

# Vállficam

## „Instabilitás”

### Betegség leírása

A lapocka ízületi vályúja nagyon kicsi és sekély a felkarfejhez képest, mintegy 20%-a ezért egy porcszerű képlet (labrum) szélesíti ki a vályút minden irányban és így az arány is 50%-ra javul. Ez az illeszkedő felszín növekedés és a rajta tapadó szalagok stabilitást adnak a váll ízületnek. A porcos szerkezet miatt akár nyíróerőket is képes elnyelni egy bizonyos fokig, de vállficam során el tud szakadni, vagy le tud válni az alapjáról.

Kialakulás: Kialakulhatnak sorozatos kis erőbehatásra, vagy egyszeri extrém erőhatásra is.



Extrém erőbehatások- teljes vagy részleges ficammal járnak

- nyújtott karra esés
- direkt ütés a váll ízületre
- hirtelen húzás, pl. nagy súly emelésekor
- gyors kar emelés fej fölé, pl. Eséskor

Sorozatos erőbehatások:

- dobó atléták
- csapatsportok
- súlyemelés

## Tünetek

Nagyon hasonlóak a tünetek az egyéb vállsérülésekhez:

- Vállfájdalom leggyakrabban fej feletti mozgásokkor

- Váll elakadás, zökkenés, megcsúszás
- esetenként a válltájék éjszakai fájdalma
- **Váll instabilitás érzés** – nem mer a beteg bizonyos mozdulatokat megcsinálni
- Váll ízületi mozgás beszűkülés

## Nem műtéti kezelés

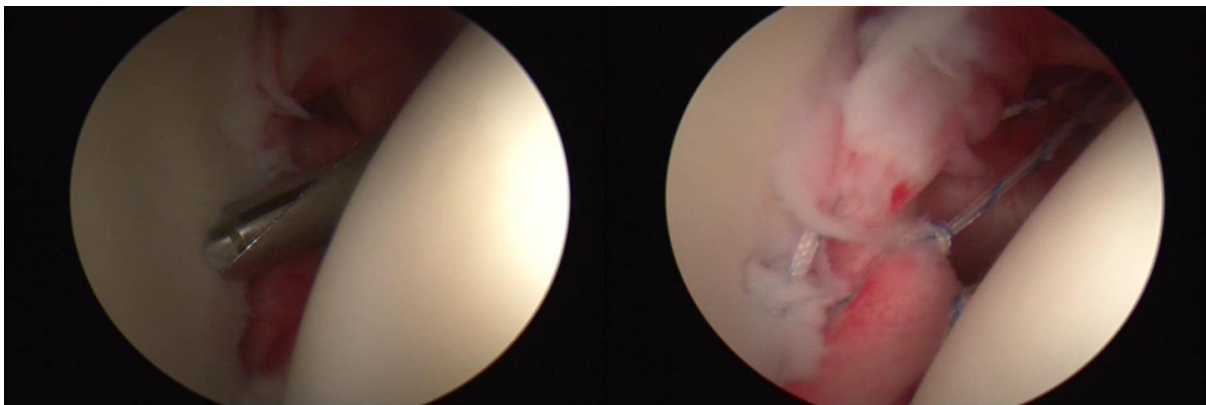
A Váll instabilitás során a gyógytorna és proprioceptív (helyzet érzékelős) tréning szükséges. Ha 3 hónap után is fennmarad az instabilitás érzés akkor gondolkozunk első vállficam után a műtéti kezelésen.

## Műtéti kezelés

Amennyiben nincs csonthiány akkor minimál invazív Váll arthroscopos beavatkozást végzünk.

Általában 3 db kis kb. 3-9 mm-es lyukból végezzük vezetéssel érzéstelenítésben. Műtét ideje 35-60 perc. Antibiotikum profilaxist alkalmazunk.

A vállízület áttekintése egy tühegyoptikával megerősíti a diagnózist és lehetővé teszi a kezelést is. A leszakadt labrumot horgonycsavarokkal visszarögzítjük a helyére. (Bankart műtét) ezzel megfeszítve a vele szoros egységet alkotó szalagrendszert is, helyreállítva a stabilitást.



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 vállficamok aránya megfelelő rehabilitáció mellett a normál váll arányára esik vissza.**

### Szövődmények

Az instabilitás sebészetben kb. 5% ez az arány.

A legnagyobb részt az **4-5% az újbóli vállficamok teszik ki,**

0,1% körüli az **idegsérülés** lehetősége, ez általában átmeneti és a kar emelést akadályozza. Sérülést okozhat a kar túlzott húzása.

1% alatti a **fertőzés** valószínűsége. A felszínen lévő izmok vérellátása nagyon jó, így inkább a mélyebben fekvő rosszabb vérellátású területeken fordul elő gyakrabban. A műtéthez adott antibiotikum csökkentheti a veszélyt, de erről vita van a sebészek közt. Abban egyetértenek, hogy hazamenetel után szedett antibiotikum nem csökkenti a fertőzések arányát.

1% alatti a mozgás beszűkültség aránya. Ez általában átmeneti inkább és 6-12 hónap közt magától oldódik a rendszeres fájdalommentes mozgás mellett.

## Rehabilitáció

A kart kartartóban rögzítjük a műtét utáni időszakban (3-4 hét). Ekkor nem lehet aktívan mozgatni a vállat csak ingamozgásokat lehet végezni a letapadások csökkentésére és test előtti mozgások, mint evés kivitelezhetőek. 3 hét után lassú fokozatos aktív mozgás, majd izomerősítés következik gyógytornász felügyelettel. 6 hét után lehet elkezdni jó tónusú izmokkal a sportra jellemző mozgásokat és 4-6 hónap a teljes gyógyulásig eltelt idő.

## Munkába való visszatérés

3-6 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 6 hónapos kortól javasolt.

**Vállcentrum besorolás:** *nagy arthroscopos 1 napos beavatkozás*