La enfermedad discal degenerativa (DDD, por sus siglas en inglés) de la columna lumbar es un padecimiento relativamente común entre las personas de edad avanzada.

Los discos intervertebrales funcionan como amortiguadores de cualquier impacto que pudiera sufrir la columna y, a medida que envejecemos, éstos se van secando, y pierden su resistencia y elasticidad. En la mayoría de las personas estos cambios se presentan de forma gradual. De hecho, muchos de nuestros pacientes no se enteran de que tienen enfermedad discal degenerativa, sino hasta que se les examina por algún otro problema de salud.

Síntomas de la Enfermedad Discal Degenerativa Lumbar

Por lo general, la degeneración discal en sí no representa ningún problema; es parte natural del proceso de envejecimiento. Sin embargo, puede ser la causa de que los discos pierdan altura y se estrechen las vías nerviosas, dando como resultado el pellizcamiento de los nervios, inflamación y dolor. En casos severos, este dolor neurogénico puede ser constante. Debido a que la degeneración del disco (el “amortiguador”) hace que exista presión entre los huesos de la columna, la DDD también puede producir dolor mecánico.

Diagnóstico de la Enfermedad Discal Degenerativa Lumbar

Pruebas diagnósticas. Por lo general, empezaremos por una placa radiográfica, que nos permitirá descartar otros problemas, como tumores e infecciones.

Resonancia magnética (MRI, por sus siglas en inglés) que ayudará a evaluar el grado de degeneración discal, y, en especial, a identificar si existe pérdida en la altura de los discos.

Tratamiento No-Quirúrgico de la DDD

Medicamentos analgésicos tales como el acetaminofén, además de antiinflamatorios y relajantes musculares.

Reposo temporal en cama, aunque en este caso alentar a que se levante y vaya reanudando sus actividades de forma gradual.

Fisioterapia:

Ejercicios de estiramiento, que mejoran la flexibilidad, y ejercicios de extensión, que ayudan a mantener la curva natural de la columna. La terapia a base de calor / frío, así como el masaje suave pueden también ser benéficos en el tratamiento de la lumbalgia.

Una vez que hayan desaparecido los síntomas agudos (por lo general en un lapso de dos o tres semanas), se recomienda iniciar un programa diario de ejercicios físicos. Éstos pueden incluir ejercicios aeróbicos de bajo impacto, tres veces por semana, y ejercicios diarios para la espalda.

From:
https://neurosurgerywiki.com/wiki/ - **Neurosurgery Wiki**

Permanent link:
https://neurosurgerywiki.com/wiki/doku.php?id=degeneracion_discal_lumbar

Last update: **2025/03/10 15:16**