

СИМПТОМИ

ДИАГНОЗА

ПОВЕДЕНИЕ

ЗАПОЧНЕТЕ ТУК

1. Болката се появи след:
- усукване
- травма
- вдигане на тежест
- други

Не



Отидете на 5^{ти} въпрос

Да



2. Имате ли тръпнене и/или болка, която се разпространява към седалището и краката?

Да



Може да имате
Дискова херния



Ако болката е много силна, ако сте изгубили чувствителност или не можете да се движите, или ако сте изгубили контрол над пикочния мехур и червата, **отидете незабавно** при лекуващия Ви лекар или в бърза помощ.

Не



3. Имате ли навършени 60 години и изпитвате ли постоянно болка?

Да



Може да имате
фрактура на
гърбначния стълб.



СПЕШНО
Веднага извикайте бърза помощ. Не шофирате.

Не



4. Изпитвате ли болка при извиване, навеждане и дори седане?

Да



Болката може да е причинена от мускулен спазъм, разтегнат мускул или дискова херния.



Използвайте противовъзпалителни лекарства и си почивайте. **Ако не усетите подобрение** или симптомите се задълбочат, консултирайте се с Вашия лекар.

Не



5. Усещате ли болка която ту се появява, ту утихва, и е започала за първи път през тийнейджърските Ви години?

Да



Може да имате спондилолистеза – когато един гръбначен прешлен се приплъзне върху друг, или спондилоза – артрит на прешлените.



Посетете своя лекар. Използвайте противовъзпалителни лекарства, за да облекчите болката.

Не



6. Имате ли температура?

Не



Отидете на 8^{ми} въпрос

Да



7. Имате ли кръв в урината и болка от едната страна на гърба, придружена с парене при уриниране?

Да



Може да имате бъбречна инфекция като пиелонефрит. Може да имате и камъни в бъбреците, които да доведат до бъбречна инфекция и да причинят болка, кръв и парене при уриниране, без висока температура.



Посетете **незабавно** своя лекар.

Не



Може да имате вирусно заболяване като грип например.



Посетете своя лекар. Той ще Ви назначи аналгетици и/или антипиретици, за да понижите температурата, заедно с лекарства против простуда, за повлияване и на другите симптоми. Ако нямате подобрение или ако състоянието Ви се влоши, **незабавно** потърсете специализирана помощ

8. Усещате ли гърба си схванат и болезнен, а другите стави сковани, болезнени, отточни или зачервени?

Да



Може да имате анкилизираш/анкилозиращ спондилит – форма на артрит, която засяга гръбнака. Други форми на артрит също могат да причинят болка.



Консултирайте се със своя личен лекар. Използвайте противовъзпалителни лекарства. Ако не усетите подобрение и ако болката е твърде силна или се влошите, **посетете специалист.**

Не



9. Бременна ли сте?

Да



Бременността може да доведе до напрежение в долната част на гърба.



Консултирайте се със своя **акушер-гинеколог** ако болката не отшуми, задълбочава се или ако е придружена с кръвене.

Не



10. Съсредоточена ли е болката в долната част на гръбнака и усещате ли тя да се разпространява към седалището и краката?

Да



Може да имате дискова херния.



Посетете своя лекар. Използвайте противовъзпалителни лекарства за облекчаване на болката. Ако болката е много силна или не можете да контролирате пикочния си мехур и червата, консултирайте се със специалист или незабавно отидете в бърза помощ.

Не



За повече информация моля свържете се с личния си лекар. Ако смятате, че проблемът е сериозен, свържете се незабавно с него/нея, за да получите специализирана помощ.

Тази схема е прегледана от лекари и е предназначена единствено за обучителни цели. Тя не бива да служи като алтернатива на медицинската консултация. Съдържащата се информация не бива да служи като основа за вземане на решение относно Вашето здраве. Винаги се консултирайте с личния си лекар по въпроси засягащи личното Ви здравословно състояние.

Източник: *American Academy of Family Physicians. Family Health & Medical Guide. Dallas: Word Publishing; 1996.*