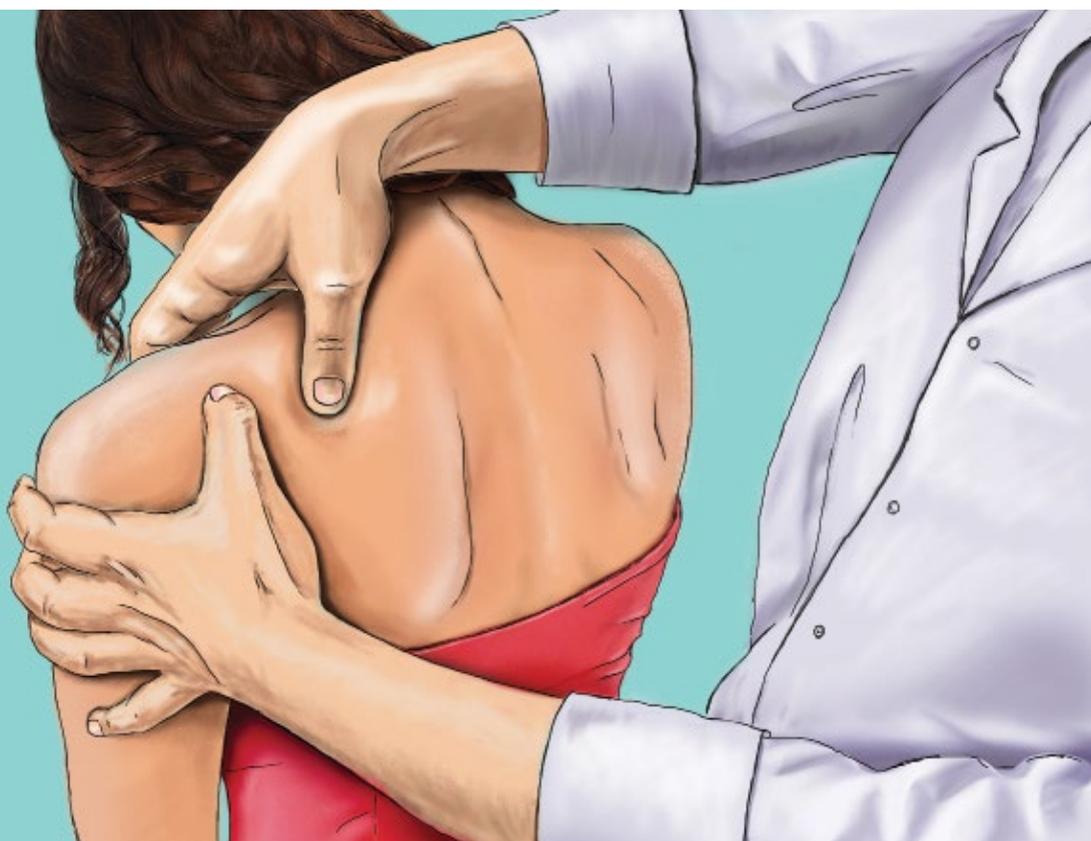


МИОФАСЦИАЛЬНЫЙ БОЛЕВОЙ СИНДРОМ

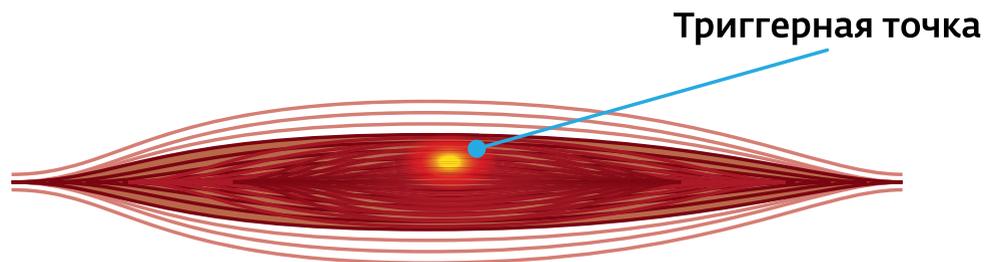
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ,
ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ КАРТЫ,
ЗОНЫ ИРРАДИАЦИИ БОЛИ, ЛЕЧЕНИЕ



*Если движения у пациента вызывают боль –
разберись и действуй!*

МИОФАСЦИАЛЬНЫЙ БОЛЕВОЙ СИНДРОМ

— миалгия, которая характеризуется локальной или отраженной болью, исходящей из спазмированного участка – триггерной точки.



ПРОВОЦИРУЮЩИЕ ФАКТОРЫ

- » Позное напряжение
- » Длительная иммобилизация
- » Перерастяжение мышцы при выполнении «неподготовленного» движения
- » Особенности строения тела (разная длина ног)
- » Механическое сдавление мышц
- » Переохлаждение
- » Психоэмоциональные факторы

ФАЗЫ МИОФАСЦИАЛЬНОГО БОЛЕВОГО СИНДРОМА

I. Острая фаза: характеризуется постоянной мучительной болью, поддерживаемой активными триггерными точками.

II. Подострая фаза: боль возникает только при движении и отсутствует в покое.

III. Хроническая фаза: сохраняется умеренная мышечная дисфункция с чувством дискомфорта. Выявляются только латентные триггерные точки, способные к реактивации при воздействии дополнительных факторов.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ МИОФАСЦИАЛЬНОГО БОЛЕВОГО СИНДРОМА

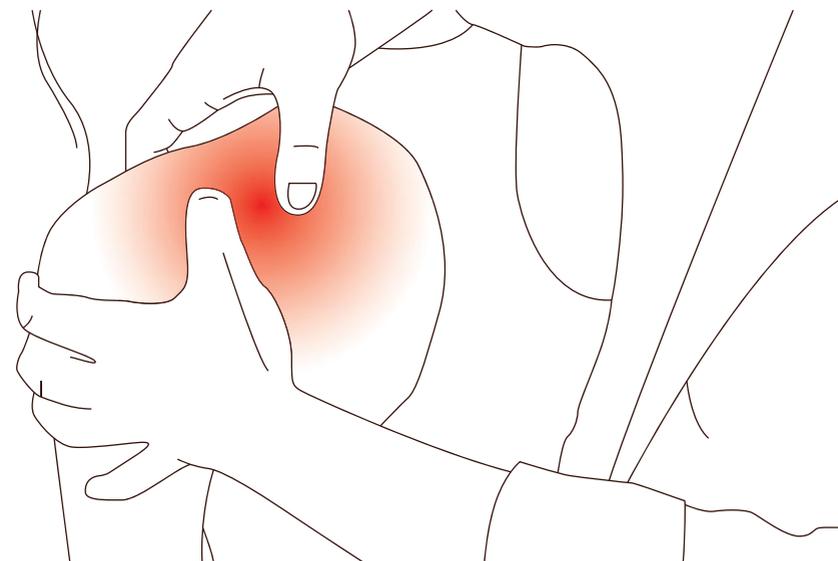
(I. Russell, 2008, с изменениями)

ОСНОВНЫЕ ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ:

- наличие при пальпации «тугого» тяжа в мышце (если она поддается пальпации);
- участок локальной болезненности в пределах тяжа;
- при надавливании на участок локальной болезненности воспроизводится типичный («узнаваемый») для пациента паттерн боли;
- болезненность при пассивном движении, сопровождающемся растяжением пораженной мышцы, и возможное ограничение объема пассивных движений.

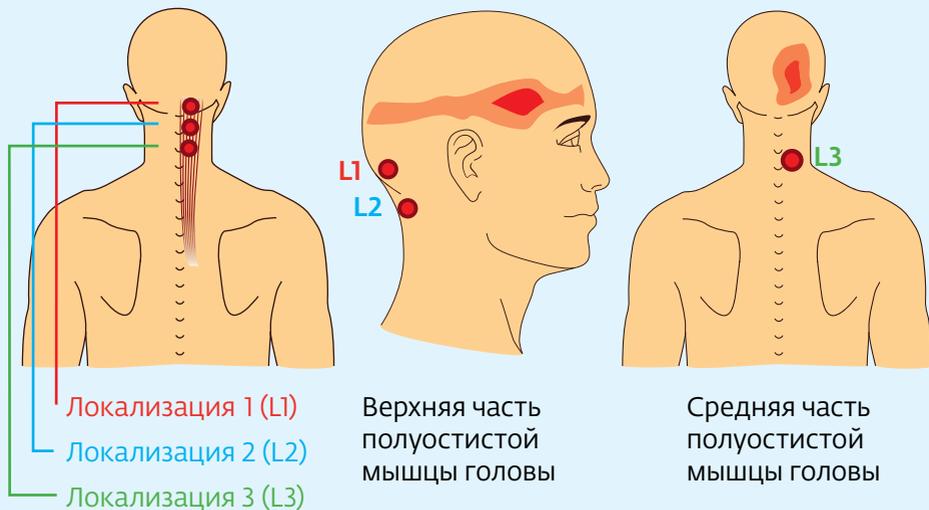
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СИМПТОМЫ:

- определяемое визуально или пальпаторно локальное сокращение мышцы при пальпации (перкуссии) триггерной точки вовлеченной мышцы;
- определяемое визуально или пальпаторно локальное сокращение мышцы при уколе триггерной точки иглой;
- появление отраженной боли или иных сенсорных феноменов (парестезий) при сдавлении участка локальной болезненности в зоне, типичной для данной триггерной точки.

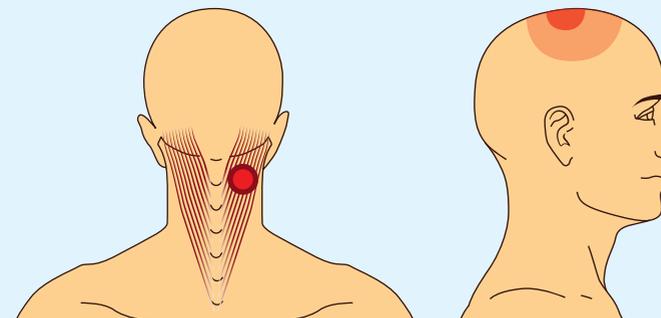


БОЛЕВОЙ СИНДРОМ В ОБЛАСТИ ГОЛОВЫ И ШЕИ

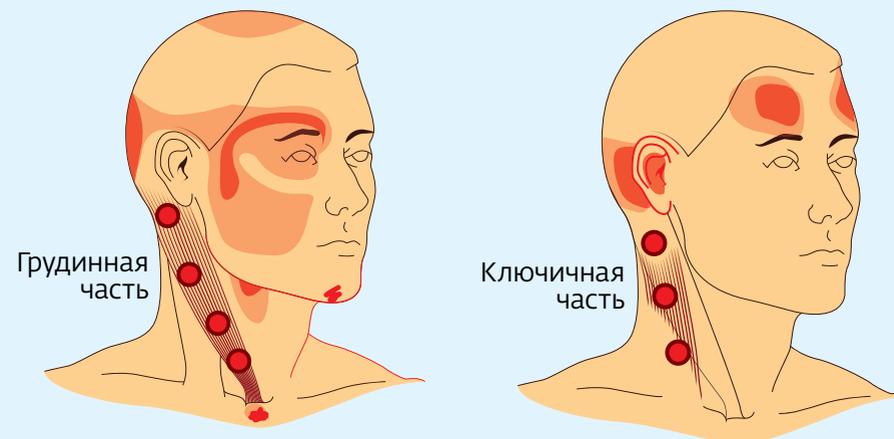
Полуостистая мышца



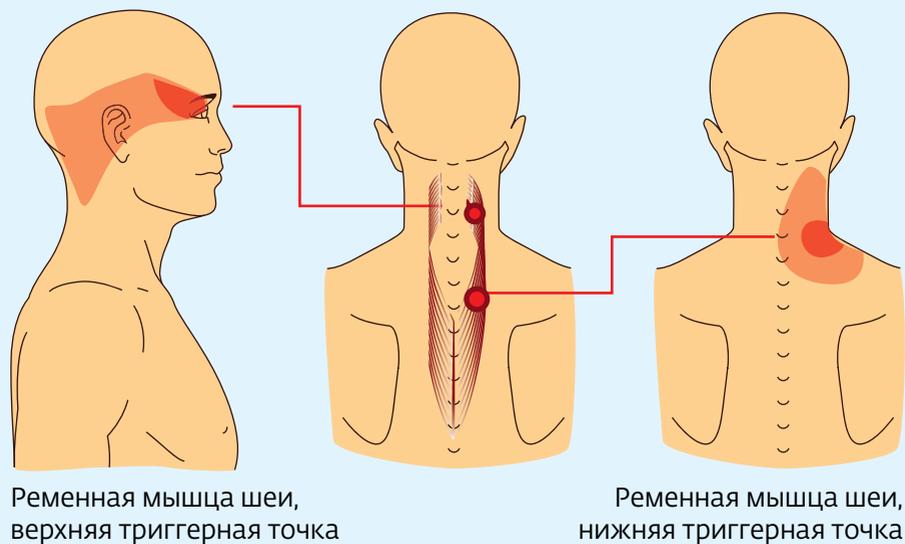
Ременная мышца головы



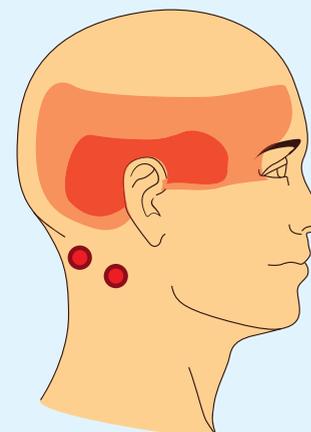
Грудино-ключично-сосцевидная мышца



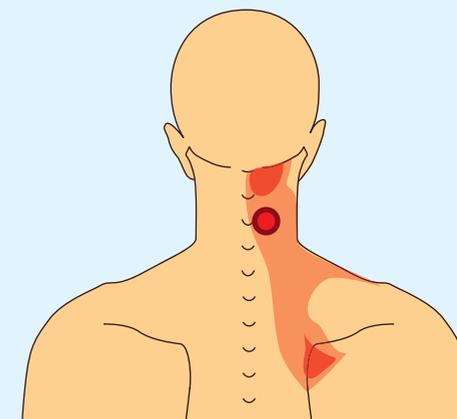
Ременная мышца шеи



Подзатылочная мышца



Многораздельные мышцы

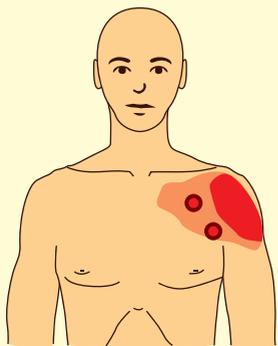


- – триггерная точка, место нанесения крема Матарен® Плюс или пластыря Версатис¹
- – паттерн наиболее интенсивной отраженной боли
- – паттерн менее интенсивной отраженной боли

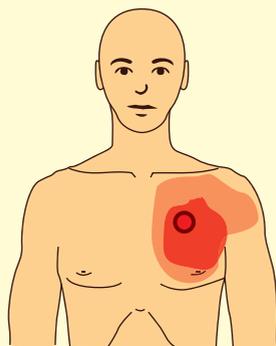
БОЛЕВОЙ СИНДРОМ В ПЛЕЧЕ И РУКЕ

Большая грудная мышца

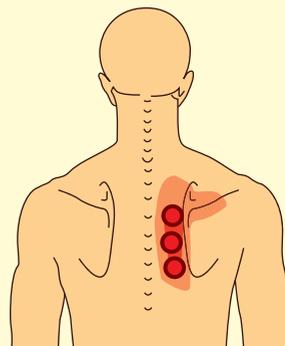
Ключичная часть



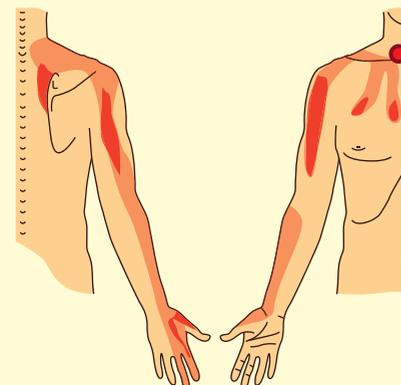
Грудинная часть



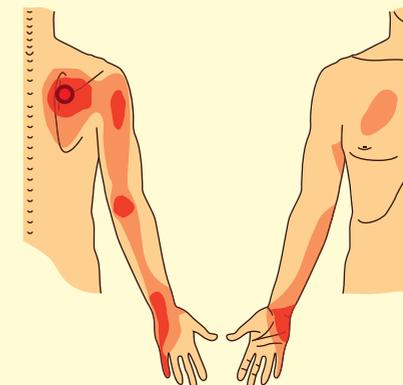
Ромбовидная мышца



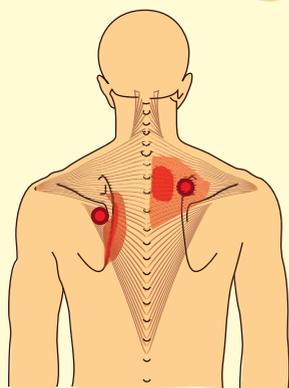
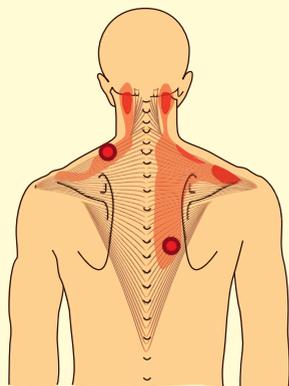
Передняя лестничная мышца



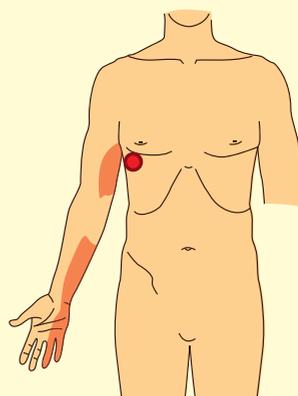
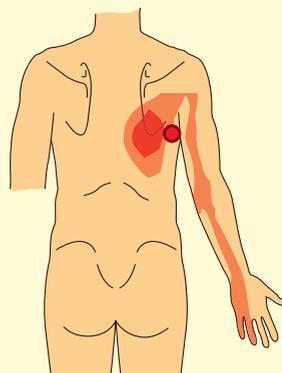
Верхняя задняя зубчатая мышца



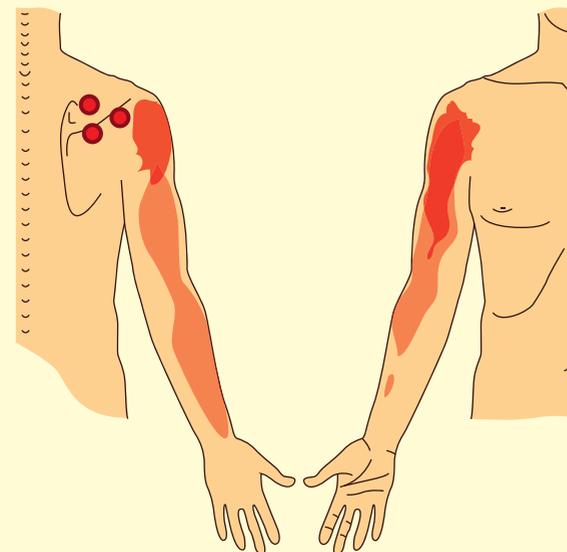
Трапецевидная мышца



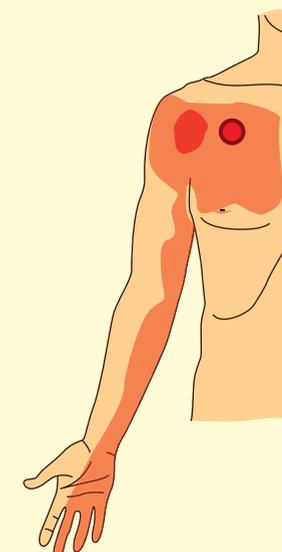
Широчайшая мышца спины



Надостная мышца



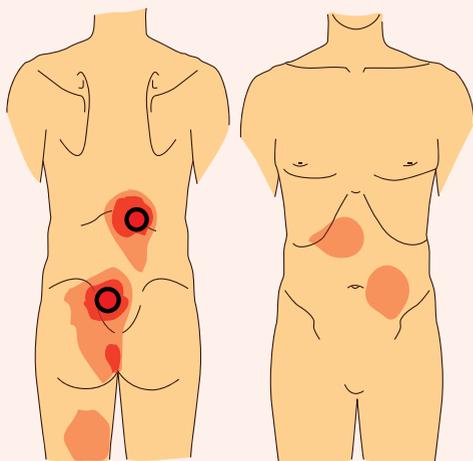
Малая грудная мышца



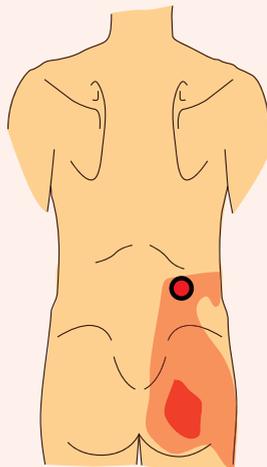
- – триггерная точка, место нанесения крема Матарен® Плюс или пластыря Версатис¹
- – паттерн наиболее интенсивной отраженной боли
- – паттерн менее интенсивной отраженной боли

БОЛЕВОЙ СИНДРОМ В НИЖНЕЙ ЧАСТИ СПИНЫ И НОГЕ

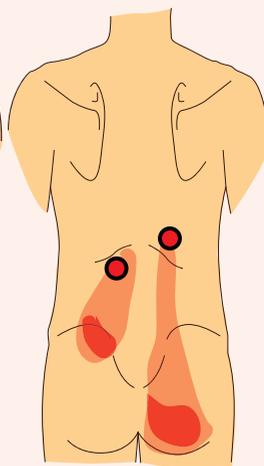
Многораздельные мышцы



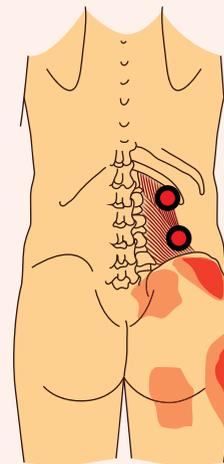
Подвздошно-реберная мышца



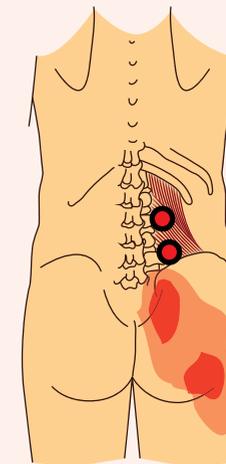
Длиннейшая мышца спины



Квадратная мышца поясницы

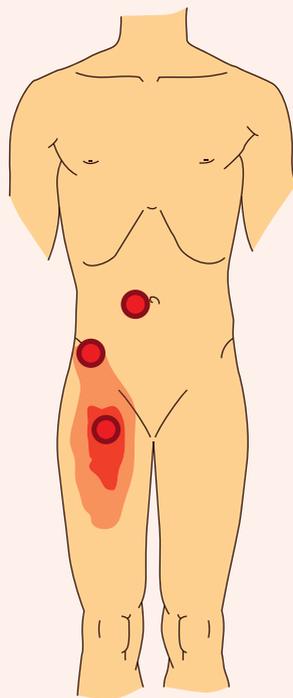
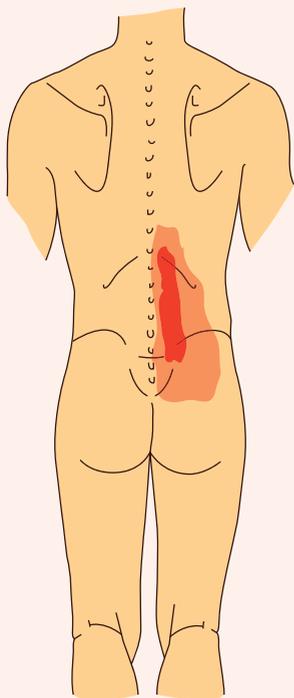


Поверхностные триггерные точки

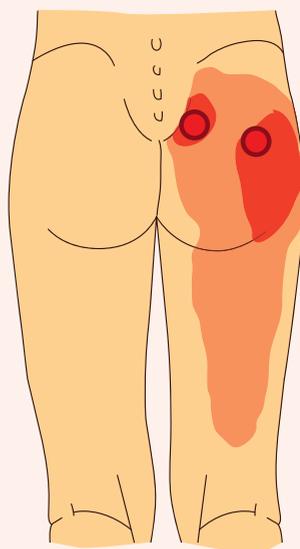


Глубокие триггерные точки

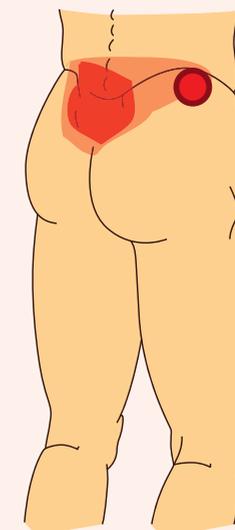
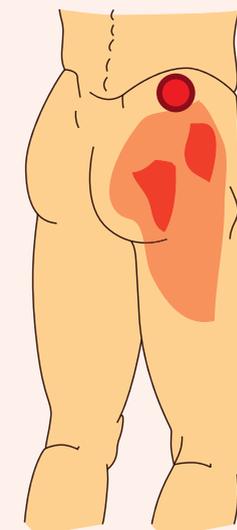
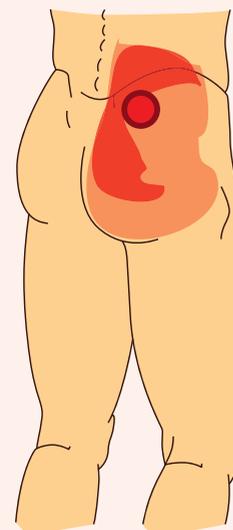
Подвздошно-поясничная мышца



Грушевидная мышца



Средняя ягодичная мышца



- – триггерная точка, место нанесения крема Матарен® Плюс или пластыря Версатис¹
- – паттерн наиболее интенсивной отраженной боли
- – паттерн менее интенсивной отраженной боли

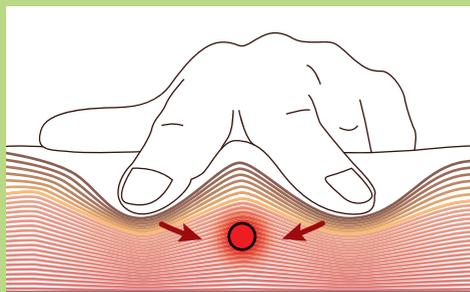
ЛЕЧЕНИЕ МИОФАСЦИАЛЬНОГО БОЛЕВОГО СИНДРОМА

Купирование болевого синдрома

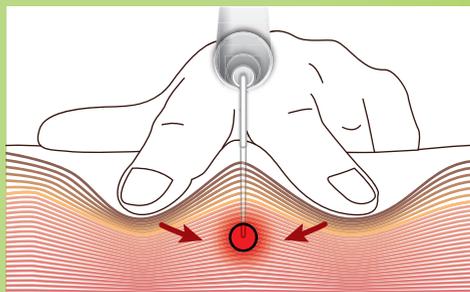
- НПВП (местно или системно)
- Блокады триггерных точек с местными анестетиками
- Местные аппликации
- Миорелаксанты
- При хроническом синдроме — антидепрессанты
- Пассивное растяжение мышц
- Постизометрическая релаксация
- Ишемическая компрессия триггерной точки (пальцевое давление 1–2 мин)
- Мануальная терапия
- Массаж
- Физиотерапия
- Иглорефлексотерапия

Коррекция факторов риска и избегание провоцирующих нагрузок и поз

Методика блокады триггерной точки



Пропальпировать и зафиксировать между двумя пальцами триггерную точку



Ввести иглу на 1–2 см от триггерной точки под углом 30° и двигать по направлению к ней

Ведущее место в лечении миофасциального болевого синдрома занимает местное воздействие на триггерные точки:

НПВП, капсаицин, лечебные блокады, растяжение мышц.

МАТАРЕН® ПЛЮС

крем для наружного применения

УНИКАЛЬНАЯ КОМБИНАЦИЯ НПВП (мелоксикам 3%) и НАСТОЙКИ СТРУЧКОВОГО ПЕРЦА (капсаицин 10%)¹

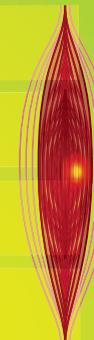


Обезболивающее действие²

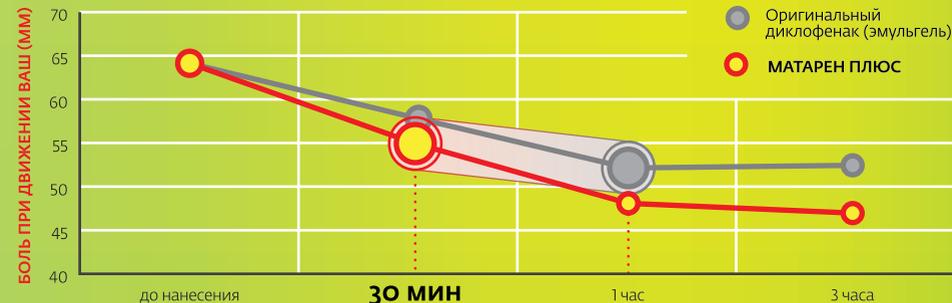
Местнораздражающее действие²

Противовоспалительное действие²

Улучшение местного кровотока²



МАТАРЕН® ПЛЮС В 2 РАЗА быстрее снижает интенсивность боли по сравнению с диклофенаком: снижение боли наблюдается через 30 минут после нанесения³



Крем МАТАРЕН® ПЛЮС позволяет снизить потребность в дополнительном приеме НПВП В 2,5 РАЗА³

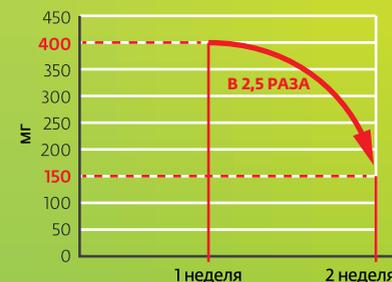


График снижения дозы таб. Диклофенак ретард 100 мг в неделю при совместном применении с МАТАРЕН® ПЛЮС

¹ Опыт применения трансдермальной системы Версатис у подростков с миофасциальным болевым синдромом. — Фарматека, 2009, №12. Dalpiatz A.S., Lordon S.P., Lipman A.G. Topical lidocaine patches therapy for myofascial pain. J Pain Palliat Care Pharmacother 2004; 18: 15–34. ² Тревелл Д. Г., Симонс Д. Г. Миофасциальные боли; пер. с англ. — М.: Медицина, 1989; 2: 606.

¹ Единственный зарегистрированный препарат с подобным составом по данным Государственного реестра лекарственных средств gfrs.rosminzdrav.ru. ² Инструкция по медицинскому применению препарата Матарен Плюс, крем для наружного применения. ³ Годзенко А.А., Бадокин В.В., Корсакова Ю.Л. Применение крема Матарен® Плюс при миофасциальном болевом синдроме, РМЖ, неврология №28, 2011.

МАТАРЕН® ПЛЮС

крем для наружного применения

УНИКАЛЬНАЯ КОМБИНАЦИЯ НПВП (мелоксикам 3%)
и НАСТОЙКИ СТРУЧКОВОГО ПЕРЦА (капсаицин) 10%



**УПРАВЛЯЙ
БОЛЮ
УМЕЛО!**

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ¹

- Воспалительные и дегенеративные заболевания опорно-двигательного аппарата
- Болевой синдром: бурсит, тендинит, люмбаго, ишиас, невралгия, миалгия, артралгия, радикулит
- Посттравматический болевой синдром (травматические ушибы, вывихи, растяжения связок, мышц и сухожилий, разрывы мышц без нарушения целостности кожных покровов)
- Болезненность мышц и суставов, вызванная тяжелыми физическими нагрузками

СХЕМА ПРИЕМА
Матарен® Плюс

слегка втирают
полоску крема
длиной от **1 до 5 см**

1-3 раза
в сутки

STADA

РУ ЛСР-009016/10, Производитель АО «НИЖФАРМ», Россия, 603950, г. Нижний Новгород, бокс 459, ул. Салганская, 7.
Тел.: +7 (831) 278-80-88, Факс: +7 (831) 430-72-28, E-mail: med@stada.ru.

Информация предназначена для медицинских и фарм. работников в местах проведения фармацевтических выставок, семинаров, конференций и иных подобных мероприятий. Не является основанием для самостоятельной диагностики заболевания.
Дата публикации октябрь 2018.

1. Инструкция по медицинскому применению препарата Матарен® Плюс крем для наружного применения.