

## **Bóle kręgosłupa, w tym lędźwiowego odcinka.**

Przyczyną bólu kręgosłupa najczęściej są zmiany zwyrodnieniowe kręgosłupa, dyskopatia, bóle pochodzenia mięśniowego. Charakterystycznym jest ograniczenia czynno-biernych ruchów, nasilenia bólu przy pochylaniu się, poruszaniu się.

### **Dlatego zalecane:**

1. Leki przeciwbólowe w różnej formie podawania  
Poinformuj lekarza, jeżeli masz uczulenia na leki przeciwbólowe, zgagę, wszystkie choroby przewlekłe, które mogą być przeciwwskazaniem do niektórych leków. Leki z takim działaniem dostępne bez recepty- Nurofen, Ibuprofen, Paracetamol, Aglan
2. Leki rozkurczające mięśni (Sirdalud, Midocalm, Tiocolis).  
Uważaj na stosowanie tych leków przy prowadzeniu samochodu
3. Wit B1+B6+ B12 (najczęściej w postaci leku kombinowanego)
4. Inne leki (rozgrzewające maści, plastry) - w większości dostępne bez recepty.

Zawiadom lekarza w razie występowania niepożądanych objawów – problemu z oddawaniem moczu, problemu z oddawaniem stolca, gorączka, bóle brzucha itp. Zawiadom lekarza, jeżeli ból występuje po urazie.

Po badaniu, lekarz, może zdecydować się na dodatkowe badania: RTG, badanie moczu, morfologię lub inne badania, skierowanie do specjalisty, skierowanie na rehabilitację. **(właściwe podkreślić w wersji ukraińskiej).**

Dostaniesz skierowanie od lekarza.



## **Біль у спині, в тому числі в поперековій області.**

Найчастішими причинами болю в спині є дегенеративні зміни хребта, дископатія, болі м'язового походження. Характерним є обмеження активних і пасивних рухів, посилення болю при згинанні і русі.

### **Тому рекомендується:**

1. анальгетики в різних формах введення  
Повідомте лікаря, якщо у вас алергія на знеболюючі препарати, печія, хронічні захворювання, бо вони можуть бути протипоказанням до деяких ліків.  
Безрецептурні препарати з цією дією - Нурофен, Ібупрофен, Парацетамол, Аглан
2. Міорелаксанти (Сірдалуд, Мідокалм, Тіоколіс).  
Будьте обережні з використанням цих препаратів під час керування автомобілем
3. Віт В1 + В6 + В12 (найчастіше у вигляді комбінованого препарату)
4. Інші ліки (зігріваючі мазі, пластирі) - переважно без рецепта.

Повідомте лікаря у разі будь-яких інших симптомів - проблеми з сечовипусканням, проблеми зі стільцем, підвищення температури, біль у животі тощо. Повідомте лікаря, якщо біль виник після травми.

Після огляду лікар може прийняти рішення про додаткові дослідження: рентген (RTG), дослідження сечі (badanie moczu), загальний аналіз крові (morfologia) або інші дослідження, направлення до спеціаліста (skierowanie do specjalisty), направлення на реабілітацію (skierowanie na rehabilitację)  
**(właściwe podkreślić w wersji ukraińskiej).**

Ви отримаєте направлення від лікаря.



## **Боли в спине, в том числе в поясничной области.**

Чаще всего причиной боли в спине являются дегенеративные изменения в позвоночнике (остеохондроз), в межпозвоночных дисках, мышечные боли. Характерным является ограничение активных и пассивных движений, усиление боли при наклонах, движениях.

**Поэтому обычно назначают следующие препараты:**

1. Обезболивающие лекарства в разной форме введения.  
Сообщите врачу, если у вас есть аллергия на обезболивающие лекарства, изжога; проинформируйте о всех своих хронических заболеваниях, которые могут быть противопоказанием к применению некоторых лекарственных препаратов. В аптеке доступны без рецепта следующие обезболивающие препараты - Нурофен, Ибупрофен, Парацетамол, Аглан.
2. Миорелаксанты (Сирдалуд, Мидокалм, Тиоколис)  
Будьте осторожны с применением этих лекарств во время вождения автомобиля.
3. Витамины B1+B6+B12 (чаще всего в виде комбинированных препаратов)
4. Другие лекарства (разогревающие мази и пластыри) - в основном доступны без рецепта.

Сообщите врачу, если у вас появятся какие-либо новые симптомы - проблемы с мочеиспусканием, дефекацией, высокая температура, боли в животе и т.д. Сообщите, если симптомы появились после полученной травмы.

После осмотра, врач может направить вас на дополнительные обследования: рентген (RTG), анализы мочи (badanie moczu) и крови (morfologia) и др., на консультацию к специалисту (skierowanie do specjalisty), на реабилитацию (skierowanie na rehabilitację), **(właściwe podkreślić w wersji rosyjskiej)**.

В этом случае вы получите соответствующее направление от врача.

