

CZĘSTO SPOTYKANE ZAŁOŻENIA, KTÓRE MOGĄ OPÓŹNIĆ WIZYTĘ U LEKARZA:

Choroby wywołujące zapalny ból pleców często są rozpoznawane zbyt późno⁶. **Może to mieć negatywny wpływ na fizyczne i emocjonalne samopoczucie chorego oraz na jego funkcjonowanie w społeczeństwie, a konsekwencje opóźnienia mogą być długotrwałe lub wręcz nieodwracalne⁸.**



**WIARA W TO,
ŻE SAMODZIELNIE
MOŻNA SOBIE PORADZIĆ
Z PROBLEMEM
(PRZY POMOCY LEKÓW
PRZECIWBÓLOWYCH
WYDAWANYCH BEZ RECEPTY)**



**ZAŁOŻENIE, ŻE SAMA
FIZJOTERAPIA WYSTARCZY,
BY WYELIMINOWAĆ BÓL
PLECÓW**



**PRZEKONANIE,
ŻE BÓL PLECÓW JEST
NIEODŁĄCZNYM ELEMENTEM
PROCESU STARZENIA SIĘ
I JEST WYNIKIEM
NATURALNEGO „ZUŻYWANIA
SIĘ” ORGANIZMU**



**PRZEKONANIE, ŻE BÓL
PLECÓW, TRWAJĄCY
NAWET 3 MIESIĄCE,
W KOŃCU ZNIKNIE SAM**



**PRZEKONANIE,
ŻE BÓL PLECÓW
JEST WYNIKIEM PROBLEMÓW
Z POSTAWĄ PODCZAS
SIEDZENIA LUB SPANIA**

**NIE
ODWRACAJ SIĘ
PLECAMI
OD BÓLU**

Piśmiennictwo

1. Koes BW, van Tulder MW, Thomas S. Diagnosis and treatment of low back pain. *BMJ*. 2006;332:1430. 2. National Ankylosing Spondylitis Society (NASS). *Differentiating inflammatory and mechanical back pain*. 2012. 3. Cohen SP, Argoff CE, Carragee EJ. Management of low back pain. *BMJ*. 2008;337:a2718. 4. Hamilton L, Macgregor A, Warming V, et al. The prevalence of inflammatory back pain in a UK primary care population. *Rheumatology (Oxford)* 2014;53:161-4. 5. Lipton S, Deodhar A. The new ASAS classification criteria for axial and peripheral Spondyloarthritis. *Int J Clin Rheumatol*. 2012;7(6):675-682. 6. Rudwaleit M, Sieper J. Referral strategies for early diagnosis of axial spondyloarthritis. *Nat Rev Rheumatol*. 2012;8:262-8. 7. Sieper J, Braun J, Rudwaleit M, et al. Ankylosing spondylitis: an overview. *Ann Rheum Dis*. 2002;61(Suppl 3):iii8-18. 8. Dagfinrud H, Mengshoel AM, Hagen KB, et al. Health status of patients with ankylosing spondylitis: a comparison with the general population. *Ann Rheum Dis*. 2004;63:1605-1610. 9. Sieper J, et al. The Assessment of Spondyloarthritis International Society (ASAS) handbook: a guide to assess spondyloarthritis. *Ann Rheum Dis* 2009;68:ii1-ii44.

Inicjatywa sfinansowana i zorganizowana przez AbbVie.
Copyright © 2014 AbbVie Inc. North Chicago, Illinois, U.S.A.
Data opracowania: luty 2014

abbvie

CZY ODCZUWASZ BÓL PLECÓW OD CO NAJMNIJ 3 MIESIĘCY?

Jeśli tak, to Twój ból
ma charakter przewlekły¹.
Przewlekły ból pleców
to poważny problem zdrowotny¹.

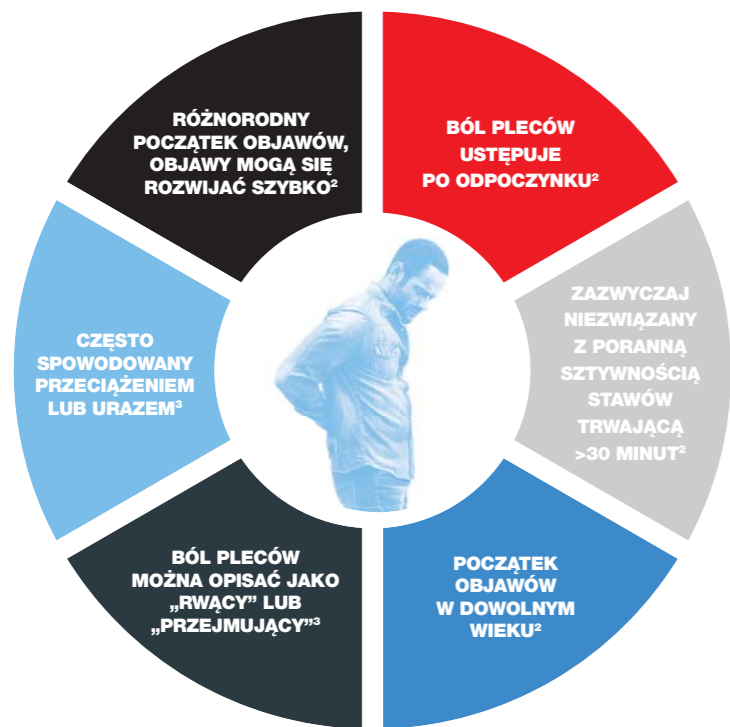
abbvie

PL-HUR150362



**NIE
ODWRACAJ SIĘ
PLECAMI
OD BÓLU**

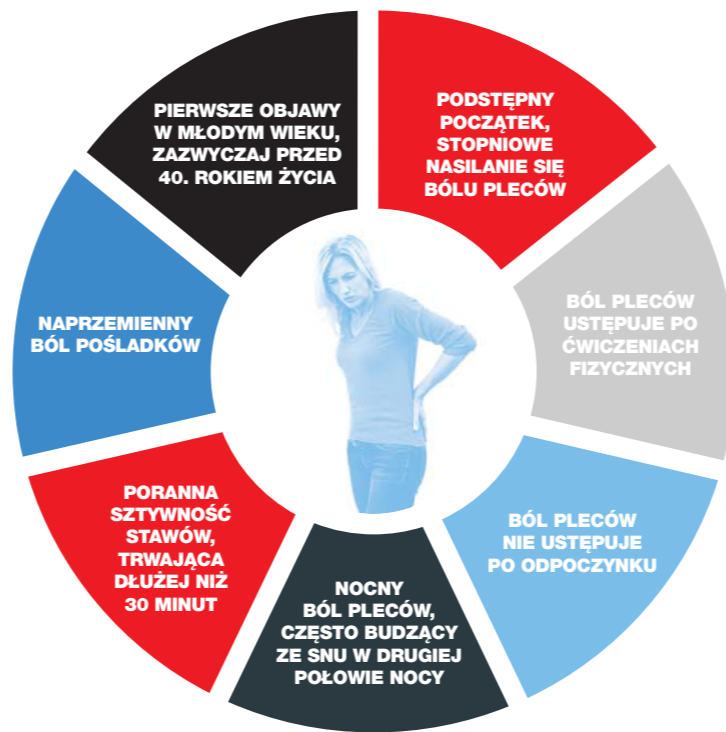
SPRAWDŹ CZY TWÓJ BÓL PLECÓW MOŻE MIEĆ CHARAKTER „PRZECIĄŻENIOWY”?



Istnieją różne rodzaje bólu pleców, dlatego jest niezwykle ważne, by jak najwcześniej ustalić, jaki charakter ma ból, który odczuwasz i by rozpocząć właściwe leczenie².

W większości przypadków ból pleców ma charakter przeciążeniowy i jest spowodowany przeciążeniem mięśni, ścięgien lub więzadeł przykręgosłupowych lub urazem. Jednak u około **3% osób** przyczyną bólu pleców jest choroba zapalna⁴. Wczesne rozpoznanie i odpowiednie leczenie przyczyn zapalnego bólu pleców jest niezwykle ważne i może pomóc zmniejszyć odczuwany ból.

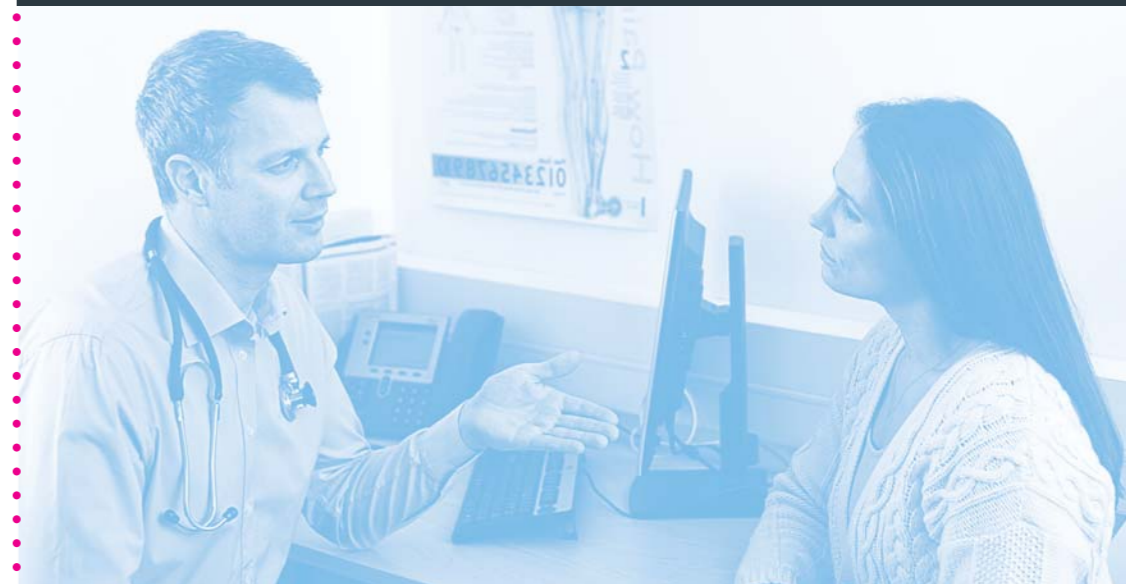
SPRAWDŹ CZY TWÓJ BÓL PLECÓW MOŻE MIEĆ CHARAKTER ZAPALNY⁹?



Zapalny ból pleców jest często mylony z bólem pleców o charakterze przeciążeniowym albo przyjmowany jako „nieodłączny element naszego życia”. W niektórych przypadkach prawidłowe rozpoznanie przyczyny zapalnego bólu pleców może zająć nawet **10 lat**⁶.

Choroby powodujące zapalny ból pleców mogą mieć poważny wpływ na życie człowieka. Sprawiają one, że wykonywanie codziennych czynności, takich jak praca zawodowa, uprawianie sportu, a nawet sen, staje się trudne lub niemożliwe. **Z czasem, niektóre choroby mogą prowadzić do ograniczenia ruchomości stawów, a w ciężkich przypadkach nawet do zrośnięcia się kości kręgosłupa**⁷.

KIEDY UDAĆ SIĘ DO LEKARZA?



- Jeśli odczuwasz ból pleców od co najmniej **3 miesięcy**, zgłoś się do lekarza, by rozpoznać przyczynę bólu i ustalić właściwy sposób postępowania.
- Dodatkowe informacje oraz krótki **Kwestionariusz objawów** są dostępne na stronie: www.kiedybolaplecy.pl – pomogą one zorientować się, czy ból pleców może mieć podłoże zapalne.

www.kiedybolaplecy.pl