

Hei Toni! (2.4.2007)

Kerron vähän taustaa itsestäni eli olen 36-vuotias naishenkilö ja teen istumatyötä ja olen jo vuosia treenannut kuntosalilla, juossut ja pyöräillyt ympäri vuoden. Tai noita kahta ensimmäistä täysipainoisesti aina marraskuun alkuun asti...

Eli ensimmäiset kivut minulla tuntui oikealla selkäpuolella marraskuun alussa. Olin edellispäivänä ollut salilla ja siellä oli jo tuntunut kipua. Itseasiassa samantapaista kipua oli tuntunut ensimmäisen kerran jo vuonna 2005 mutta se meni ohi itsestään (olisiko jo silloin ollut si-nivel paikoiltaan...)

Menin **Dextran** päivystävälle lääkärille koska seuraavana aamuna tuli sellaisia kipuiskuja, että melkein jalat meni alta. **Päivystävä lääkäri tutki selkärankaa (ei lantiota!)** ja käski tehdä taivutuksia sivuille. Hänen diagnoosi: "Paineluarkuus lapaluun mediaalipuolella oik:lla, spastista lihaskireyttä". Kipulääkeresepti kouraan ja kotiin.

Parin päivän päästä alkoi tuntua **säteilykipua oikeaan jalkaan ja pistelyä kantapäähän**. Menin uudestaan Dextraan ja nyt työterveyslääkärille. Hänen diagnoosi: "Nyt myös oik.säteilyoirett. jalkaterään, ei kuitenkaan neurol. poikkeavaa, kons.hoito ja kontrolli." Tämä lääkäri teki ne perustaivutukset jaloille ja kädet varpasiin -taivutus jne.

Viikon-parin välein tuli ravattua siellä ja tulos: todetaan että kipu jatkuu, lääkeresepti kouraan ja sairaalomalalle ja odotellaan. Oli oikean jalkapöydän turvotusta/kuumotusta ja kipua. Kipuiskuja oikean polven ulkosyrjään, kipua häntäluussa, oikealla ulkosyrjällä lonkassa. Oikean puolen niska/hartia totaalisen jumissa. Loppuvaiheessa päänsäryt. Kävellessä oikean jalan puutuminen/lonkan kipeytyminen viimeistään tunnin päästä. Pyöräillessä alaselän kipu ja lonkan kipu.

Joulukuun lopulla kävin Dextran johtavan työterveyslääkärin pakeilla ja tulos: hän tekee samat taivutustestit ja hänen mukaansa kyseessä välilevytyrä.

Sitten saan lähetteen fysioterapiaan (dextran urheiluklinikan ohella toimiva fysioterapia) 10 kertaa. Ensimmäisen kerran röntgenkuvataan lanneranka ja radiologin kommentti: "Ls-ranka: Lasketaan viisi vapaata lumbaalityyppistä nikamaa. Sivukuvassa nikamat hyvin linjassa. Nikamat kooltaan ja muodoltaan normaalit. Processus spinosukset ja pedikkelit identifioitavissa. Preskaaliväli on normaalia matalampi, muutoin nikamavälit korkeudeltaan normaalit. Nikamaväliin L III/L IV liittyy anteriorisesti vähäistä terävöitymistä. **Si-nivelet avoimet**. Ei murtumaa eikä destruktiivisia muutoksia."

Työterveyslääkäri tsekkaa kuvat ja sano että näkyy jäämiä välilevynpullistumasta...(mitähän hän on siellä oikein nähnyt koska Turunen sanoi, että ei mulla mitään pullistumaa ole koskaan ollutkaan...)

Ensimmäisellä fysioterapiakerralla fyssari tutki selkää ja selän liikkeitä: Ote hänen diagnoosista: "Flex lisää kipua oik.alaraajaan, ext sentraloi kivun alaselkään, lat.flex myös hieman kipua. Slump ja Slr posit. Lonkkien liike norm. samoin lihasvoima alaraajoissa distaalisesti"

Tätä pelletouhua (fysioterapiaa) sitten harjoitettiin 10 kertaa; treenattiin syviä vatsalihaksia/selän lihaksia ja ihmeteltiin kun kipuu vielä...

Tammikuussa 2007 puolessa välissä työterv.lääkäri laittaa vihdoinkin lähetteen Töölön sairaalaan magneettikuvaukseen. Maaliskuun neljäs pääsen kuvaukseen. Aika ortopedille oli 12.3. Ja taas myös ortopedi tekee samat jalantaivutus yms. tutkimukset jotka olivat myös muut tehneet. **Ortopedi vain naureskeli että miten minulla on välilevyt ihan kuivat ja kulumaa oikealla puolella...**Selitin että olen aina juossut, käynnyt salilla ja pyöräillyt. Ortopedi toteaa että taivutukset on ok ja lihasvoima hyvä.

Kysyin häneltä, että mistä sitten johtuu edelleen tämä kipu istuessa, kävellessä ja nukkuessa. Siihen saan vastauksen: Nyt vaan on odotettava. **Pyydän häntä mittaamaan onko vasen jalkani lyhyempi. Hän mittaa sen edestäpäin ja toteaa, että kyllä se on 1 cm lyhyempi.** Saan käskyn hakea fyssarilta syvien selkälihasten vahvistamislapun. Fysioterapeutti ehdottaa **kantakoroketta** vasempaan jalkaan.

Ortopedin lausunto: "Nykytila: Yleistila hyvä. Kävely normaalia. Alaraajoissa voima symmetrinen ja normaali, jalkaterän ja varpaiden dorsifleksio ja plantaarifleksio vahva ja symmetrinen. Refleksit normaalit. Lanneselän MRI:ssä siisti tilanne,ei mitään oireita selittävää. Ls-rangan rgt:ssä siis presakraaliväli hieman normaalia matalampi, tämäkään tuskin oireita selittää. Lasegue nousee nyt molemmilla puolilla ad 80, ainoana rajoittavana tekijänä lihaskireys takareidessä. Ei säteilyoireita. Selässä palpoiden ei arkuutta. Sormet hyvin varpasiin. Vasen alaraaja aavistuksen oikeaa lyhyempi."

Suunnitelma: "Käynyt fysioterapeutilla, tarkoituksena jatkossa vahvistaa syviä selkälihaksia eli ns.korrelihaksia. Töölön sairaalaan ei sovita jatkokontrolleja. Ls-MRI siis siisti. Mikäli tilanne vaikeutuu ,

uudelleen yhteyttä sairaalaan. Keskusteltu mahdollisesta toisen alaraajan lyhentymästä, epäselvä nyt missä määrin aiheuttaisi oireita, kuitenkin potilas innokas kokeilemaan jonkinlaista kantapääkorotusta"

Mua todella huvitti toi kohta "innokas kokeilemaan.." Mikä ei edes pidä paikkansa; siellä ne fyssarit kirjotteli puhtaaksi lääkäreiden lausuntoja ja itse kuuntelin fyssarin kanssa lekurin diagnoosin nauhalta. Fyssari oli sitten itse lisännyt tuon kantapääkorotus-jutun ja nähtävästi hänen mielestään olin innoissani asiasta....

Seuraavana päivänä menin **Dextran fysioterapiaan jossa selitin fyssarille tuosta vasemman jalan lyhydestä. Hänpä tyrmäsi ajatuksen heti**, hänen mielestään me kaikki ollaan enemmän tai vähemmän vinossa että se on ihan normaalia. Kun mainitsin, että pullistumaa ei kuvassa ollut niin fyssarin mielestä se oli jo kuivunut kasaan ja oli vielä arka koko selkä. Ja näytin hänelle töölöstä saadun jumppalapun; hän otti sen koska siinä olleet liikkeet, kuulemma, vaan pahentaa kipua ja "on vuoden 1997 jälkeen tullut uusia liikkeitä" (jumppalappu oli siltä vuodelta).

Silloin sain tarpeekseni ja aloin etsimään tietoa ja löysin tämän si-nivelen virheasento-mahdollisuuden. Pyysin työterv.lääkärinä laittamaan lähetteen Hyvinkään sairaalaan Turuselle. Hän kyllä laittoi sen mutta ei oikein uskonut kun kerroin, että minulla voi olla si-nivel sijoiltaan.

Parin viikon jälkeen ei kuulunut Hyvinkäältä kirjettä joten menin omalla kustannuksella Kouvolaan Turusen yksityisvastaanotolle. Hän teki ne tietyt testit ja heti oli asia selvä: vasen si-nivel paikoiltaan. Turusen mukaan minulla ei edes ikinä ole ollut pullistumaa vaan kaikki kivut ovat johtuneet juuri tuosta si-nivelen virheasennosta.

Turusen diagnoosi: "Kliin.seisten ja istuen lantio kall.vasemmalle, vas. SI vorlauf. Vas.SI-manipulaation jälkeen seisten ja istuen lantio vaakatasossa, SI-liike symmetrinen. Selän taivutus jäykkää. Alimpien kylkiluiden kärjet lähellä ileumin harjoja." Dg S33.6 Dislocatio prolongata a. SI l.sin M51.3 Degeneratio disci iv presacralis.

Huomasin heti eron: Pystyin seisomaan suorassa, oikean puolen niska/hartia kireys poistui melkein heti. Illalla nukkumaan mennessä kuulin kuin ylärangassa lukot räjähteli auki. **Puoliso huomasi heti että olen SUORASSA ja ryhti on hyvä ja saman totesi myös minua "hoitanut" työterveyslääkäri.**

Tänään menin työterveyslääkärille joka ei voinut kuin todeta, että oikeassa olin. **Kun kysyin häneltä miten on mahdollista, että täällä dextrassa ei fyssarit, ei lääkärit ja töölössä ei ortopedi tutkinnu ensin lantiota. Sain vähän ontuvan vastauksen: meidän yleislääkäreiden kun pitää tietää niin paljon kaikesta kaikkea. Mutta, sen hänkin myönsi ja ihmetteli miten edes ortopedi ei osannut tutkia lantion asentoa.**

Unohtin mainita, että minulla todettiin TOS-syndrooma joskus vuonna 2000 oikeassa kädessä. Käteni puutui hyvin nopeasti kynällä kirjoittaessa ja hartia/niska-alue oli hyvin useasti kireä ja jumissa.. Aikanaanhan yritin selittää terv.keskuslääkärille, että kipua ja kiristystä on oikealla niska/hartia-alueella mutta ei ne lotkauttanu korvaansa; etsivät syytä kipuun ranteesta kun käsi puutuili kynällä kirjoittaessa. Fysikaalista lämpöhoitoa määrättiin= ei tehoa. Menin erään tunnetun käsikirurgin vastaanotolle ja hän teki tähytyksen ranteeseen (sitä ennen tehtiin magneettikuvaus) ja hänen mukaansa pienen pieni rakkula tms. (en muista enää mikä tarkka nimitys oli) aiheutti kivun... ja että ei kannattaisi leikata koska on niin pieni. Sitten jos kys.rakkula olisi kasvannut siitä niin olisi harkittu leikkausta. Hassua vaan, että se kipu on nyt poissa ja kiitos siitä kuuluu hienolle fysiatrille Markku Turuselle.

Lopuksi voin todeta, että **suomalaiseen terveydenhuoltoon ei kannata luottaa; potilas joutuu itse etsimään itselleen diagnoosit.** Jos olisin tuon ortopedin neuvoa noudattanut niin odottelisin vielä ens syksynäkin.

Ja uskomatonta on että urheiluklinikan fysioterapeutit (minut tutki kaksi fysioterapeuttia joiden pitäisi olla erikoistunut nimenomaan selän alueen ongelmiin etenkin tämän minua jatkossa hoitaneen) eivät kertaakaan tutkineet lantiota; onko se vino vai suora... Laitoin palautetta heille ja kopion Turusen lausunnosta ja myös ortopedille. Yritän tässä ottaa selvää voinko tehdä valituksen Dextrasta koska lääkärit ovat mielestäni tehneet hoitovirheen

Pakko on vielä mainita, että tässä matkan varrella sain eri lääkäreiltä ja eri fyssareilta eri ohjeita; yksi sanoi, että voi ajaa pyörällä toinen sanoi, että ei. Yks fyssari tutki mun saliohjelman ja kielsi sieltä tietyt liikkeet ja sitten sen tutki toinen fyssari ja se kielsi niitä liikkeitä mitä oli aikasempi sallinnu....huh, huh.

Toivottavasti sait nyt tästä kipuhistoriasta jotain tolkkua? Jos tarviit vielä jotain lisätietoa niin ilmoita.

Ps. Teet hienoa työtä, että jaksat tehdä nuo selkäsivut; autat tuolla tavalla niin monia selkävaivaisia saamaan selville kivun alkuperän kun ei noi tavalliset lääkärit tunnu mitään tietävän.

Yst. terv. Taru