

La ciática y el dolor de pierna

El nervio ciático:

El nervio ciático es el más grande y largo de nuestro cuerpo. Tiene 5 ramificaciones que pasan por la espalda baja y se unen en la pelvis, extendiéndose hasta los músculos y las coyunturas de los muslos, rodillas, pantorrillas, tobillos, pies y hasta los dedos de los pies.

Que es la ciática:

Cuando el nervio ciático se llega a inflamar se dice que se padece de la ciática(se pronuncia cit-ti-ca, siad-a-ka, en ingles).y vaya que este dolor puedes ser intensoj a veces el dolor recorre la misma ruta del nervio- por la parte trasera de la pierna y el muslo, del tobillo, del pie y de los dedos del pie- pero a veces puede reflejarse en su espalda mismaj aunadas a una sensación de ardor y dolores agudos , se puede llegar a experimentar una especie de piquetes de agujas, punzadas, pellizcos y oleadas de adormecimiento o blandura muscular.

Irónicamente las piernas también pueden sentirse adormecidas. Por si fuera poco, aunque el dolor de la ciática se localiza por lo general en la parte trasera de la pierna o del muslo, en algunas personas el dolor de puede dar en la parte delantera o lateral de las piernas o hasta en la cadera. Hay también quienes padecen de este dolor en ambas piernas, la llamada ciática bilateral.

Como un cuchillo

Las características del dolor pueden variar, se puede llegar a sentir un dolor palpitante y constante, que después de un tiempo, ya sea unas cuantas horas, o hasta varios días, le puede dolor, o bien puede sentirse como si fueran punzadas de un cuchillo. A veces un cambio de postura – como el recostarse o simplemente cambiar de posición- aminoran la sensación de dolor, pero no siempre es así. En algunos casos severos, la ciática puede causar la perdida de ciertos reflejos o hasta provocar el desgaste de los músculos de la pantorrilla.

Para quienes padecen de la ciática, el dormir bien de noche puede ser cosa del pasado. Algo tan sencillo como caminar, agacharse, girar sentarse o ponerse de pie, pueden ser tareas sumamente difíciles o hasta imposibles para ellos.

Causas de la ciática

Al igual que la mayoría de los padecimientos, la ciática tiene una gran variedad de causas, pero una espina dorsal dañada, con discos protuberantes o con alguna ruptura, podría irritar el nervio ciático, causando, precisamente la ciática.

Hay quienes después de haber sufrido accidentes , lesiones y hasta partos, han dado señales de dolores ciáticos, por lo general debido a una mala alineación de la espina dorsalj. Una diabetes avanzada puede también causar la irritación del nervio ciático, así como artritis, estreñimiento. Tumores y hasta deficiencia vitamínicos.

La alternativa medica

La alternativa médica para tratar la ciática es atacar los síntomas es usando pastillas para tratar el dolor , relajantes musculares y aparatos ortopédicos como los que funcionan a base de tracción y otras terapias físicas. La ciática es particularmente frustrante para quienes intentan tratarla con medicinas, porque en algunos casos aun las pastillas más potentes para aminorar el dolor no bastan para brindar alivio. sea como sea, se puede obtener un poco de alivio con algunas inyecciones administradas directamente , nada menos que en las raíces de los nervios; pero como con todos los analgésicos, siempre se corre el riesgo de propiciar una dependencia de las drogas al usarlos, si el dolor persiste, se puede incluso echar mano a la ortopedia o hasta de la cirugía.

La alternativa quiropráctica

Los quiroprácticos corrigen el complejo de subluxación vertebral, mismo que causa una mala alineación de la columna vertebral y ejercen una nociva presión sobre los nervios. Los quiroprácticos alivian el estrés o tensión de los nervios de la espina dorsal, de las coyunturas y de los discos. Así como llevamos nuestro auto que lo revisen y lo arreglen, del mismo modo debemos hacernos un examen periódico de la columna vertebral para que nos la revisen y nos la corrijan.

¿Es la atención quiropráctica de la espina dorsal un tratamiento para la ciática? no. pero es un proceso para el análisis y la corrección del estrés de los nervios espinales ahora bien, si usted descubre que tiene problemas de ciática, un ajuste de la columna vertebral le será muy útil, cualquier paciente que padezca de la ciática requiere de una espina dorsal saludable.

Los resultados de la quiropráctica

Por décadas los quiroprácticos han observado y reportado acerca de las ventajas que revierten los ajustes de la columna de los pacientes que padecen de ciática y del dolor de pierna. Muchas víctimas de estos padecimientos se han dado cuenta de que la quiropráctica les daba mejores resultados que la tracción y las inyecciones para el dolor, salvándose a veces de la cirugía de la espalda.

No lo deje para después

La atención quiropráctica parece más eficaz para la ciática cuando se aplica cuando los problemas aparecen por primera vez. Sin embargo, aun para aquellos que han andado “del tingo al tingo” , con los médicos tradicionales , la quiropráctica puede aportar excelentes resultados.

la gente que ha padecido de lumbo – ciatalgia (dolor de la espalda baja) y otros padecimientos de los discos , como las protuberancias lumbares, y que han recibido primero tratamientos médicos tales como la fisioterapia y las medicinas, sin resultados positivos, recibieron atención quiropráctica y reportaron una mejoría significativa.

En muchos casos nunca es demasiado tarde para gozar de los beneficios de la atención quiropráctica, pero por favor, no se vaya a quedar a quedar esperando con los brazos cruzados.

Conclusión:

Para millones de víctimas de la ciática, esta alternativa, singular para la salud ha sido una verdadera bendición. si se le desalinea la espina dorsal o si se le distorsiona , puede dañar (aprisionar o tensar) a los mismos nervios que supuestamente debe proteger. Los nervios aprisionados o tensos pueden alterar el delicado desempeño del sistema nervioso, debilitar el cuerpo y predisponerle a enfermarse y a caer presa de otros dolores y achaque. si durante el transcurso de su vida se hace revisar los dientes, la presión arterial y la vista – ¿por qué no revisarse entonces la espalda?