

## TERAPIE

# L'epidurale antalgica per lenire il dolore lombare: tecnica veloce ed efficace

È una delle più diffuse patologie e colpisce circa il 55-80 per cento della popolazione adulta. Nel mondo del lavoro è uno dei principali problemi sanitari: a rischio la fascia d'età tra i 30 e i 45 anni

## Il dolore racconta: il punto di vista della psicologa

## RAVENNA

«Che si tratti di dolore fisico o psichico è sempre presente una componente emotiva» spiega Emanuela Grazzini, psicologa e psicoterapeuta attiva sul territorio di Ravenna.

Mal di testa, lombalgia, dolori gastrointestinali, somatizzazioni cutanee come prurito, dolori muscolo-scheletrici, fibromialgia: sono tante le forme di dolore che si possono trattare da un punto di vista psicosomatico. «Tutte le condizioni in cui si percepisce un dolore cronico – continua la psicoterapeuta – sono da inserire e da valutare in un'ottica di tipo biopsicosociale, in quanto il disagio emotivo percepito e le limitazioni comportamentali e funzionali possono avere un grande impatto sulla quotidianità». L'elemento principale nella manifestazione e nell'evoluzione del dolore cronico è lo stress, che gioca un fattore determinante nella vita di tutti i giorni: «Perdere la funzionalità che si aveva fino a poco tempo prima e fare i conti con una condizione che limita e che crea dei vincoli può far scaturire emozioni fortemente negative come la rabbia, fino a sfociare in alcuni casi in sindromi ansioso-depressive». Il dolore si può combattere anche attraverso un percorso di psicoterapia: «Ci vuole una formazione specifica focalizzata anche sulla conoscenza del corpo. È fondamentale mettere in contatto il paziente con il proprio dolore, portandolo verso una sorta di accettazione e di autocompassione. A volte il nostro corpo sembra urlare di dolore, e condurre la persona a comprendere qual è il significato racchiuso in questa manifestazione serve a indurre una riparazione del proprio sé interiore». Tra gli interventi pratici che si possono mettere in atto ci sono le visualizzazioni e gli esercizi di respirazione: «Una tecnica elettiva per il trattamento del dolore è l'EMDR, che consiste nella desensibilizzazione dal dolore mediante una serie di movimenti oculari che mettono in comunicazione i due emisferi e permettono di riprogrammare la percezione stessa del dolore».



## RAVENNA

## BARBARA GNISCI

Quando il dolore diventa insopportabile, quando le terapie messe in atto non sono sufficienti per ripristinare una buona funzionalità e addirittura quando il percorso riabilitativo è ostacolato dal perdurare della sofferenza, in caso di lombalgia si può ricorrere all'epidurale antalgica. «È una delle tecniche maggiormente utilizzate nei centri di terapia del dolore, comunemente definita blocco (o iniezione) epidurale – commenta il dottor Massimo Innamorato, direttore dell'Unità Operativa di Terapia Antalgica dell'Ausl Romagna – e il dolore lombare è uno dei più diffusi problemi di salute, che colpisce circa il 55-80% della popolazione adulta».

Definito in letteratura Low Back Pain (LBP), il dolore lombare riguarda in particolar modo soggetti dei paesi industrializzati ed è uno dei principali motivi di visita nella pratica ambulatoriale. Sono circa 800 i pazienti tra Lugo, Ravenna e Faenza che ogni anno si sottopongono a questa procedura: «Molte delle lombalgie guariscono in 30/40 giorni – prosegue l'esperto – ma, indipendentemente dalla terapia praticata, restano rilevanti implicazioni farmacoeconomiche conseguenti alla temporanea inabilità. Sotto il profilo della molteplicità delle sofferenze e dei costi economici e sociali indotti (assenze per malattia, cure, cambiamenti di lavoro, invalidità), essi rappresentano, infatti, uno dei principali problemi sanitari nel mondo del lavoro, anche perché il LBP colpisce soprattutto per-

GALLAS  
  
 GROUP

**NUOVA APERTURA**  
 Finalmente anche a Forlì  
**L'AGENZIA BADANTI E COLF**  
**GALLAS GROUP!**

Via V. Veneto 125  
 forli@gallasgroup.it



☎ 0543 194 7858

