

A porckorongsérv – köznyelvi kifejezéssel gerincsérv – gyakori probléma, különösen a középkorúaknál. Az esetek többségében természetes kopásos folyamatok állnak a háttérben, és sokszor akkor is kimutatható képzővizsgálattal (például MR-rel), ha semmilyen komoly panaszt, tünetet nem okoz.

A jó hír: a legtöbb porckorongsérv **műtét nélkül is eredményesen kezelhető**. A megfelelő konzervatív terápia – például gyógyszeres kezelés, gyógytorna, fizikoterápia, idegblokád kezelések – sok esetben elegendő a tünetek enyhítéséhez és akár a teljes gyógyuláshoz is.

TUDNIVALÓK A PORCKORONGSÉVRŐL ÉS ANNAK KEZELÉSÉRŐL:

- A betegek kb. **70%-ának** alsó végtagi **fájdalma műtét nélkül, 6–12 héten belül megszűnik**.
- A kezelést követően **az izomerő az esetek 80%-ában legkésőbb 1 éven belül teljesen visszatér** - függetlenül attól, hogy műtétrel vagy műtét nélkül gyógyult a beteg.
- Hosszabb távon **nincs számottevő különbség** a műtéti és nem műtéti kezelések eredményességében.
- Fontos tisztában lenni azzal, hogy **a sérv kiújulhat**: 1 éven belül az esetek 6%-ában, 4 éven belül pedig 10%-ban.
- A porckorongsérvvel foglalkozó nagy tanulmányok esettanulmányai alapján **műtétre általában az erős fájdalmak jelentkezését követően legkorábban 8 hét elteltével kerül sor** - de csak akkor, ha a konzervatív kezelés nem hoz javulást.

Van olyan helyzet, amikor a műtétet mielőbb (ideális esetben akár 24 órán belül) **el kell végezni:**

- ha súlyos alsó végtagi gyengeség/bénulás esetében alakul ki,
- vagy széklet-, esetleg vizeletretenció/indítási nehézség lép fel.

Minden más esetben műtét csak relatíve indokolt. A műtét előnye, hogy a beteg panaszai – a fájdalom és izomgyengeség – gyorsabban enyhülnek. **Ugyanakkor a műtétnek is vannak kockázatai**, például: fertőzés (1–2%), ideggyök-hegesedés (1–5%), gerincvív-szivárgás (3%), és ritkán, de előfordulhat bénulás, tartási képtelenség vagy szexuális működési zavar (<1%).

MIT JAVASLUNK?

- Az erős fájdalmak megjelenése után **legalább 8 hétig érdemes várni** a műtétrel, mert nagy esély van a gyógyulásra konzervatív (nem műtéti) kezelésekkel is.
- **Konzervatív kezelés esetén** általánosságban javasolt **2 hetente kontrollvizsgálaton** részt venni, amíg a panaszok enyhülnek vagy megszűnnek.
- Ugyanakkor **ha az állapot rosszabbodik**, erősödnek a fájdalmak, fokozódik az alsó végtagi gyengeség vagy zsibbadás kiterjedése, széklet- vagy vizeletretenció, illetve ürítési nehézségek jelentkeznek, úgy **haladéktalan orvosi kontroll** szükséges!

FOGLALJUK ÖSSZE!

Porckorongsérv esetében mikor tartjuk indokoltnak a műtétet?

1. Ha a fájdalmak tűrhetetlenek, akár már az első 8 hétben is - de fontos tudni, hogy **megfelelő gyógyszeres kezelés mellett ez nagyon ritkán** fordul elő.
2. Súlyos alsó végtagi izomgyengeség, bénulás esetén.
3. Ha a porckorongsérv széklet- és vizeletretenció/indítási nehézséget okoz.
4. 8 hét után is fennálló panaszok esetében, a beteg kérésére.