Міжреберна невралгія

Вступ

Міжреберна невралгія являє собою симптомокомплекс, який виникає через порушення гемодинаміки міжреберних нервів.

Внаслідок чого уражаються периферичні нерви грудної клітки.

З'являються нападоподібні та інтенсивні болі в грудній клітці по ходу міжреберного проміжку.

Такий стан може налякати людину, оскільки симптоми схожі на патологію серця.

Кожен нерв відходить від переднього корінця спинного мозку грудного відділу хребта, проходить по нижньому краю кожного ребра до самої грудини, разом із кровоносними судинами.

Нерви проходять крізь товщу міжреберних м'язів, і якщо в м'язах виникають спазми, то відбувається порушення кровопостачання нервів, що, своєю чергою, є провокувальним фактором виникнення больових синдромів.

Найчастіше до цього захворювання схильні особи старше 30-річного віку.

Міжреберна невралгія буває гострою і хронічною, а також одностороння і двостороння.

За природою патології невралгія ділиться на первинну (вона пов'язана з ушкодженням безпосередньо нерва) і вторинну (яка виникає через інші захворювання).

Розрізняють дві форми захворювання, які залежать від механізму її виникнення:

рефлекторна (з'являється внаслідок перенапруження м'язів уздовж нерва);

корінцева (відбувається при ураженні корінців спинного мозку).

Симптоми міжреберної невралгії

Міжреберна невралгія може проявлятися цілою низкою симптомів, інтенсивність і частота яких може бути різною.

Найпоширенішими симптомами є різкий, стріляючий біль уздовж ребер, який може іррадіювати в груди, спину або живіт, а інколи - в лопатку або руку.

Хворі часто описують біль як пекучий, колючий або здавлюючий, він може посилюватися під час руху, глибокого вдиху або навіть легкого дотику.

Дискомфорт, спричинений міжреберною невралгією, може суттєво вплинути на повсякденне життя людини.

Такі прості дії, як дихання, сміх чи кашель, можуть перетворитися на болісні больові відчуття.

Тому хворий починає сам обмежувати свої рухи, щоб не провокувати біль, що, своєю чергою, призводить до зниження фізичної активності.

Причини міжреберної невралгії

Міжреберна невралгія може виникати з різних причин. Больовий синдром може виникати не тільки через спазмування м'язів. Одним із найпоширеніших чинників є травма або ушкодження грудної клітки, наприклад перелом ребер, хірургічні втручання на грудній клітці або удар тупим предметом.

Іншими можливими причинами є інфекції, переохолодження, сколіоз хребта, дегенеративні зміни в хребті (наприклад, грижі міжхребцевих дисків).

Деякі фактори ризику можуть підвищити схильність до розвитку міжреберної невралгії. До них належить вік, оскільки в літніх людей може спостерігатися природне зниження функції нервів, а також наявність будь-яких захворювань, наприклад, діабету, який з часом може призвести до пошкодження нервів.

Діагностика міжреберної невралгії

Діагностика міжреберної невралгії може бути непростим завданням, оскільки її симптоми можуть імітувати симптоми інших захворювань, наприклад, проблеми з серцем або легенями.

Тому за появи перших симптомів необхідно звернутися до лікаря-терапевта. Лікар за ретельного огляду та виключення патології інших хвороб, зможе вам дати направлення до невропатолога.

Для підтвердження діагнозу застосовуються медичні обстеження та здача аналізів.

У разі, якщо пацієнт звернувся зі скаргами в ділянці серця, йому призначають проходження електрокардіограми, з метою виключення проблем із серцево-судинною системою. А також відвідування лікаря-кардіолога.

Такі методи візуалізації, як рентгенографія, КТ або МРТ, допомагають побачити структури грудної клітки і виявити можливі причини болю, наприклад переломи ребер або здавлювання нервів.

Коли відбувається ураження нижніх міжреберних нервів, то больові синдроми можна сплутати з болями шлунково-кишкового тракту, такими як за гастриту, гострого панкреатиту або виразки шлунка).

З метою з'ясування ситуації даються направлення на здачу панкреатичних ферментів у крові та проходження гастроскопії.

Лікування міжреберної невралгії

Лікування міжреберної невралгії спрямоване на зниження больових відчуттів, поліпшення функціональності та загального самопочуття пацієнта.

Спосіб лікування міжреберної невралгії лікар визначає суто індивідуально, оскільки лівобічна і правобічна невралгія мають свої особливості лікування.

Річ у тім, що нервові закінчення, які турбують хворого, зачіпають певні внутрішні органи.

При цьому може використовуватися комбінація медикаментозної терапії, фізіотерапії, немедикаментозних методів, а в деяких випадках - хірургічне втручання.

Медикаментозне лікування: З метою купірування слабкого та помірного болю можуть бути рекомендовані безрецептурні знеболювальні нестероїдні протизапальні препарати (НПЗП). У разі сильніших болів можуть бути призначені протисудомні препарати, які гальмують проведення больових імпульсів, однак їх застосування потребує ретельного контролю через можливі побічні ефекти та ризик розвитку залежності.

Вітаміни групи В сприяють відновленню оболонки нервів, а також знижують запалення і біль.

Фізіотерапія: Погана постава може бути причиною розвитку міжреберної невралгії. Фізіотерапія як лікувальна гімнастика допомагає зменшити біль і поліпшити гнучкість ураженої ділянки. Для зняття напруги і відновлення функції м'язів можуть застосовуватися такі методи, як голковколювання, мануальна терапія, масаж із зігрівальними кремами і кінезіотейпування. Усе це допомагає розслабити м'язи, зняти запалення і гострий біль.

Особливої уваги потребує міжреберна невралгія у вагітних. У цьому разі вона є серйозною проблемою і до неї потрібно підходити з особливою увагою. Адже вона може дати небажані ускладнення для майбутньої матері та її малюка.

У цьому разі весь перебіг хвороби та її лікування має проводитися суто під наглядом лікаря. Ні про яке самостійне самолікування мови бути не може.

Найчастіше лікування обмежується прийомом вітамінів, мінеральних комплексів. Використовуються мазі, компреси та виконання лікувальної гімнастики.

Фізичні вправи дають дуже позитивну динаміку в лікуванні, адже вони покращують кровообіг у проблемних відділах.

Хірургічне втручання: У рідкісних випадках, коли консервативні методи лікування міжреберної невралгії не приносять полегшення, можуть бути розглянуті варіанти хірургічного втручання, які застосовують за наявності пухлин, анатомічних дефектів або коли є виражений чинник стискання корінця.

Профілактика міжреберної невралгії

Хоча деякі фактори ризику розвитку міжреберної невралгії неможливо контролювати, ведення здорового способу життя може значно сприяти загальному оздоровленню та знизити ймовірність розвитку цього захворювання.

Регулярні фізичні вправи, збалансоване харчування та відмова від куріння можуть позитивно вплинути на ваше самопочуття.

Займайтеся розтяжкою м'язів спини та грудної клітки. Працюйте над своєю поставою. Уникайте переохолоджень і протягів.

Крім того, спеціальні гімнастичні вправи, спрямовані на зміцнення м'язів грудей і спини, допомагають зберегти їхню гнучкість і знизити ризик здавлювання або травмування нерва.

Однак перш ніж розпочинати фізичні вправи, особливо якщо вони вже супроводжуються больовими відчуттями, слід проконсультуватися з фахівцем.

Висновок

Міжреберна невралгія може завдавати людині сильного лякаючого болю, який істотно впливає на якість життя.

Своєчасне звернення по медичну допомогу та встановлення точного діагнозу мають вирішальне значення для подальшого лікування.

Залежно від тяжкості та основної причини захворювання можливі різні варіанти лікування: від консервативних підходів до хірургічного втручання.

Особи, які страждають на міжреберну невралгію, повинні тримати постійний зв'язок зі своїм лікарем, який допоможе розробити індивідуальний план лікування, що враховує їхні особливості.

Застосовуючи всі необхідні рекомендації вашого лікаря і коригуючи свій спосіб життя, пацієнти можуть налагодити своє загальне самопочуття і мінімізувати вплив міжреберної невралгії на їхнє повсякденне життя. Регулярне медичне спостереження і дотримання приписів лікаря є запорукою ефективного купірування болю і підтримки хорошої якості життя.