

## Мануелна терапија на цервикален дел - Постер презентација

*Моника Колевска, Ленче Николовска, Тоше Крстев, Тамара Страторска*

**Апстракт:** Мускулно скелетниот систем претставува најголемиот конзуматор на енергија, но во исто време и најголемиот извор на болка, непријатности и намалување на способноста. Телесните дисфункции можат да бидат општи или локализирани, конкретни или рефлекторни, акутни или хронични. За определување на болката е потребно конкретно насочување на засегнатата област, ткиво или структура. Задолжителен услов за адекватна мускулно-скелетна кинезитерапија е тесната врска помеѓу науката и праксата.

Цервикалниот дел од рбетниот столб има предиспозиција за значителни динамични и статични натоварувања поради својата голема подвижност. Рбетниот столб е често трауматизиран, а повредата е значителен етиолошки фактор за вертеброгени нарушувања. Неправилното држење на телото, зголеменото статично натоварување, мускулниот хипертонус и функционалните блокади предизвикуваат намалена подвижност на цервикалниот дел, главоболка со иридација на болката кон слепоочниците, вртоглавица, чувство на вкочанетост и тежина на рамениот појас.

**Цел и методи на истражувањето:** Целта на специјалистичкиот труд е да ги проучеме методите и резултатите на мануелната терапија кај пациенти со хронична болка во цервикалниот дел. Предмет на оваа студија се 20 испитаника (13 жени и 7 мажи) со средна возраст 43,5 години.

**Заклучок:** Добиените резултати од спроведената мануелна терапија демонстрираат нормализирање на нарушените функции на цервикалниот дел, редукација на мускулниот дисбаланс, намалување на субјективната симптоматика како и на болковата симптоматика.

**Клучни зборови:** болка, кинезитерапија, хипертонус, блокада, мобилизација, цервикален дел

## **Manual therapy of the cervical part – Poster presentation**

*Monika Kolevska, Lenche Nikolovska, Toshe Krstev, Tamara Stratorska*

**Abstract:** Musculoskeletal system represents the largest consummator of energy, but at the same time the biggest source of pain, discomfort and ability reducer. Body dysfunctions can be general or localized, specific or reflector, acute or chronic.

For determination of pain is needed to determine the affected area, tissue or structure. Mandatory condition for adequate musculoskeletal kinesitherapy is the close relationship between science and practice. Cervical spine has a predisposition to significant dynamic and static load due to its high mobility. The spine is often traumatized and the injury is a significant etiological factor for spine disorders. Improper posture, increased static load, muscle hypertonic and functional blockages are causing reduced mobility of the cervical, headache with irritation of the pain to the temples, dizziness, feeling of stiffness and a shoulder girdle weight.

**Purpose and methods:** The purpose of this specialist paper is to research the methods and results of manual therapy in patients with chronic in the cervical.

The subject of this study are twenty respondents (thirteen women and seven men) with a mean age of forty three and a half (43.5) years.

**Conclusion:** The results of the completed manual therapy demonstrate normalization of the disturbed functions of the cervical, reduction of muscle imbalance, reduced subjective symptoms and reduced pain symptoms.

**Key words:** pain, kinesitherapy, hypertonic, blockages, mobilization