



WYGRAJ Z BÓLEM BEZ TABLETEK

Pozbyć się bólu głowy bez tabletek? To możliwe! Nowoczesne leczenie bólu polega na ograniczeniu a nawet całkowitej eliminacji leków farmakologicznych.

Każdy z nas zna to uczucie – jeszcze niewyraźne, trudne do zlokalizowania, zaczyna się „ćmienić”. Wiemy, że już za parę godzin, najdalej następnego dnia zacznie się koszmara. Migrena. Choć to ściśle naukowe określenie, zarezerwowane dla konkretnych przypadków, potocznie nazywamy nim większość bólów głowy, które dopadają nas nieoczekiwanie. Tymczasem przyczyn bólu głowy i ich rodzajów jest wiele:

- napięciowe bóle głowy będące efektem stresu. Leki przeciwbólowe zwykle nie pomagają, ale doskonale sprawdzają się metody niefarmakologiczne np. akupunktura
- klasterowe bóle głowy – najsilniejsze z bólów głowy, napadowe, zaczynające się od rozrywającego bólu oka i rozchodzące na pół głowy.
- bóle objawowe, spowodowane schorzeniami innych organów, będące często objawem poważnej choroby.
- bóle „z odbicia”, które są efektem zażywania tabletek przeciwbólowych

Bez względu na to, jaka jest przyczyna bólu, większość z nas sięga po to, co dostępne „pod ręką” albo w każdym sklepie – tabletki przeciwbólowe. To błąd, ponieważ bez fachowej diagnozy specjalisty nie poznamy przyczyny bólu i nie będziemy w stanie jej zaradzić, a dodatkowo nabawimy się właśnie bólów „z odbicia”.

Wielu z nas nawet nie zdaje sobie z tego sprawy, ale to zjawisko doskonale znane lekarzom zajmującym się leczeniem bólu:

- w swojej praktyce niejednokrotnie spotykam się z pacjentami, którzy po wielu latach brania różnych tabletek przeciwbólowych dziś cierpią z tego powodu. „Bóle z odbicia” nie są wcale rzadkim zjawiskiem. Cierpi na nie 15-30% procent pacjentów z bólami głowy. Niestety większość z nas nie zdaje sobie sprawy z ich przyczyny. Tymczasem to naturalna reakcja naszego organizmu – dziś tabletkę pomogła, lecz jutro ból wraca – to reakcja naszego układu nerwowego. Powstaje błędne koło: Pacjent zażywa leki z powodu bólu głowy, a ból pojawia się właśnie z powodu przewlekłego zażywania leków przeciw tym bólom! - mówi dr Łukasz Kmiecik, specjalista neurolog, który w swojej praktyce leczenia bólu łączy to, co najlepsze z Medycyny Zachodniej i Medycyny Chińskiej.

W takiej sytuacji jedynym rozwiązaniem jest natychmiastowe odstawienie wszystkich leków przeciwbólowych, ale nigdy na własną rękę - należy to robić pod kontrolą specjalisty, który powinien zaoferować alternatywną metodę walki z bólem – tutaj doskonale sprawdzają się akupunktura i blokady nerwów.

Dlatego jeśli cierpimy na częste bóle głowy, najlepiej oddać się w ręce fachowców. Obecnie bowiem większość bólów głowy różnego pochodzenia współczesna medycyna pozwala wyeliminować bez przewlekłego leczenia farmakologicznego! To jeden z wniosków płynących z tegorocznego światowego kongresu World Institute of Pain w Nowym Jorku – największej takiej organizacji na świecie, skupiającej się na praktycznych metodach leczenia bólu. Organizowany co dwa lata kongres prezentuje najnowsze osiągnięcia i odkrycia w dziedzinie leczenia bólu. A jest ich naprawdę wiele. To metody małoinwazyjne, pozwalające na całkowite wyeliminowanie lub znaczące ograniczenie farmakologii. Jedną z najpowszechniejszych jest akupunktura, której stosowanie nie jest, wbrew obawom wielu pacjentów, bolesne. Igły używane podczas zabiegu są cienkie jak włos, nie ma więc nieprzyjemnego uczucia wkłuwania. Pacjent może odczuwać ciepło bądź mrowienie. Inną, stosowaną przez specjalistów metodą, jest kriolezja (wyłączenie funkcji wybranych nerwów przewodzących ból przez zastosowanie niskiej temperatury). Podobne działanie ma termolezja, z tym, że tu efekt osiąga się przez zastosowanie wysokich temperatur.

- To całkowicie bezpieczne i sprawdzone metody leczenia bólu. Stosuję je od lat. Jestem w stanie dobrać najlepsze rozwiązanie, dostosowane do konkretnej osoby. W mojej praktyce pomogłem już setkom pacjentów. Dziś funkcjonują normalnie, bez zażywania tabletek – zapewnia dr. Kmiecik, który jako jeden z nielicznych polskich lekarzy był obecny na kongresie World Institute of Pain w Nowym Jorku.

Dlatego jeśli cierpisz na powracające bóle głowy, nie czekaj – szukaj fachowej pomocy!



Dr Lukasz Kmiecik – specjalista neurolog. Wykształcenie zdobywał zarówno na polskich (Akademia Medyczna w Łodzi oraz Uniwersytet Jagielloński), jak i zagranicznych uczelniach (Uniwersytet Tradycyjnej Medycyny Chińskiej w Tianjin). Praktykę w uznanych ośrodkach w Europie (m.in. Centrum Leczenia Bólu Narodowego Szpitala Neurologiczno-Neurochirurgicznego w Londynie) i Azji (m.in. w Pekińskim Szpitalu Przyjaźni Chińsko- Japońskiej i Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Tianjin). Członek Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Akupunktury, Polskiego Towarzystwa Badania Bólu i Polskiego Towarzystwa Bólów Głowy. Jedyne w Polsce lekarz, który

jest członkiem Amerykańskiego Towarzystwa Interwencyjnego Leczenia Bólów Głowy.