

Váll fájdalmas becsípődése

„Impingement” szindróma

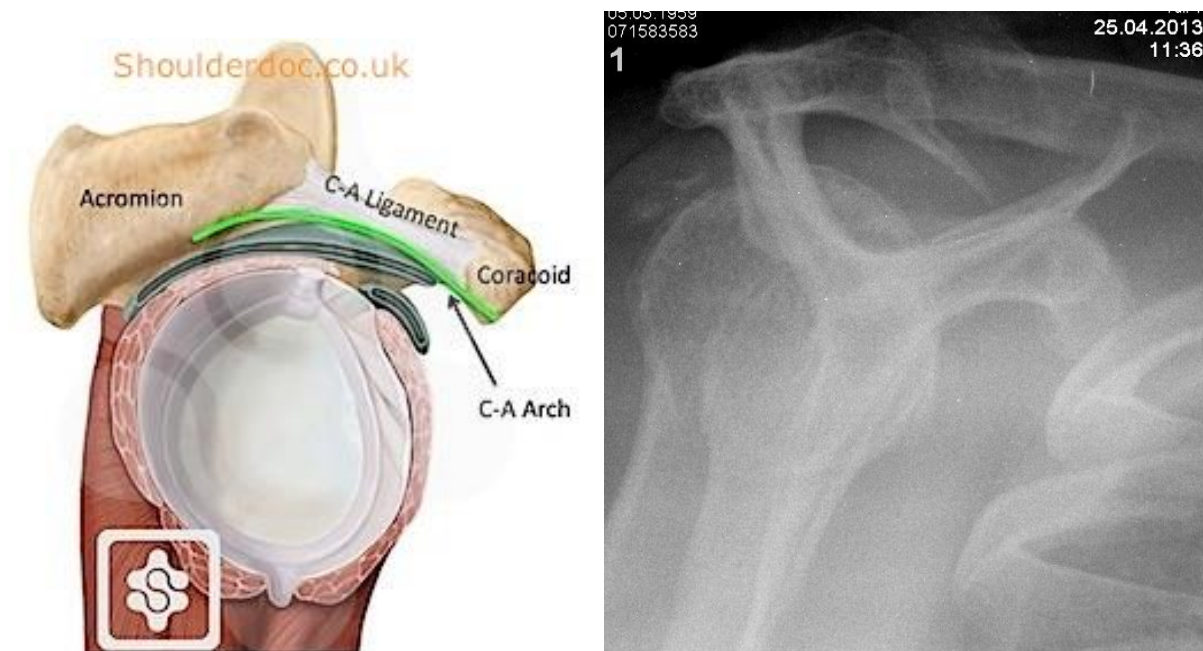
Betegség leírása

Magyarosan talán helyhiányról vagy beakadásról beszélhetünk. A vállízület feletti tér beszűkülése miatt a kar emelésekor a rotátor köpeny súrlódik a felette lévő csontba, ami sorozatos használat esetén vállfájdalmat, gyulladást, vállízületi mozgás korlátozottságát okozza.

Anatómia

A rotátor köpeny a vállízületet körülvevő 4 izomból álló köpenyszerű képlet, amely a felkarfejet a vállízület közepén tartja minden mozgás alkalmával, a váll emelésében és forgómozgásokban segít.

A rotátor köpeny felett a lapocka egy nyúlványa (acromion) helyezkedik el nagyon közel, a kettő között csak egy vékony zselés anyaggal töltött nyáktömlő helyezkedik el. Ez a tömlő csökkenti a súrlódást a két felszín közt a kar mozgása közben.



Ha a rendszer bármelyik tagja meghibásodik akkor a rotátor köpeny közelebb kerül az acromionhoz és 70 fokos kar emeléskor beakad.

Hibás lehet:

- acromion formája, elhelyezkedése, felrakódása, csontosodási zavara
- sorozatos fej feletti gyakorlatok miatti nyáktömlő gyulladás

- rotátor köpeny részleges vagy teljes szakadása, gyulladása

Tünetek

A becsípőséses vállfájdalom tünetei folyamatosan alakulnak ki. Kezdetben enyhe válltáji a kar külső részére sugárzó fájdalom jellemző, ami pihenéskor és mozgatáskor is fennáll. A tompa vállfájdalom egyre fokozódik és éjszaka is jelentkezik, a beteg felébred rá. Az érintett oldalon nem tud aludni.

Fej feletti mozgásoknál nyilálló vállfájdalmat érez. Gyakori, hogy a beteg elfeledkezik arról, hogy egyes mozgások fájdalmat okoznak és hirtelen nyúl valami után, vagy el akar kapni valamit és belehasít a vállába a fájdalom.

Kezdetben a kar emelő mozgások majd a kar forgó mozgások is beszűkülnek, így a hát vakarása, melltartó pántjának be és kikapcsolása is panaszt okoz.



Nem műtéti kezelés

Általában hatásos kezelés, a betegek nagy része javulást érez a fájdalomban és a mozgástartományban is.

A beteget megkéri orvosa, hogy

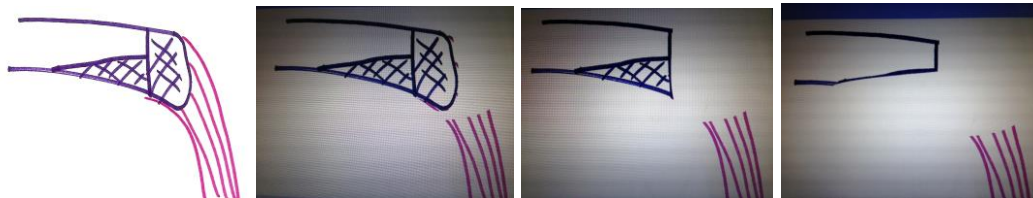
- Kerülje a fájdalmat okozó mozgássorokat
- Gyógytornát ír elő
- Fájdalomcsillapító gyógyszerek ír fel (NSAID- nem szteroid tartalmú gyulladáscsökkentő)
- Szteroid tartalmú injekciót ad (esetleg)

A terápia gyakran elhúzódik 4-6 hónap is kell a gyógyuláshoz.

Műtéti kezelés

A becsípődéses vállfájdalom műtétjét arthroszkóppal végezzük. Általában 2-3 db kis kb. 3-4 mm-es lyukból végezzük vezetéssel érzéstelenítésben. Műtét ideje 25-35 perc. Antibiotikum profilaxist nem alkalmazunk.

A műtét célja a lapocka nyúlványa (acromion) és a rotátor köpeny közötti távolság növelése, így a kar emelésekor sem ütköznek egymásnak, nem okoznak fájdalmat. A távolság növelését a gyulladt nyáktömlő kivételével az acromion alsó szélének leborotválásával és az esetlegesen beszakadt rotátor köpeny megtisztításával érjük el. Az ízületbe adott ízületvédő injekció pótolja a normál ízületi folyadékot és csillapítja a fájdalmat.



Műtét utáni nagy méretű kötés a műtét során használt víz felszívását szolgálja, amit másnap kis sebtapasz jellegű steril kötésre cserél a beteg. További kötéscsere nem szükséges.

A fájdalom csökkenés, az éjszakai fájdalmak hosszútávú eltűntetése terén a 92% körüli a sikeresség.

Rehabilitáció

Műtét után közvetlenül a kart kartartóval felkötik, ez csökkenti a műtét utáni fájdalmat. A fájdalom csökkenésével a mozgások is elkezdődnek. a kartartó 10 nap- 3 hétig javasolt. Gyógytorna tanítja meg a beteget újra használni a karját és erősíti az izmait is. Éjszakai panaszok 8 hétre tűnnek el. A teljes felépüléshez (fájdalommentes mozgások) min. 2-4 hónapra van szükség de ez elhúzódhat a betegség fajtájától függően.

Munkába való visszatérés

3 hetes kortól lehet elkezdni a könnyű munkakörökben végzett munkát, maximum 5 kg-ot szabad emelni. 3 hónapos kortól megengedett kb. 20 kg emelése, és a fejfeletti munkafolyamatokat is el lehet kezdeni. A teljes munkába állás, vagy sporthoz való visszatérés 4 hónapos kortól javasolt.

Vállcentrum besorolás: *kis arthroscopos 1 napos beavatkozás Váll*