

ΠΟΝΟΣ ΣΤΟΝ ΩΜΟ

Η συχνότερη αιτία: Το Σύνδρομο Πρόσκρουσης του Ωμου

Το Σύνδρομο Πρόσκρουσης αποτελεί τη συχνότερη αιτία πόνου στην περιοχή του ώμου.



ΚΥΡΙΑ ΑΙΤΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΔΡΟΜΟΥ ΑΠΟΤΕΛΕΙ η μείωση της απόστασης ανάμεσα στην κεφαλή του βραχιονίου οστού και του ακρωμίου, με αποτέλεσμα τη φλεγμονή του θυλάκου και των τενόντων του στροφικού πετάλου.

Το Σύνδρομο Πρόσκρουσης του Ωμου ανήκει στην κατηγορία των συνδρόμων υπέρχρησης, όπου η επαναλαμβανόμενη φόρτιση μιας περιοχής κατά τον ίδιο συνεχώς τρόπο οδηγεί σε τοπική φλεγμονή και έντονο πόνο.

ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ-ΔΙΑΓΝΩΣΗ

Το χαρακτηριστικό σύμπτωμα του Συνδρόμου Πρόσκρουσης είναι ο επίδυνος περιορισμός της ενεργητικής κίνησης του ώμου εξαιτίας της πάχυνσης του θυλάκου και της φλεγμονής των τενόντων του στροφικού πετάλου, συνθέστερα του υπερακάνθιου και του υπακάνθιου.

Ο πόνος εντοπίζεται στην εξωτερική ή πρόσθια επιφάνεια της ωμικής ζώνης και μπορεί να επεκτείνεται μέχρι και τον αγκώνα.

Στα αρχικά στάδια ο πόνος παρατηρείται κατά την ενεργητική κίνηση του άνω άκρου, κυρίως κατά την πλάγια και πρόσθια ανύψωση, αργότερα όμως

μπορεί να εμφανίζεται ακόμα και στον ύπνο, ειδικά κατά την κατάκλιση πάνω στην πάσχουσα πλευρά.

Όσον αφορά στο διαγνωστικό απεικονιστικό έλεγχο, ο συνδυασμός υπερηχογραφήματος και μαγνητικής τομογραφίας θέτει με υψηλότατο ποσοστό επιτυχίας τη διάγνωση του συνδρόμου, λόγω της λεπτομερούς απεικόνισης όλων των δομών της άρθρωσης του ώμου.

ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Συντηρητική αγωγή

Η άμεση αξιολόγηση των συμπτωμάτων από έναν εξειδικευμένο ορθοπαιδικό χειρουργό ώμου, σε συνδυασμό με την έγκαιρη έναρξη της θεραπείας, είναι εξαιρετικά κρίσιμη για την περαιτέρω εξέλιξη και θεραπεία του συνδρόμου.

Αρχικά, για τη μείωση του πόνου και της φλεγμονής χορηγούνται αντιφλεγμονώδη φάρμακα για ένα περιορισμένο χρονικό διάστημα, σε συνδυασμό με ήπιο περιορισμό των κινήσεων του άνω άκρου, ειδικά πάνω από το επίπεδο της κεφαλής.

Σε περίπτωση επιμονής των συμπτωμάτων, ενδείκνυται η έγχυση κορτικοειδών στον υπακρωμιακό χώρο, η οποία όμως δεν πρέπει να υπερβαίνει τις τρεις φορές.

Τα τελευταία χρόνια, σημαντικό όπλο στην αντιμετώπιση του συνδρόμου

αποτελεί η έγχυση βιολογικών παραγόντων (PRP), οι οποίοι μειώνουν τη φλεγμονή και προκαλούν ύφεση του πόνου.

Σημαντικό κομμάτι της συντηρητικής αντιμετώπισης του συνδρόμου επιτελεί η φυσικοθεραπεία και η μυϊκή ενδυνάμωση των μυών του ώμου.

Χειρουργική Θεραπεία

Στην περίπτωση κατά την οποία η συντηρητική θεραπεία δεν οδηγεί σε ύφεση των συμπτωμάτων, συνιστάται η χειρουργική αντιμετώπιση του συνδρόμου, με αρθροσκοπία του ώμου, μια ελάχιστα επεμβατική τεχνική.

Μέσω 2-3 μικρών χειρουργικών τομών (<1 cm), διενεργείται η ακρωμιοπλαστική, η διαμόρφωση δηλαδή μιας ομαλής και επίπεδης επιφάνειας στην κάτω επιφάνεια του ακρωμίου, ενώ ταυτόχρονα αφαιρείται και ο φλεγμονώδης θυλάκος.

Μεγάλο πλεονέκτημα της αρθροσκοπικής αποκατάστασης του συνδρόμου είναι η δυνατότητα της ταυτόχρονης συνεκτίμησης όλων των ανατομικών δομών της άρθρωσης και η άμεση αντιμετώπιση οποιασδήποτε παθολογίας.

Τα ποσοστά επιτυχίας της αρθροσκοπικής αποκατάστασης του Συνδρόμου Πρόσκρουσης είναι εξαιρετικά υψηλά, οδηγώντας σε πλήρη ύφεση των συμπτωμάτων.

INFO Ο Παναγιώτης Πάντος (MD, MSc, PhD) είναι Ορθοπαιδικός Χειρουργός Ωμου και Διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών. Είναι Αναπληρωτής Διευθυντής-Leitender Oberarzt στην Κλινική Χειρουργικής Όμου-Klinik Maimergau vom Roten Kreuz στη Φρανκφούρτη της Γερμανίας. Ταυτόχρονα είναι και υπεύθυνος του Τμήματος Χειρουργικής Άνω Άκρου και Αθλητικών Κακώσεων της Osteon Orthopedic and Spine Clinic.

WEBSITE www.osteon.gr, www.elbowandshoulder.gr