

16/06/2023

Αρθρωση ώμου: Ποιες είναι οι πιο συχνές παθήσεις που προκαλούν πόνο;



Γράφει ο:

Δρ. Παναγιώτης Πάντος, MD, MSc, PhD,
Ορθοπαιδικός Χειρουργός – Διευθυντής Τμήματος Άνω Άκρου
Ιατρικό Κέντρο Αθηνών, Μαρούσι
ΟΣΤΕΩΝ Ορθοπαιδική Κλινική

Η **άρθρωση του ώμου**, γνωστή ως γληνοβραχιόνια άρθρωση, σχηματίζεται από την κεφαλή του βραχιονίου οστού και την ωμογλήνη, τμήμα του οστού της ωμοπλάτης. Πρόκειται για μια **εξαιρετικά πολύπλοκη άρθρωση** με ιδιαίτερο κινητικό εύρος που διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στη λειτουργία του άνω άκρου.

Η περίπλοκη αλληλεπίδραση των οστών, των συνδέσμων, των τενόντων και των μυών στην άρθρωση του ώμου παρέχει τη βάση για την κινητικότητα και την απρόσκοπτη λειτουργία της. Λόγω του μεγάλου εύρους κίνησης και της περίπλοκης ανατομικής δομής, η **άρθρωση του ώμου είναι επιρρεπής σε διάφορες παθήσεις που μπορεί να οδηγήσουν σε πόνο και απώλεια λειτουργικότητας**, επηρεάζοντας εν τέλει σε σημαντικό βαθμό την ποιότητα ζωής των ασθενών.

Τραυματισμοί και άλλες παθήσεις του ώμου μπορούν, επίσης, να ωθήσουν τον ώμο να χάσει μέρος της φυσικής του λειτουργίας, επηρεάζοντας αρνητικά τον τρόπο με τον οποίο συνεργάζονται τα οστά, οι μύες και οι σύνδεσμοι του ώμου.

Φλεγμονή των τενόντων στην άρθρωση του ώμου

Η φλεγμονή κάποιου τένοντα, ή αλλιώς **τενοντίτιδα**, συνιστά πάθηση που πλήττει πλήθος αρθρώσεων, ενώ εμφανίζεται με αυξημένη συχνότητα στην άρθρωση του ώμου. Η τενοντίτιδα του ώμου είναι μια **επώδυνη φλεγμονώδης πάθηση** που επηρεάζει τους τένοντες, τα νιώδη δηλαδή τμήματα ιστού που συνδέουν τους μύες με τα οστά, καθιστώντας τις καθημερινές δραστηριότητες ιδιαίτερα δύσκολες κι επώδυνες. Βασικοί αιτιολογικοί παράγοντες της πάθησης είναι η **υπερβολική καταπόνηση** και οι **επαναλαμβανόμενοι μικροτραυματισμοί** του τένοντα. Η πάθηση εκδηλώνεται λόγω φλεγμονής του προσβεβλημένου τένοντα, ο οποίος παρουσιάζει **οίδημα** και **διόγκωση**, γεγονός που προκαλεί προοδευτικά επιδεινούμενο πόνο. Είναι σημαντικό η θεραπεία της πάθησης να εφαρμοστεί άμεσα προς αποφυγή τυχόν μελλοντικής ρήξης του τένοντα. Αρχικά εφαρμόζεται **συντηρητική θεραπεία**, η οποία περιλαμβάνει ανάπαυση, λήψη παυσίπονων και αντιφλεγμονωδών φαρμάκων, φυσικοθεραπεία ή **τοπική έγχυση κορτιζόνης**. Αν η συντηρητική αγωγή δεν επιτύχει ύφεση των συμπτωμάτων, ενδείκνυται η **χειρουργική επιδιόρθωση της πάθησης** μέσω της **αρθροσκόπησης του ώμου**, η οποία συνιστά **ελάχιστα επεμβατική τεχνική**.

Ρήξη τένοντα στην άρθρωση του ώμου

Η ρήξη των τενόντων στην άρθρωση του ώμου είναι μία από τις πιο διαδεδομένες αιτίες πόνου στον ώμο και ασκεί σημαντικούς περιορισμούς στην κίνηση και τη λειτουργικότητα όλου του άνω άκρου. Οι πιο επιρρεπείς σε ρήξη τένοντες είναι αυτοί που συνθέτουν το λεγόμενο στροφικό πέταλο του ώμου, ενώ η ρήξη αυτή μπορεί να είναι μερικού ή ολικού πάχους. Αυτές οι ρήξεις μπορεί να προκύψουν ξαφνικά λόγω κάποιας οξείας κάκωσης ή να αναπτυχθεί με την πάροδο του χρόνου λόγω μακροχρόνιας εκφύλισης ή επαναλαμβανόμενης καταπόνησης στην άρθρωση του ώμου. Τα συμπτώματα ποικίλλουν ανάλογα με τον μηχανισμό του τραυματισμού και την έκταση της ρήξης. Οι ασθενείς με ρήξεις τένοντα του στροφικού πετάλου του ώμου συχνά βιώνουν πόνο, αδυναμία και περιορισμό του εύρους κίνησης. Ως προς τις επιλογές θεραπείας, αυτές καθορίζονται από την έκταση της ρήξης. Μερικού πάχους ρήξεις αντιμετωπίζονται συχνά συντηρητικά με ανάπαυση, φυσικοθεραπεία και χορήγηση αναλγητικής κι αντιφλεγμονώδους αγωγής. Ωστόσο, **ολικού πάχους ρήξεις απαιτούν άμεση χειρουργική αποκατάσταση με αρθροσκόπηση** του ώμου, ώστε να αποφευχθούν δυσάρεστες και κυρίως μη αναστρέψιμες συνέπειες στην λειτουργικότητα του ώμου.

Σύνδρομο υπακρωμιακής προστριβής

Το σύνδρομο υπακρωμιακής προστριβής αντιπροσωπεύει την **κυρίαρχη αιτία εκδήλωσης πόνου στην άρθρωση του ώμου**. Το σύνδρομο αυτό εκδηλώνεται κατόπιν επαφής της κεφαλής του βραχιονίου με το ακρώμιο εξαιτίας της ελάττωσης της απόστασης μεταξύ τους. Αυτό έχει ως συνέπεια την επαφή των τενόντων του στροφικού πετάλου με γεγονικές δομές, γεγονός που συμβάλλει στον ερεθισμό τους και στην εκδήλωση φλεγμονής. Στα αρχικά στάδια της πάθησης, οι ασθενείς δε δίνουν τη δέουσα σημασία εξαιτίας της ήπιας φύσης των συμπτωμάτων. Οι ασθενείς προοδευτικά αισθάνονται **πόνο** και **δυσφορία**, ιδιαίτερα όταν σηκώνουν το χέρι, καθώς και αδυναμία και μειωμένο εύρος κίνησης. Η κατάλληλη θεραπευτική αγωγή διαμορφώνεται ανάλογα με το στάδιο της πάθησης και τη σοβαρότητα των συμπτωμάτων. Σε αρχικά στάδια της πάθησης εφαρμόζεται συντηρητική θεραπεία με ανάπαυση, χορήγηση αντιφλεγμονώδους κι αναλγητικής αγωγής, φυσικοθεραπεία και τοπικές εγχύσεις κορτικοστεροειδών. Ωστόσο, **σε σοβαρές περιπτώσεις ενδείκνυται η χειρουργική αντιμετώπιση του συνδρόμου, με αρθροσκόπηση του ώμου**.

Οστεοαρθρίτιδα ώμου

Η οστεοαρθρίτιδα ή κοινώς αρθρίτιδα του ώμου είναι μία **εκφυλιστικής αιτιολογίας πάθηση** που πλήττει την άρθρωση του ώμου. Αφορά την καταστροφή των επιφανειών της άρθρωσης του ώμου και προκύπτει συνήθως ως αποτέλεσμα προοδευτικής φθοράς κι εκφυλιστικών αλλοιώσεων. Συχνά η αρθρίτιδα προκύπτει ως απόρροια της ρήξης των τενόντων του στροφικού πετάλου του ώμου, ενώ νέοι ασθενείς εμφανίζουν την πάθηση λόγω κάποιας οξείας κάκωσης όπως ένα κάταγμα. Οι ασθενείς με οστεοαρθρίτιδα ώμου εμφανίζουν πόνο, δυσκαμψία και περιορισμό του εύρους κίνησης. Η οστεοαρθρίτιδα αναπτύσσεται αργά και ο πόνος που προκαλεί επιδεινώνεται με την πάροδο του χρόνου. Η έγκαιρη διάγνωση είναι απαραίτητος παράγοντας στην προσπάθεια επιτυχούς διαχείρισης της πάθησης και καθυστέρησης της εξέλιξής της. Συντηρητικά μέτρα, όπως η φυσικοθεραπεία, χορήγηση αντιφλεγμονωδών και αναλγητικών φαρμάκων για περιορισμένο χρονικό διάστημα, καθώς επίσης και οι **ενδαρθρικές εγχύσεις υαλουρονικού οξέος** μπορούν να καθυστερήσουν την εξέλιξη της πάθησης αλλά αδυνατούν να την θεραπεύσουν. Η θεραπεία για την οστεοαρθρίτιδα του ώμου που βρίσκεται σε τελικό στάδιο είναι η χειρουργική αντικατάσταση των φθαρμένων αρθρικών επιφανειών μέσα από την **ολική αρθροπλαστική ώμου**.

Ο **Ορθοπαιδικός Χειρουργός Άνω Άκρου, Δρ. Παναγιώτης Πάντος**, αντιμετωπίζει με επιτυχία, είτε συντηρητικά είτε χειρουργικά, ακόμη και τις πιο επώδυνες παθήσεις που πλήττουν την άρθρωση του ώμου. Κάθε ασθενής αντιμετωπίζεται πλήρως εξατομικευμένα και με την υποστήριξη σε υποδομές και σύγχρονο βιοϊατρικό εξοπλισμό που παρέχει το **Ιατρικό Κέντρο Αθηνών** (<https://www.iatriko.gr/el/tmima/orthopediko?ci=809>), ενώ σε περίπτωση που έχει ένδειξη η χειρουργική αντιμετώπιση, εφαρμόζονται οι πιο σύγχρονες τεχνικές ελάχιστης επεμβατικότητας, όπως η **αρθροσκόπηση ώμου**, στοχεύοντας στην αντιμετώπιση του πόνου και την ταχύτερη επανεισφορά του ασθενούς στις καθημερινές του δραστηριότητες.

Διαβάστε περισσότερα άρθρα για θέματα που αφορούν την υγείας σας, εδώ:
<https://www.iatriko.gr/el/iatrikos-kosmos?ci=609>