



Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

### **Αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο και Φυσικοθεραπεία**

Το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο είναι ένας όρος που περιγράφει τον πόνο και τη δυσκαμψία της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης με συνοδά συμπτώματα στην ωμική ζώνη και στο άνω άκρο.

Μπορεί να συνοδεύεται από αιμωδία ή δυσφορία στο βραχίονα, στο άνω μέρος της πλάτης και στο άνω μέρος του θώρακα με ή χωρίς σχετικό πονοκέφαλο.

### **Ορισμός – Περιγραφή αυχενοβραχιόνιου συνδρόμου**

Όταν υπάρχει συνδυασμός ενοχλήσεων στον αυχένα και (ακτινοβλούμενων) ενοχλήσεων στο βραχίονα, μπορούμε να το ονομάσουμε αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο. Το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο, ήταν παλαιότερα γνωστό ως "κατώτερο αυχενικό σύνδρομο" χαρακτηρίζεται από πόνο, μούδιασμα, αδυναμία και οίδημα στην περιοχή του αυχένα και του ώμου.

Επιπλέον, χαρακτηρίζεται από πόνο και αισθητικές διαταραχές που ακτινοβολούν από την αυχενική μοίρα στο άνω άκρο.

Ο όρος "αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο" δηλώνει ένα άρθροισμα συμπτωμάτων του αυχένα και του βραχίονα για τα οποία δεν υπάρχει γνωστή και αποδεδειγμένη αιτία. Εάν ένας ασθενής μπορεί να αποδειχθεί ότι έχει αυχενική ριζοπάθεια ή σύνδρομο θωρακικής εξόδου, τότε θα πρέπει να χρησιμοποιείται η συγκεκριμένη και αντικειμενικά τεκμηριωμένη διάγνωση.

### **Κλινική ανατομία για το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο**

Το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο μπορεί να είναι αποτέλεσμα αυχενικής ριζοπάθειας. Αυτή η δισκογενής βραχιαλγία παράγεται από βλάβες που επηρεάζουν τα τμήματα των ριζών του αυχένα A5-A6, A6-A7.

Πολλοί από τους μύες του ανώτερου τμήματος του κορμού τροφοδοτούνται κυρίως από τις αυχενικές νευρικές ρίζες και συχνά προσβάλλονται σε αυχενικά σύνδρομα.

Στους μύες αυτούς περιλαμβάνονται οι ρομβοειδείς μύς, ο υπερακάνθιος και ο υπακάνθιος, ο δελτοειδής, ο πρόσθιος οδοντωτός και ο πλατύς ραχιαίος μύς.

Το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο μπορεί επίσης να είναι αποτέλεσμα νευρογενούς ή/και αγγειακής συμπίεσης στη θωρακική έξοδο. Στην περίπτωση αυτή, το βραχιόνιο πλέγμα, η υποκλείδια αρτηρία ή η υποκλείδια φλέβα συμπιέζονται λόγω της στένωσης των χώρων στην περιοχή αυτή.



Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!

### **Επιδημιολογία / Αιτιολογία**

Το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο έχει εκτιμηθεί ότι είναι πιο διαδεδομένο από τον πόνο αποκλειστικά στην αυχενική μοίρα μεμονωμένα. Το παράπονο αυτό είναι συχνό μεταξύ των ασθενών που αναζητούν φυσικοθεραπευτική παρέμβαση.

### **Χαρακτηριστικά αυχενοβραχιόνιου συνδρόμου**

Μπορούμε να μιλήσουμε για αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο μόνο όταν ο ασθενής παραπονιέται για πόνο και νευρολογική διαταραχή όπως αιμωδία, αισθητηριακές διαταραχές ή ακόμη και απώλεια κινητικών δεξιοτήτων στο άνω άκρο, το χέρι και τα δάχτυλα. Σε ορισμένες περιπτώσεις, υπάρχει απώλεια της δύναμης, ακόμη και του ελέγχου της κίνησης.

Δεν υπάρχουν συμφωνημένα κλινικά κριτήρια για τη διάγνωση του αυχενοβραχιόνιου συνδρόμου, αλλά τα ευρήματα συνήθως περιλαμβάνουν πόνο και κόπωση του καρπού, του αντιβραχίου, των ώμων και του αυχένα.

Μπορεί να υπάρχει αίσθηση πρηξίματος στα χέρια και βάρος ή μούδιασμα του άνω άκρου. Ο πόνος αυξάνεται κυρίως με τη δραστηριότητα και ανακουφίζεται με την ανάπαυση, αλλά μερικές φορές ο πόνος αυξάνεται τη νύχτα, γεγονός που δημιουργεί προβλήματα στον ύπνο.

Τα άτομα αναφέρουν την αίσθηση ότι φορούν γάντια ενώ δε φορούν. Τα συμπτώματα μπορεί επίσης να συνοδεύονται από έντονους πονοκεφάλους.

Ο όρος αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο χρησιμοποιείται από κάποιους γιατρούς είτε για να περιγράψουν συμπτώματα για τα οποία υποπτεύονται ότι προέρχονται από ερεθισμό της αυχενικής νευρικής ρίζας που δεν μπορεί να τεκμηριωθεί, είτε επιφυλάσσουν τον όρο για ασθενείς των οποίων τα συμπτώματα μπορεί να προέρχονται από μη τεκμηριωμένο σύνδρομο θωρακικής εξόδου.

Τέλος, αρκετοί ορθοπαιδικοί χρησιμοποιούν τον όρο ως συνώνυμο του «μυοπεριτονιακού συνδρόμου πόνου» με συμπτώματα στον αυχένα και/ή στον ώμο που πιστεύεται ότι προέρχονται από τους μύες.

Οι ασθενείς με αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο είναι πιο ευαίσθητοι στα αισθησιοκινητικά ερεθίσματα. Ακόμη περισσότερο στην πλευρά όπου έχουν συμπτώματα.

### **Διαφορική διάγνωση**

**Ο επώδυνος αυχένας μπορεί να οφείλεται σε διάφορες αιτίες, όπως:**

1. Πόνο που προέρχεται από τον ώμο και το άνω άκρο (επώδυνος ώμος)
2. Αυχενική ριζοπάθεια
3. Σύνδρομο του ανελκτήρα της ωμοπλάτης
4. Ρευματική πολυμυαλγία



*Η φροντίδα μας, πάντα κοντά σας!*

5. Πρώιμο στάδιο ρευματικών νοσημάτων ρευματοειδής αρθρίτιδα (οποιαδήποτε ηλικία) ή αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα ή λόγω λοιμώξεων ή οστικών αλλοιώσεων της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης (π.χ. σπονδυλοδισκίτιδα, μεταστάσεις).
6. Νευροαγγειακά σύνδρομα
7. Παγίδευση κάποιου νεύρου
8. Τενοντοπάθεια του πετάλου των στροφέων στον ώμο
9. Σύνδρομο του καρπιαίου σωλήνα
10. Επικονδυλίτιδα

#### **Διαγνωστικές εξετάσεις**

1. Μαγνητική τομογραφία αυχενικής μοίρας και ώμου
2. Ακτινογραφικός έλεγχος
3. Ηλεκτρομυογράφημα

#### **Θεραπεία**

**Η θεραπεία του αυχενοβραχιονίου συνδρόμου είναι κυρίως συντηρητική όπου αυτή συνίσταται σε:**

1. Φαρμακευτική αγωγή
2. Έγχυση κορτικοστεροειδών
3. Φυσικοθεραπεία

Λίγα λόγια για τη φυσικοθεραπευτική αγωγή για το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο  
Η προσέγγιση με χειρισμούς (manual therapy) είναι θεραπευτική επιλογή πρώτης γραμμής που προσφέρει τα μέγιστα στην αποκατάσταση του αυχενοβραχιονίου συνδρόμου.

Τα L.A.S.E.R τέταρτης γενιάς, η χρήση TECAR, ο ενδομυϊκός ερεθισμός καθώς και η χρήση του κρουστικού υπερήχου αποτελούν εξαιρετικές επιλογές για μια άρτια αποκατάσταση.

Τέλος, η θεραπευτική άσκηση καθώς και η εργονομική εκπαίδευση του ασθενή έρχονται να συμπληρώσουν το φυσικοθεραπευτικό θεραπευτικό πρωτόκολλο.

**Στο Φυσικοθεραπευτήριο Ε. Γεωργακόπουλος στην Αθήνα, έχουμε την εμπειρία, τη γνώση και τον ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό για την άρτια αποκατάσταση των ασθενών με αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο.**