

# L'Osteopata: «Individuata l'origine, le manipolazioni risolvono bene il problema»



Dott. Filip Dudal

«Con l'osteopatia si può intervenire sia quando il dolore è acuto sia quando è cronico, cioè dipende da artrosi o traumi trascurati.

In più, noi osteopati prendiamo in considerazione anche cause "fisicamente" lontane, perché spesso il problema nasce altrove», spiega il dottor Filip Dudal, osteopata a Bergamo. «In particolare, difetti congeniti ai denti, così come otturazioni o protesi fatte in modo scorretto, rendono difficile chiudere bene mascella e mandibola, creando uno squilibrio muscolare che influisce in primo luogo sulle prime sette vertebre della colonna. Ma anche la mancanza di uno o più denti può costringere la lingua in una posizione asimmetrica, che si riflette sulle fasce cervicali».

■ «Un dolore cervicale può derivare anche da un problema di vista (l'uso di lenti sbagliate), che porta il collo a compiere movimenti innaturali nel tentativo di vederci meglio», conti-

nua Dudal. «In queste situazioni inviamo i pazienti allo specialista più idoneo».

## Il trattamento

Prima di intervenire, l'osteopata effettua sempre alcune analisi strumentali e di laboratorio (per esempio, radiografie, Tac, eccetera) per individuare con la massima precisione l'origine del disturbo.

■ L'intervento curativo consiste in manipolazioni (ad alta o a bassa velocità, in base al tipo di problema) sia dei tessu-

ti molli (muscoli, legamenti, organi) sia di quelli duri (ossa e cartilagini), per ridare mobilità alla zona e ristabilire la posizione corretta della colonna.

■ Per gli organi più difficili da manipolare, perché situati in profondità, si ricorre a delle leve, che possono essere le ossa stesse o un altro organo (per esempio, l'osteopata può utilizzare i suoi gomiti).

## Quante sedute?

Generalmente il trattamento osteopatico prevede da 6 a 10 sedute complessive una volta alla settimana oppure ogni tre settimane a seconda dei casi.

Per informazioni: dottor Filip Dudal, Still Osteopathic Clinics, Bergamo, tel. 035/362280.

## In attesa del medico

Siete bloccate dal dolore? Ecco 2 veloci consigli di pronto intervento:

- prima di tutto bisogna riscaldare e proteggere la parte dolente; il calore può essere diretto sul collo ricorrendo a un phon, a un termoforo, a un fazzoletto di seta oppure la classica sciarpa di lana;
- anche un massaggio, se possibile eseguito da mani esperte, può produrre lo stesso risultato e cioè riscaldare e distendere il muscolo dolente.

