgosłup w ręce lekarza specjalisty, oby był tak wykwalifikowany i miał rozsądne podejście do naszych dolegliwości jak ekipa Vertebralii.

Magdalena Nelke

