

ECOLE DE CADRES DE KINÉSITHÉRAPIE  
"BOIS-LARRIS"  
60260 LAMORLAYE  
TÉL. 44 21 46 45

Test av traktionsbänk, Mastercare - Svenska Hälsobänken.

1. *Allmänna betraktelser:* Lumbal traktion genom lutning är numera en allmänt erkänd metod som hjälpmedel för fysioterapi, och den lindring som den erbjuder människor som lider av smärta i ländryggen är i många fall påtaglig. Den första frågan som måste tas upp är den medicinska indikationen: de berörda patienterna befinner sig i ett subakut skede eller så kan den också användas för att motverka smärtsamma återfall för "riskpersoner" som känner de första effekterna av en smärta som sannolikt kommer att förvärras.
2. *Klinisk tillämpning:* Det är vår upplevelse att Mastercare traktionsbänk är effektiv vid behandling av "stillasittande" ryggsmärta, dvs. "extrema positionssyndromet" för personer som sitter ner länge (handelsresenärer i bil, sekreterare, operatörer), för personer som ofta böjer sig framåt (sjuksköterskor som gör injektioner, tandläkare, industriarbetare som sätter etiketter eller kontrollerar korkar) eller för personer som ofta böjer sig ner utan att ens lyfta tunga laster. Hos denna typ av patienter har symtomen ofta avtagit under det första behandlingstillfället, medan det naturliga förloppet tidigare skulle ha varit en ökning av smärtan fram till ofrivillig orörlighet under ett par dagar.  
Å andra sidan har vi inte kunnat notera någon positiv reaktion hos personer vars smärtor i nedre delen av ryggen beror på en kraftig eller häftig ansträngning.
3. *Praktiska aspekter:* Vi anser att det viktigaste med bänken är mekanismen med tryckknapp som gör det möjligt att låsa bänken. Patienten känner sig därmed trygg genom att ha en hand på reglaget. Visserligen är det inte möjligt att göra en ortostatisk förberedande skiftning som rekommenderas av andra utvecklare, men enligt vår erfarenhet har ingen negativ effekt uppmärksammats.  
Det bör understrykas att vi aldrig överskred en lutning på  $-30^\circ$  och att flera patienter hade svårigheter med  $-15^\circ$ , vilket är det värde vid vilket en känsla av dragning i ländryggen uppstår. Avsaknaden av yrselreaktioner kan tillskrivas det faktum att vår målgrupp aldrig var äldre än 55 år och att den bestod av generellt sett friska personer.
4. *Övrigt:* Bänken har använts för att ta röntgenbilder av barn med skolios, inom ramen för en studie som syftade till att jämföra effekterna av occipital suspension respektive inversion suspension för att minska avvikelserna.

ERIC VIEL  
"BOIS LARRIS"  
60260 LAMORLAYE

**ECOLE DE CADRES DE KINÉSITHÉRAPIE**  
**"BOIS-LARRIS"**  
**60260 LAMORLAYE**  
**TÉL. 44 21 46 45**

**Testing of the inversion table, Mastercare - The Swedish Back Care System.**

1. *General considerations:* The lumbar traction by inversion is a recognized technique nowadays as an aid to the physiotherapy and the relief it brings to people suffering from lowerback pain is in many cases real. The first matter to be addressed is the medical indication: the patients concerned are in a subacute phase or it can also be used for preventing painful recurrence for "at risk" people who feel the first effects of a pain that is likely to get worse.

2. *Clinical use:* In our experience the Mastercare inversion table is useful in treating "sedentary" backache, i.e. the "extreme position syndrome" for the person remaining seated for a long time (commercial traveller in car, secretary, operator), for the person who often bends forward (nurse putting perfusions, dentist, production line workers like tags sticking or corks checking) or for people who often bend down, without even lifting heavy loads. With this type of patients, symptoms have often decreased during the first session of inversion, whereas previously the normal course of the ailment would have been an increase of the pain up to the forced immobilisation for a couple of days.

On the other hand, we did not notice any positive reaction with persons whose mechanical lowerback pain is due to a violent or brutal effort.

3. *Practical aspects:* In our opinion, the main point with the table is the system of clutch with push button that allows for stopping the table. The patient thereby feels secure by keeping a hand on the control. Obviously it does not allow for orthostatic preparation swinging recommended by other designers but in our experience no adverse effect has been detected.

It must be emphasised that we never exceeded  $-30^\circ$  of inverted position and that several patients contended themselves with  $-15^\circ$ , value at which a feeling of traction in the lumbar column appears. The absence of vertiginous reaction can be attributed to the fact that our population never exceeded 55 years of age and was composed of generally healthy people.

4. *Miscellaneous:* The table has been used for taking radiographs of children with scoliosis, within the scope of a study aimed to compare the effects of the occipital suspension vs inversion suspension in order to reduce the deformation.

ERIC VIEL  
"BOIS LARRIS"  
60260 LAMORLAYE

Translated by - Utvecklingsfonden, Sweden.

© Mastercare AB