

5 Novembre 2010

---

## La salute sta nell'equilibrio

risponde l'osteopata Patrizia Fazio:  
così si cura l'ernia del disco

Diffusissima è tra i motivi più frequenti di consulto l'ernia del disco si manifesta generalmente in una età compresa tra i 40 ed i 55 anni. Ma le cattive abitudini del vivere contemporaneo portano sempre più spesso ad una sofferenza anche in soggetti molto più giovani. Ne parliamo con l'osteopata **Patrizia Fazio**:

*«L'ernia del disco consiste nella rottura dell'anulus fibroso che contiene il disco presente tra un corpo vertebrale e quello sottostante. La colonna vertebrale dà protezione al midollo, erniandosi il disco va a comprimere il midollo e quindi le radici nervose che da esso si dipartono per giungere agli arti inferiori per la colonna lombare e gli arti superiori per la colonna cervicale».*

### **Quali sono le sedi più frequenti?**

*«La zona lombare bassa e la zona cervicali bassa, questo accade perchè a questi livelli le vertebre hanno un grado maggiore di libertà, rispetto ad altri livelli vertebrali».*

### **Come interviene l'osteopatia?**

*«In sostanza con il lavoro osteopatico, il corpo ritrova un nuovo equilibrio da ogni punto di vista, vertebrale, viscerale, organico e di conseguenza anche posturale. E' chiaro infatti che se si è giunti alla sofferenza da ernia, la nostra struttura non lavorava in buona armonia, all'osteopata la funzione di rimuovere le cause di questo cattivo funzionamento».*

### **Quali possono essere le cause?**

*«Le cause possono essere molteplici e risiedere anche in distretti lontani dalla sede dell'ernia, per fare un piccolo esempio, una caviglia dolente può determinare un cattivo appoggio e creare*

*uno squilibrio, o anche un cattivo funzionamento dell' articolazione temporo mandibolare».*

**E' vero che con l'avanzare dell' età il dolore diminuisce?**

*«Poichè i dischi vanno incontro a sempre maggiore disidratazione, dunque diminuiscono di volume, dopo i 55-60 anni, la sofferenza da ernia discale è destinata ad attutirsi».*

[www.osteopatiafazio.com](http://www.osteopatiafazio.com)