

Forget The Shoulder Pain

Discover the causes of pain on the shoulders, and especially their therapies.



Dr. Panayiotis Pantos, MD, MSc, PhD.
Consultant Orthopaedic Surgeon Shoulder
Department Klinik Maingau, Frankfurt am
Main, Germany.
Upper Limb Surgeon, 5th Orthopaedic
Department, Metropolitan General Hospital in
Athens, Osteon Orthopaedic and Spine Clinic
www.osteon.gr
www.pantos.gr

Shoulder pain is an extremely common problem, and can cause a great deal of pain and discomfort.

1. Impingement syndrome-Rotator Cuff Tendonitis. The most common diagnosis in patients with shoulder pain is bursitis or tendonitis of the rotator cuff.
2. Rotator Cuff Tear. Rotator cuff tears occur when the tendons of the rotator cuff separate from the bone. Surgery is sometimes necessary for this condition.
3. Shoulder Arthritis. The most common type of arthritis in the shoulder is osteoarthritis, also known as “wear and tear” arthritis. It is less common than knee and hip arthritis, but when severe may require a joint replacement surgery.
4. Shoulder Dislocation and Instability. A dislocated shoulder is an injury in which your upper arm bone pops out of the cup-shaped socket that’s part of your shoulder blade. Instability is a problem that causes a loose joint
5. Calcific Tendonitis. Calcific tendonitis is calcium deposits within a tendon. Treatment of calcific tendonitis depends on the extent of symptoms.
6. Frozen Shoulder. Frozen shoulder, is a condition characterized by stiffness and pain in the joint.

Ανακαλύψτε τις αιτίες του πόνου στους ώμους, και κυρίως τις θεραπείες τους.

Ο πόνος στην περιοχή του ώμου μπορεί να περιορίσει σημαντικά την κίνηση της άρθρωσης και κατά συνέπεια να επηρεάσει σημαντικά το επίπεδο δραστηριότητας και την ποιότητα ζωής των ασθενών.
Συχνότερες αιτίες

1. Σύνδρομο πρόσκρουσης – Τενοντίτιδα του στροφικού πετάλου: Είναι απόρροια της συνεχόμενης τριβής των τενόντων στο διάστημα μεταξύ της κεφαλής του βραχιονίου και του ακρωμίου, του οστού που σχηματίζει την οροφή του ώμου. Θεραπευτικά, η πρώτη παρέμβαση είναι συντηρητική, με πρόγραμμα φυσιοθεραπείας και χορήγηση αντιφλεγμονωδών φαρμάκων, αλλά αν δεν υποχωρήσουν τα συμπτώματα ενδείκνυται η αρθροσκοπική αντιμετώπιση για την οριστική λύση του προβλήματος.
2. Ρήξη των τενόντων του στροφικού πετάλου, κατά την οποία υπάρχει ρήξη του τένοντα κοντά στην πρόσφυσή του στο οστό.

Είναι μια εξαιρετικά επώδυνη και περιοριστική πάθηση και συνήθως αντιμετωπίζεται χειρουργικά με τη χρήση ελάχιστα επεμβατικών τεχνικών, όπως είναι η αρθροσκοπική συρραφή του τένοντα.

3. Αρθρίτιδα του Ωμου κατά την οποία η φθορά και εκφύλιση των αρθρικών επιφανειών προκαλεί έντονο πόνο και περιορισμό της κίνησης του ώμου. Εφόσον τα συντηρητικά μέσα αντιμετώπισης της πάθησης αποτύχουν, η μόνη λύση είναι η χειρουργική αποκατάσταση με τοποθέτηση πρόθεσης.
4. Κατάγματα ή Εξαρθήματα του Ωμου. Τα κατάγματα της κεφαλής του βραχιονίου όπως και τα κατάγματα της κλείδας είναι εξαιρετικά επώδυνες κακώσεις και συνήθως αντιμετωπίζονται χειρουργικά. Το εξάρθημα του ώμου είναι επίσης μια ιδιαίτερα επώδυνη κάκωση, η οποία χρήζει άμεσης αντιμετώπισης, ενώ σε περίπτωση αστάθειας, ειδικά σε νεότερους ασθενείς, απαιτείται χειρουργική αντιμετώπιση.
5. Ασβεστοποιός Τενοντίτιδα κατά την οποία έχουμε συσσώρευση και εναπόθεση ασβεστίου μέσα στον τένοντα. Ανάλογα με τη βαρύτητα των συμπτωμάτων καθορίζεται και η θεραπευτική αντιμετώπιση.
6. Παγωμένος ώμος. Χαρακτηρίζεται από την ανάπτυξη συμφύσεων μέσα στην άρθρωση με έντονο πόνο και σημαντικό περιορισμό της κίνησης. Αρχικά αντιμετωπίζεται με φυσιοθεραπεία και χορήγηση αντιφλεγμονωδών φαρμάκων και κορτιζόνης. Αν η κίνηση του ώμου παραμείνει περιορισμένη, απαιτείται αρθροσκοπική λύση των συμφύσεων.

