

Vállizom mészlerakódás

„Calcificáló tendinitis”

Betegség leírása

A váll fájdalmas becsípődésének egyik jellegzetes oka a rotátor köpeny meszesedése. A vállízület feletti tér beszűkülése miatt a kar emeléskor a rotátor köpeny súrlódik a felette lévő csontba, ami sorozatos használat esetén fájdalmat, gyulladást, mozgáskorlátozottságot okoz.

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.

A meszesedés lehet az ínban vagy 2 ín között (leggyakrabban a supra és infraspinatus határán) de lehet a nyáktömlőben is. Tapasztalati tény, hogy a subacromialis szűk tér rendkívül szövevényes heggel kitöltött. A mész típusa is változó vizes kréta típusú elterülő vagy fehér kristályos kemény típus.



Tünetek

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

Sokszor a panaszok egy hirtelen rossz mozdulattal kezdődnek és ilyenkor 3 hetes periódusban akkora vállfájdalmat okozhatnak, hogy a beteg képtelen felemelni a karját, ez aztán enyhül egy közepes fájdalomra.

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 váll 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 vállfájdalomban és a mozgástartományban is.

A beteget megkéri orvosa, hogy

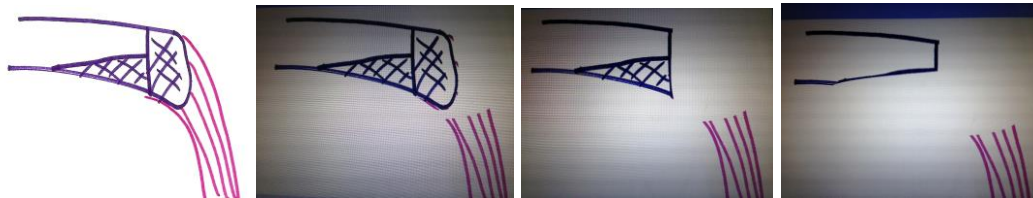
- Kerülje a fájdalmat okozó mozgássorokat
- Gyógytornát ír elő
- Fájdalomcsillapító gyógyszerek ír fel (NSAID- nem szteroid tartalmú gyulladáscsökkentő)
- Szteroid tartalmú injekciót ad (esetleg)

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

Műtéti kezelés

A vál meszesedés műtétjét arthroszkóppal végezzük. Általában 2-3 kis kb. 3-4 mm-es lyukból végezzük vezetéssel érzéstelenítésben. Műtét ideje 25-45 perc. Antibiotikum profilaxist nem alkalmazunk.

A műtét célja érdekes módon nem a meszesedés eltávolítása hanem 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 a rotátor köpeny megtisztításával érjük el. A mésztávolítás siker aránya kb. 85% irodalmi adatok szerint, de ez nem befolyásolja a késői eredményeket. 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 eltüntetése terén a 94% 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 hét körül 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 elkezdeni 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 arthroskopos 1 napos beavatkozás*