



Οστεοαρθρίτιδα ώμου και Φυσιοθεραπεία

Η οστεοαρθρίτιδα ώμου είναι μια διαδεδομένη εκφυλιστική πάθηση των αρθρώσεων που πλήττει εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως. Ενώ το γόνατο και το ισχίο είναι οι ανατομικές δομές που συναντάμε πιο συχνά τη νόσο, η άρθρωση του ώμου, ως ιδιαίτερα κινητική άρθρωση, δεν μένει απρόσβλητη από αυτή. Η κατανόηση των αιτιών, της κλινικής εικόνας και της αντιμετώπισής της μπορεί να βοηθήσει στον περιορισμό των επιπτώσεων στην καθημερινή ζωή.

Η άρθρωση του ώμου και η σημασία της.

Είναι ζωτικής σημασίας να κατανοήσουμε την ανατομία του ώμου, πριν εμβαθύνουμε στην οστεοαρθρίτιδα ώμου. Ο ώμος είναι μια σύνθετη δομή που αποτελείται από δύο κύριες αρθρώσεις: τη γληνοβραχιόνιο άρθρωση (η κύρια σφαιρική άρθρωση) και την ακρωμιοκλειδική άρθρωση. Αυτές οι αρθρώσεις επιτρέπουν στο βραχίονα ένα εξαιρετικό εύρος κίνησης, καθιστώντας δυνατές δραστηριότητες από την ανύψωση έως τη ρίψη.

Παθοφυσιολογία στην οστεοαρθρίτιδα ώμου.

Η οστεοαρθρίτιδα ώμου οφείλεται στην έκπτωση της ποιότητας του αρθρικού χόνδρου, του ιστού που επενδύει τις αρθρικές επιφάνειες. Όταν αυτός ο χόνδρος φθείρεται, ο αρθρικός χώρος στενεύει, οδηγώντας σε μειωμένη κινητικότητα. Επίσης, υπάρχει πιθανότητα να σχηματιστούν οστεόφυτα, προκαλώντας περαιτέρω δυσφορία και μειωμένο εύρος κίνησης.

Η πλειοψηφία των ασθενών με οστεοαρθρίτιδα ώμου βρίσκεται στη μέση και τρίτη ηλικία και παρουσιάζεται με μεγαλύτερη συχνότητα στους άνδρες.

Ενώ η ηλικία αποτελεί πρωταρχικό παράγοντα κινδύνου, η γενετική, οι προηγούμενοι τραυματισμοί στον ώμο, η χρόνια άρση βαρών ή οι επαναλαμβανόμενες δραστηριότητες πάνω από το ύψος της κεφαλής μπορούν επίσης να προδιαθέσουν ένα άτομο για οστεοαρθρίτιδα ώμου.

Αιτιολογία στην οστεοαρθρίτιδα ώμου.

1. Εκφύλιση και φθορά των αρθρικών επιφανειών.
2. Κατάγματα των οστικών ανατομικών στοιχείων της ωμικής ζώνης.
3. Ρήξη των τενόντων του στροφικού πετάλου και της μακράς κεφαλής του δικεφάλου.
4. Ρευματοειδής αρθρίτιδα και άλλα αυτοάνοσα νοσήματα που επηρεάζουν τις αρθρώσεις.
5. Μικροβιακές λοιμώξεις

Συμπτώματα στην οστεοαρθρίτιδα ώμου.

1. Διάχυτος πόνος στον ωμική ζώνη.
2. Περιορισμός της κίνησης της ωμικής ζώνης.
3. Πόνος κατά την εκτέλεση των κινήσεων της ωμικής ζώνης.
4. Αίσθηση δυσκαμψίας μετά από περιόδους ακινητοποίησης.
5. Αίσθηση κριγμού κατά την κίνηση της άρθρωσης.

Είδη Οστεοαρθρίτιδας του ώμου.

Πρωτοπαθής οστεοαρθρίτιδα ώμου.

Η ακριβής αιτία της πάθησης δεν είναι σαφής ωστόσο η γενετική προδιάθεση και η χρόνια καταπόνηση παίζουν καταλυτικό ρόλο.

Δευτεροπαθής οστεοαρθρίτιδα ώμου

- Ρήξη τενόντων του στροφικού πετάλου και μακράς κεφαλής του δικεφάλου.
- Κατάγματα, εξάρθρημα και υπεξάρθρημα της ωμικής ζώνης αποτελούν παράγοντες για την εκφύλιση του αρθρικού χόνδρου και την εμφάνιση οστεοαρθρίτιδας.
- Βακτηριακές λοιμώξεις.
Αν και είναι εξαιρετικά σπάνιο να συμβεί πρωτογενώς στην ωμική ζώνη εντούτοις μπορεί να συμβεί όταν υπάρχει αιματογενής διασπορά.
- Οστεονέκρωση της κεφαλής του βραχιονίου.
Εξαιτίας χρόνιας χρήσης κορτιζόνης και υπερβολικής χρήσης αλκοόλ, μπορεί να διαταραχθεί η αιμάτωση της κεφαλής και να προκληθεί νέκρωση αυτής και καταστροφή των αρθρικών επιφανειών.

Διάγνωση στην οστεοαρθρίτιδα ώμου.

Η διάγνωση της οστεοαρθρίτιδας ώμου δύναται να διαπιστωθεί με:

1. Ένα λεπτομερές ιατρικό ιστορικό.
2. Φυσική εξέταση που αξιολογεί την ευαισθησία, το οίδημα και το εύρος της κίνησης.
3. Απεικονιστικό έλεγχο. Οι ακτινογραφίες μπορούν να αποκαλύψουν τη στένωση του αρθρικού χώρου και τα οστεόφυτα, ενώ η μαγνητική τομογραφία μπορεί να παρέχει λεπτομερή απεικόνιση των δομών των μαλακών μοριών.

Θεραπεία στην οστεοαρθρίτιδα του ώμου.

Στα αρχικά στάδια της νόσου έχει θέση η συντηρητική – μη χειρουργική θεραπεία η οποία συνίσταται σε :

Φυσικοθεραπεία με σκοπό:

1. Την αναλγησία. Το L.A.S.E.R τέταρτης γενιάς διαδραματίζει ένα καταλυτικό ρόλο καθώς και ο κρουστικός υπέρηχος. Επιπλέον η επικουρική χρήση του βελονισμού ενισχύει τα αναλγητικά αποτελέσματα.
2. Τη βελτίωση της κινητικότητας της άρθρωσης του ώμου και την αποκατάσταση της βιομηχανικής της άρθρωσης.
3. Τη βελτίωση της ιδιοδεκτικότητας και της νευρομυϊκής συναρμογής της άρθρωσης.
4. Τη βελτίωση της ελαστικότητας και της μυϊκής ισχύος των μυών της ωμικής ζώνης.
5. Τη φροντίδα της κινησιοφοβίας που πιθανόν θα αναπτύξει ο ασθενής και την αύξηση της εμπιστοσύνης στο μέλος που νοσεί.

Φαρμακευτική Αγωγή

1. Αντιφλεγμονώδη αγωγή και αναλγητικά σκευάσματα.
2. Ενδοαρθρικές εγχύσεις υαλουρονικού οξέος και αυξητικών παραγόντων.

Χειρουργική Θεραπεία

Σε περίπτωση αποτυχίας της συντηρητικής αγωγής η ολική αρθροπλαστική της άρθρωσης ή ο αρθροσκοπικός καθαρισμός της άρθρωσης αποτελούν επιλογή για τον θεράποντα ιατρό.

Η έγκαιρη και σωστή αντιμετώπιση της πάθησης μπορεί να καθυστερήσει σημαντικά την εξέλιξή της.

Στο Φυσικοθεραπευτήριο E .Γεωργακόπουλος στην Αθήνα έχουμε τη γνώση, την εμπειρία και τον ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό προκειμένου να παρέχουμε την αρτιότερη συντηρητική αποκατάσταση για την οστεοαρθρίτιδα ώμου.