

## REHABILITATION ALGORITHM AFTER LUMBAR MICRODISCECTOMY: CASE REPORT IN A SPURTER ATHLETE



**Vetro A, Mantia F, Bonomolo F, Mantia R**

Centro Medico Mantia, Palermo, Italy

### OBJECTIVE

To value the effectiveness, on a sprinter operated of microdiscectomy for disk herniation, of a rehabilitation algorithm in terms of reduction of the pain, of functional recovery and of improvement of the performance.

### METHODS

An athlete after the intervention of microdiscectomy L4-L5 has been submitted to a personal rehabilitation program previous suitable initial and constant evaluation monitoring of the physical-athletic equilibrium of the patient. The 5 month-training included an initial physio-therapeutic program, facing the reduction of the pain and the recovery of the range of motion, and a following program of idrotherapy combined to a program of athletic reconditioning for the recovery of the muscular strength.

### RESULTS

The athlete, after the period of rehabilitation post-surgical, has gotten a disappearance of the painful (VAS), a complete recovery of range of motion and an improvement of the specific strength muscular, reaching a complete functional recovery (OSWETRY LOW BACK PAIN) that allowed, after 9 months from the surgery, to get the best competitive athletic performance from the beginning of her activity.

### CONCLUSIONS

A personalized rehabilitation program, facing to the correction of the physical-athletic defects of the patient that have brought to pre-surgical pathology, allows a better functional post-surgical recovery, with a rapid and complete return to training and competitions.

### REFERENCES

1. **CHOI G, RAITURKER PP, KIM MJ, CHUNG DJ, CHAE YS, LEE SH.** The effect of early isolated lumbar extension exercise program for patients with herniated disc undergoing lumbar discectomy. *Neurosurgery.* 2005; 57(4): 764-72; discussion 764-72.

## ALGORITMO RIABILITATIVO POST MICRODISCECTOMIA LOMBARE: CASE REPORT SPRINTER AGONISTA



**Vetro A, Mantia F, Bonomolo F, Mantia R**

Centro Medico Mantia, Palermo, Italy

### OBIETTIVO

Valutare l'efficacia, su una sprinter operata di microdiscectomia per asportazione di ernia del disco, di un algoritmo riabilitativo in termini di riduzione del dolore, di recupero funzionale e di miglioramento della performance (1).

### METODI

Un'atleta dopo l'intervento di microdiscectomia L4-L5 è stata sottoposta ad un programma riabilitativo personalizzato previa adeguata valutazione iniziale e costante monitoraggio dell'equilibrio fisico-atletico della paziente. Il training, della durata di 5 mesi, ha incluso un programma fisioterapico iniziale, volto alla riduzione del dolore e al ripristino della mobilità articolare, ed uno successivo di idrokinesiterapia abbinato ad un programma di ricondizionamento atletico per il recupero della forza muscolare.

### RISULTATI

L'atleta, dopo il periodo di riabilitazione post chirurgica, ha ottenuto una scomparsa della sintomatologia dolorosa (VAS), un recupero articolare completo ed un miglioramento della forza muscolare specifica, raggiungendo un recupero funzionale completo (OSWETRY LOW BACK PAIN) che le ha consentito, dopo 9 mesi circa dall'intervento chirurgico, di ottenere la migliore prestazione atletica agonistica dall'inizio della sua attività.

### CONCLUSIONI

Un percorso riabilitativo personalizzato, mirato alla correzione dei difetti fisico-atletici della paziente che hanno portato alla genesi della patologia pre-chirurgica, permette un miglior recupero funzionale post chirurgico, con un rapido e completo ritorno all'allenamento e alle gare.

### BIBLIOGRAFIA

1. **CHOI G, RAITURKER PP, KIM MJ, CHUNG DJ, CHAE YS, LEE SH.** The effect of early isolated lumbar extension exercise program for patients with herniated disc undergoing lumbar discectomy. *Neurosurgery.* 2005; 57(4): 764-72; discussion 764-72.