

ВАКУУМ (БАНОЧНА) ТЕРАПІЯ-ЯК МЕТОД ЛІКУВАННЯ ХРОНІЧНОГО НЕСПЕЦИФІЧНОГО М'ЯЗОВОГО БОЛЮ

Ольга Соломенцева, Наталія Селюкова

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

Анотація. Представлений матеріал із застосування баночного масажу як метода лікування хронічного неспецифічного м'язового болю (ХНМБ). ХНМБ є поширеною проблемою, що значно погіршує якість життя та працездатність. Існуючі методи лікування часто не дають стійкого ефекту або мають побічні дії. Вакуумна (баночна) терапія є давнім методом, який набуває все більшої популярності як потенційний засіб для полегшення болю.

Ключові слова: баночна терапія, хронічний біль, неспецифічний м'язовий біль, біль у спині, біль у шії, міалгія.

Abstract. The material on the use of cupping massage as a method of treatment of chronic nonspecific muscle pain (CNMP) is presented. CNMP is a common problem that significantly impairs the quality of life and performance. Existing treatments often do not have a lasting effect or have side effects. Vacuum therapy is an ancient method that is gaining popularity as a potential means of pain relief.

Keywords: vacuum therapy, chronic pain, nonspecific muscle pain, back pain, neck pain, myalgia.

Вступ. Хронічний неспецифічний м'язовий біль (ХНМБ) є поширеним станом, що характеризується тривалим болем у м'язах, який не має чіткої органічної причини. Наприклад через травми, інфекції або запалення. Хронічний м'язовий біль є однією з найчастіших причин звернення до лікарів, особливо серед дорослого населення. Він може знижувати працездатність та збільшувати витрати на медичне обслуговування. Цей біль значно погіршує якість життя людини, обмежує її рухливість, працездатність та спричиняє емоційний дискомфорт. Проблема полягає у пошуку ефективних та безпечних методів лікування цього стану [1]. Багато пацієнтів шукають альтернативні або комплементарні методи лікування, оскільки традиційні підходи

(медикаментозна терапія, фізіотерапія) не завжди є достатньо ефективними або мають побічні ефекти [2]. Через зростаючий інтерес до немедикаментозних методів лікування у світі спостерігається тенденція до використання більш природних та менш інвазивних методів лікування хронічних захворювань, включаючи біль. Незважаючи на широке використання баночної терапії в традиційній медицині, наукові докази її ефективності при хронічному неспецифічному м'язовому болю все ще досліджуються та є неоднозначними [3]. Тому актуальним є проведення якісних досліджень для визначення її реальної користі та безпеки. Лікування хронічного болю часто потребує індивідуального підходу, і баночна терапія може бути одним з елементів комплексного лікування для певних пацієнтів.

Мета дослідження. Проаналізувати існуючі наукові дані щодо ефективності вакуумної (баночної) терапії в лікуванні ХНМБ. Розглянути потенційні механізми дії вакуумної терапії на м'язову тканину та больові відчуття. Оцінити переваги та обмеження використання даного методу в клінічній практиці.

Матеріали та методи. Для збору необхідної інформації було проведено систематичний пошук у наукових базах даних PubMed та Web of Science, а також у пошуковій системі Google Scholar для виявлення досліджень.

Результати дослідження. Баночна терапія – це терапевтична техніка, яка використовує вакуумну силу, що створюється під невеликим сосудом, що прикладається до поверхні шкіри. Цей підхід фокусується на властивостях крові та аутологічних речовинах [1].

Банки поділяються на дві основні процедури – мокрі та сухі банки. В обох техніках використовуються контейнери різних матеріалів для створення вакууму над певною ділянкою шкіри. Однак всмоктування застосовується при процедурі мокрих банок для вилучення невеликих кількостей крові та позаклітинної рідини з організму, після створення невеликих надрізів або поверхневих садн шкіри, в значно менших кількостях, ніж при звичайних методах кровопускання [4].

Нині баночна терапія сприймається як доповнення, а не заміна традиційного медичного лікування. Щодо розглядання теорій механізмів, що лежать в основі баночної терапії, то жодна з теорій неспроможна пояснити механізми дії, які у основі баночної терапії, і навіть її множинні ефекти. Баночна терапія виконується кількома окремими техніками відповідно до типу банок. Кожна техніка може відповідати за певні зміни у клітинах, тканинах та органах. Один або кілька терапевтичних ефектів банок можуть бути частково пояснені однією теорією або декількома парадигмами. Зменшення болю, зміни біомеханічних властивостей шкіри та прискорення циркуляції крові можна пояснити теорією больових воріт, дифузним інгібіторним контролем та теорією рефлекторних зон. Розслаблення м'язів, специфічні зміни у місцевих тканинних структурах та посилення циркуляції крові можна пояснити теорією вивільнення оксиду азоту. Крім того, імунологічна модуляція та гормональне регулювання, пов'язані більше з протизапальною дією баночної терапії, можуть бути пояснені теорією активації імунної системи. Виведення токсинів, сечової кислоти, ліпопротеїнів, сироваткової глутамат-щавлевооцтової трансамінази, заліза та важких металів можна пояснити теорією детоксикації крові [5, 6].

Застосування однієї процедури для оцінки множинних ефектів слід розглядати як обмеження даного дослідження. Залишається складним визначити, який саме елемент або етап баночної терапії зумовлює отримані результати. Механізми дії окремих складових цієї терапії досі недостатньо вивчені, що ускладнює формування цілісного наукового уявлення про принципи її впливу на організм. Вищезгадані механізми баночної терапії не можуть пояснити всі її ефекти, і необхідні подальші дослідження для розробки більшої кількості теорій цієї традиційної методики лікування [7].

Згідно з даними систематичного огляду, вакуумна терапія має потенціал стати ефективним методом лікування для пацієнтів із хронічним больовим синдромом [8, 9]. Водночас, наявна доказова база характеризується високою гетерогенністю та ризиком систематичних похибок у включених дослідженнях, що знижує загальну надійність результатів. У зв'язку з цим необхідне проведення високоякісних клінічних досліджень, у яких вакуумна терапія буде

порівнюватися як із фіктивними процедурами (плацебо), так і з іншими визнаними методами лікування, з обов'язковим дотриманням належної дослідницької методології та стандартів оцінки ефективності й безпеки втручання.

Докази високої та середньої якості вказують на те, що вакуумна терапія значно зменшує біль, ХНМБ та непрацездатність. Ефективність вакуумної терапії при поперековому болю варіюється в залежності від тривалості лікування, типів вакуумної терапії, місць лікування та класифікацій поперекового болю. Екסקація (витягування шкіри всередину банки під час баночної терапії) продемонструвала чудовий та стійкий ефект на зменшення болю в порівнянні з медикаментозним лікуванням та звичайним доглядом. Помітна неоднорідність серед досліджень викликає сумніви щодо достовірності цих результатів. Подальші дослідження мають бути розроблені з використанням стандартизованої маніпуляції вакуумної терапії, яка визначає сеанси лікування, частоту, типи вакуумної терапії та місця лікування. Фактичні терапевтичні ефекти вакуумної терапії можуть бути підтверджені об'єктивними оцінками болю. Для вивчення довгострокової ефективності вакуумної терапії при лікуванні поперекового болю необхідні дослідження зі спостереженням щонайменше шість-дванадцять місяців [2].

Так, дуже часто баночна терапія використовується як метод полегшення болю, і тепер поширена на широкий спектр медичних станів. Останні дані показують, що ця терапія може запропонувати потенційні переваги при різних станах, таких як міофасціальний біль, біль у попереку, анкілозуючий спондиліт, остеоартрит коліна, біль у шиї, оперізуючий лишай, мігрень. При станах, пов'язаних з болем, баночна терапія може використовуватися як корисне втручання, оскільки вона знижує рівень болю та покращує приплив крові до ураженої області з низькими побічними ефектами.

Клінічне дослідження підтвердило, що баночна терапія була ефективніша у поліпшенні болю та функціональної інвалідності у людей з постійним неспецифічним болем у попереку порівняно з фіктивною терапією. Один сеанс сухої баночної терапії може бути ефективним короткостроковим методом

лікування для негайного зменшення болю [10]. Але існують результати клінічних досліджень, які не узгоджуються з цим висновком. Баночна терапія не перевершила фіктивну баночну терапію для покращення болю, фізичних функцій, рухливості, якості життя, психологічних симптомів або використання ліків у людей з неспецифічним хронічним болем у попереку. Незважаючи на це, Національний центр комплементарної та інтегративної охорони здоров'я (США) стверджує що, хоча баночна терапія може мати деякий ефект у зменшенні болю, наявних доказів нині недостатньо. Крім того, дослідження цієї форми терапії зросли, а як і раніше, не вистачає всебічних оглядів, які узагальнюють ефективність банкової терапії в лікуванні станів, пов'язаних з болем.

Висновки. Баночна терапія є перспективним методом лікування різних захворювань, пов'язаних з болем, зокрема ХНМБ. Вона ефективна при лікуванні хронічного болю, остеоартриту коліна, болю в попереку, болю в шії, хронічного болю в спині та оперізуючого лишая. Проте якість доказів, що підтверджують ці результати, переважно низька, при цьому докази середньої якості ще менш доступні, а високоякісних немає. Тому для підкріплення цих результатів також необхідні якісніші клінічні дослідження для отримання вищого рівня доказів. Тим не менш, потенційні переваги баночної терапії у клінічній практиці роблять її цінним втручанням для подальших досліджень та впровадження. Більш того, вона являє собою перспективну, безпечну і ефективну нефармакологічну терапію, яка заслуговує на ширше застосування та просування.

Перспективи подальших досліджень. Баночна терапія демонструє перспективність як нефармакологічний метод лікування різних больових синдромів, зокрема при остеоартриті колінних суглобів, болю в попереку, шії, хронічному болю в спині та при оперізуючому лишайі. Однак, незважаючи на позитивні клінічні результати, наявні дослідження здебільшого базуються на доказах низької або середньої якості, що обмежує їхню достовірність та узагальнення у широкій практиці.

У цьому контексті актуальним є проведення багатоцентрових, рандомізованих контрольованих досліджень з високим рівнем методологічної якості. Особливу увагу слід приділяти стандартизації протоколів застосування баночної терапії, вивченню механізмів її дії, тривалості ефекту та взаємодії з іншими методами фізичної реабілітації.

З огляду на безпечність, доступність та потенційну ефективність, баночна терапія заслуговує на подальше наукове обґрунтування та ширше впровадження в клінічну практику як складова інтегрованого підходу до лікування больових станів.

Література / References

1. Ghods R., Sayfour N., Ayati M. H. Anatomical Features of the Interscapular Area Where Wet Cupping Therapy Is Done and Its Possible Relation to Acupuncture Meridians // Journal of acupuncture and meridian studies. – 2016. – Vol. 9, № 6. – P. 290–296. – DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jams.2016.06.004>.
2. Zhang Z., Pasapula M., Wang Z., Edwards K., Norrish A. The effectiveness of cupping therapy on low back pain: A systematic review and meta-analysis of randomized control trials // Complementary therapies in medicine. – 2024. – Vol. 80. – Article ID: 103013. – DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2024.103013>.
3. van der Gaag W. H., Roelofs P. D., Enthoven W. T., van Tulder M. W., Koes B. W. Non-steroidal anti-inflammatory drugs for acute low back pain // The Cochrane database of systematic reviews. – 2020. – Vol. 4, № 4. – Article ID: CD013581. – DOI: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD013581>.
4. Aboushanab T. S., AlSanad S. Cupping Therapy: An Overview from a Modern Medicine Perspective // Journal of acupuncture and meridian studies. – 2018. – Vol. 11, № 3. – P. 83–87. – DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jams.2018.02.001>.
5. Kang D., Shin W. C., Kim T., Kim S., Kim H., Cho J. H. та ін. Systematic review and meta-analysis of the anti-obesity effect of cupping therapy // Medicine. – 2023. – Vol. 102, № 24. – Article ID: e34039. – DOI: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000034039>.
6. El-Shanshory M., Hablas N. M., Shebl Y., Fakhreldin A. R., Attia M., Almaramhy H. H. та ін. Al-hijamah (wet cupping therapy of prophetic medicine)

significantly and safely reduces iron overload and oxidative stress in thalassemic children: a novel pilot study // Journal of blood medicine. – 2018. – Vol. 9. – P. 241–251. – DOI: <https://doi.org/10.2147/JBM.S170523>.

7. Moura C. C., Chaves É. C. L., Cardoso A. C. L. R., Nogueira D. A., Corrêa H. P., Chianca T. C. M. Cupping therapy and chronic back pain: systematic review and meta-analysis // Revista latino-americana de enfermagem. – 2018. – Vol. 26. – Article ID: e3094. – DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2888.3094>.

8. Cramer H., Klose P., Teut M., Rotter G., Ortiz M., Anheyer D. та ін. Cupping for Patients With Chronic Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis // The journal of pain. – 2020. – Vol. 21, № 9–10. – P. 943–956. – DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2020.01.002>.

9. Shen W. C., Jan Y. K., Liao B. Y., Lin Q., Wang S., Tai C. C., Lung C. W. Effectiveness of self-management of dry and wet cupping therapy for low back pain: A systematic review and meta-analysis // Medicine. – 2022. – Vol. 101, № 51. – Article ID: e32325. – DOI: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000032325>.

10. Wang Y. T., Qi Y., Tang F. Y., Li F. M., Li Q. H., Xu C. P. та ін. The effect of cupping therapy for low back pain: A meta-analysis based on existing randomized controlled trials // Journal of back and musculoskeletal rehabilitation. – 2017. – Vol. 30, № 6. – P. 1187–1195. – DOI: <https://doi.org/10.3233/BMR-169736>.

Відомості про авторів

Соломенцева Ольга Володимирівна: здобувачка вищої освіти, Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна.

Селюкова Наталія Юріївна: доктор біологічних наук, доцент, Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна.