

Syndrom fibromyalgii (SFM)

Co to jest SFM? Co to jest fibromyalgia?

SFM (syndrom fibromyalgii) jest schorzeniem tkanek podporowych i aparatu ruchowego z bólami i objawami zmęczenia mięśni, więzadeł i ścięgien (tkanek cielesnych składających się z włókien). «Fibro» oznacza składnik włókien, «my» składnik mięśniowy, «algie» stan bólowy. Możemy określenie zniemczyć i mówić o «Faser-Muskel-Schmerz» (FMS) tj. bólu włókien i mięśni, ale przyjęło się określenie «Fibromyalgie» i angielskie «fibromyalgia» (wysławiaj: Faibromäldsza).

Jak rozpoznaje się fibromyalgię?

Z reguły badania laboratoryjne nie charakteryzują się szczególnymi cechami, zwłaszcza nie wykazują żadnych zmian, które znajdujemy w klasycznym reumatyzmie, chronicznej poliartridzie (CP). Taki prawidłowy i ważny fakt prowadzi do tego, że – w odróżnieniu od prawdziwego reumatyzmu – mówi się o «fałszywym reumatyzmie». Tymczasem, gdy w przypadku prawdziwego reumatyzmu należy stosować kortison, według reumatologów amerykańskich w fibromyalgii kortisonu nie wolno przepisywać.

W 1990 roku reumatolodzy amerykańscy ogłosili «multi-center-criteria-study», w którym określono kliniczne kryteria badań. Pacjenci muszą odczuwać ból przez, co najmniej trzy miesiące i muszą wykazywać przynajmniej 11 z 18 ustalonych punktów, które bolą pod wpływem nacisku. Lekarz naciska kciukiem lub palcem wskazującym, do celów naukowych zastosowano aparaty, które wykonują ściśle zdefiniowany nacisk na centymetr kwadratowy. Wrażliwe na nacisk miejsca nazywają się «tender points» i nie wolno ich mylić z «trigger points» u bólów myofascjalnych, które są bolesne spontanicznie, a pod wpływem nacisku mogą wywoływać ból w innym miejscu ciała – nazywamy to przeniesione działanie «referred pain», porównywalne z działaniem na odległość u punktów akupunkturowych.

Właśnie podobieństwa, które prowadziły do wymieniowych możliwości zamiany, były dla Bauera i Heinego bodźcem do zamysłu oraz do przebadania tego, co jest dla nich wspólne. Okazało się już, że «trigger points» według pracy grupy skupionej wokół Melzacka w 71% pokrywają się z punktami akupunkturowymi i że znowu punkty akupunkturowe wg Heinego w 80% przypadków pokrywają się z anatomicznie zdefiniowanymi wiązkami naczyniowo-nerwowymi, czyli punkty akupunkturowe można było rozpoznać oraz oznaczyć je jako otwory akupunkturowe, z których wychodzą wiązki naczyniowo-nerwowe. Spoglądając na 18 «tender points» było dla Bauera uderzające, że są one również zgodne ze znanymi punktami akupunkturowymi. To było dla Bauera bodźcem, poszukiwania podczas operacji ręki nogi takich otworów, które swoim położeniem są zgodne z punktami akupunkturowymi. Takie otwory zostały znalezione na kończynach, udało się stwierdzić, że w zupełnie określonych obszarach jest zgromadzonych od 6 do 8 takich otworów, a to właśnie u pacjentów, którzy niezależnie od operacji narzekali na przenoszące się bóle.

Tak zrodziła się diagnostyka za pomocą akupresury. Podczas jej wykonywania postępujemy zupełnie tak samo jak podczas wyszukiwania bolesnych «tender points», z tą różnicą, że stopniowo namacane są wszystkie punkty południka jelita, płuc i południka perikardialnego. Duża ilość punktów umożliwia bardziej dokładną diagnostykę, niż tą, jaką umożliwia 18 «tender points». Udało się dowieść, że fibromyalgia bardzo często zaczyna w jednym kwadrancie i aż w przeciągu dziesięcioleci rozwinięty obraz oznaczany jako generalizowana fibromyalgia, a który mają na myśli reumatolodzy amerykańscy, kiedy żądają, aby pacjenci wykazywali bóle we wszystkich czterech kwadrantach. Na przykład fibromyalgia pojawi się u młodej dziewczyny, kiedy ta rozpocznie naukę i jest mylnie diagnozowana jako zapalenie ścięgien. Parę lat później boli ramię, kark, potylicą, jeszcze później także przeciwległa strona lub noga po tej samej stronie. Dojdą bóle w krzyżu, zwłaszcza podczas lub po ciąży. W końcu, po dziesięciu lub kilku latach, «boli wszystko»: I stadium w tym przykładzie objęło jeden górny

PRAXIS:

Prof. Dr. Dr. med. J. Bauer
Falkenweg 1, CH-6340 Baar
Schweiz

ADMINISTRATION:

Tel: 0041 (0)41 763 1660
Fax: 0041 (0)41 544 2722
eMail: office@fms-bauer.ch

kwadrant, II stadium objęło jeden z kwadrantów sąsiednich, III stadium to w pełni rozwinięty obraz, generalizowana fibromyalgia.

Fibromyalgię można wykazać za pomocą diagnostyki akupunkturowej i od tej chwili przestaje być diagnozą z zakłopotania.

Symptomy i syndromy towarzyszące

Bóle w przypadku fibromyalgii nie znają granic. Są nieograniczone w swojej intensywności, bez granic w swoim rozszerzaniu. Mogą to być bóle ciągłe, mogą się też zmieniać, w zależności od części ciała, siły, trwania i częstości. Mogą przejawiać się jako syndrom «boli mnie wszystko», ale także jako «ból przenoszący». Pacjenci opisują go jako głęboki ból mięśni jako, pieczenie, skurcze, bóle strzelające, ukłucie nożem, zatknięty nóż. Bardzo często bóle i sztywność są gorsze z rana, często obciążane grupy mięśni bolą intensywniej. W stawach szczękowych mogą występować bóle, zaostrzające się aż do najsilniejszych bólów twarzy. Do tego dochodzą problemy z zatoką szczękową i zębami. Często dochodzi do ekstrakcji zęba a pacjent narzeka na bóle fantomowe w już nie istniejącym zębie.

Kolejnymi częstymi objawami są:

Bóle podczas krwawień menstruacyjnych, bóle w klatce piersiowej, trudności sercowe / nerwica sercowa.

Zmęczenie

Pacjenci różnie opisują zmęczenie. Jedni są zmorzeni fizycznie, drudzy są wyczerpani umysłowo, brak koncentracji. Cała energia stopniała jak lód. Niektórzy opisują ołowianą ciężkość kończyn, która pozbawia wszystkich sił.

Zaburzenia snu

Pacjenci z reguły nie mają kłopotów z zasypianiem. Jednak właściwy sen jest zakłócony, jakby bóle budziły pacjenta z głębokiego snu. Często pojawia się apnoe w czasie snu, jak też drgania i tiki mięśni (niekontrolowane ruchy rąk i nóg aż do «restless legs syndrome»), zgrzytanie zębami. Wzorzec spania jest zupełnie inny niż u pacjentów cierpiących na depresję.

Jelito drażliwe

Okolo 20 - 40% pacjentów cierpi na ból brzucha, zaparcia, biegunkę, wzdęcia i mdłości. Czasami wydaje się, że bóle są «zawieszane z przodu i z tyłu na łuku żebrowym» lub, że wychodzą z woreczka żółciowego.

Bóle głowy

Atakom bólu towarzyszą bóle potylicy, tinnitus, opuchnięcia powiek. Rzadka jest jednak migrena.

Objawy neurologiczne

Są wykazywane odczucia zdrętwienia i mrowienia w kończynach, nadwrażliwe obszary skóry, obrzęki rąk i nóg, zaburzenia sprawności i chodzenia. Neurologzy jednak nie znajdują żadnych zmian chorobowych.

Diagnozy często stawiane zamiast fibromyalgii:

Artroza stawu ramiennego, syndrom kręgów szyjnych, mostkowych lub lędźwiowych, bóle pleców, wysklepione tarczki międzykręgowe (jeszcze nie wymagające operacji, albowiem nie chodzi o faktyczne wypadnięcie tarczek międzykręgowych), artroza zespolenia krzyża i małych stawów kręgowych, syndrom fasetowy, artroza stawu biodrowego i kolanowego, trochanterodynia, achillodynia, ostroga na pięcie, stopa płaska poprzecznie. Ale także osteoporoza i liczna skleroza!

Najbardziej nienawidzona przez pacjentów diagnoza to «zaburzenia somatyczne», albowiem w języku potocznym pacjentów i zwłaszcza ich otoczeniu jest tłumaczona jako «to wszystko jest sprawą psychiczną!» a pacjenci są wystawiani na poniżenie jak na biegnącej taśmie. Przy czym depresję należy rozumieć jako reaktywną neurozę na bóle.

PRAXIS:

Prof. Dr. Dr. med. J. Bauer
Falkenweg 1, CH-6340 Baar
Schweiz

ADMINISTRATION:

Tel: 0041 (0)41 763 1660
Fax: 0041 (0)41 544 2722
eMail: office@fms-bauer.ch

Jakie są przyczyny fibromyalgii?

Powszechnie lekarze zajmują następujące stanowisko: niejasna patogenezą, trudna diagnoza, leczenie symptomatyczne. Fibromyalgia jest nieuleczalna.

Nowe kierunki dotyczące bezpiecznej diagnostyki i leczenia przyczynowego umożliwiły rozpoznanie, że w przypadku fibromyalgii zaklejone są punkty akupunkturu, w których rozpoznane były otwory akupunkturu. W wyniku stresu fizycznego lub psychicznego wolne zakończenia nerwowe wydzielają m.in. białka, które ścinają się na miejscu i zaklejają otwory. Zaklejone otwory można usunąć chirurgicznie w taki sposób, aby ponownie się już nie zaklewały. Napięcia, które pojawiają się w wiązках włókien mogą być usunięte, w pełni sensowne są odciążające nacięcia, słowem, konieczna jest finezja chirurgii ręki i chirurgii nerwów peryferyjnych, w tym technik mikrochirurgicznych. Zdobyć wiedzę, że na ręce i nogi znajdują się dosłownie «skrzynki łącznikowe południków», umożliwia wykonanie operacji, w czasie, której z jednego nacięcia wyszuka się 6-8 punktów akupunkturu obejmujących jeden kwadrant. Teoria stresu obejmuje bez trudności wszystkie znane czynniki, które istniejącą fibromyalgię pogarszają lub w sposób utajony zmieniają w manifestującą: pogoda, przewiew, chłód, zbyt trudny trening, budowa, renowacja, zmiany hormonalne, ciężki los i stres psychiczny. Ale także zachorowania, infekcja wirusowa i bakteryjna, zranienia, prawdziwy reumatyzm, wilk, choroby tarczycy. Wiele czynników, ale tylko jeden mechanizm!

Leczenie fibromyalgii

W pierwszych miesiącach wskazane jest dotychczasowe powszechne leczenie: leki przeciwzapalne, zmniejszające obrzęki, zmniejszające spastyczne napięcie mięśniowe, środki polepszające nastrój, ostrożna gimnastyka lecznicza, fizykoterapia, leczenie chłodem, w przypadku jelita drażliwego porada u dietologa. Powszechne zalecenia lecznicze nie powinny jednak odciągać uwagi od naruszonych południków. Pacjenci mogą nauczyć się wykonywania masażu na odpowiednich miejscach w prawidłowym kierunku, zgodnie z hasłem chińskim «Kojący wiatr przynosi ulgę». W zaawansowanych przypadkach nie unikniemy chirurgicznego odkrycia zaklejonych punktów akupunkturu. Wyniki są bardzo dobre, 90 % operowanych pacjentów pozbędzie się dolegliwości i zostanie bez nich.

Posłowie do przewodnika pacjenta w tematyce fibromyalgii.

Pacjenci słusznie zadają pytanie:

- Kto mi wierzy?
- Kto pomoże mi pokonać upokorzenie i ignorancję?

Informacje zawarte w niniejszym artykule nie czynią sobie prawa do kompletności, a mają jedynie na celu przedstawienie tego dość mało znanego, niemniej częstego obrazu klinicznego i zachęcenie czytelnika, aby dokładniej zajmował się fibromyalgią.

Prof. Dr. Dr. med. Johann Bauer
E-mail: office@fms-bauer.com
Internet: www.fms-bauer.com
