



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/CZ/intro>

Syndrom Chronické Bolesti

Verze č 2016

8. Patelofemorální syndrom - bolest kolene

8.1 Co je to?

Patelofemorální bolest je u dětí jedním z nejčastějších stavů označovaných jako syndromy z přetížení. Vznikají na základě opakování určitého pohybu nebo po poranění způsobeném cvičením na anatomicky disponovaném terénu. U dospělých osob jsou tyto stavy častější než u dětí (např. tenisový či golfový loket, syndrom karpálního tunelu).

Pojem patolefemorální označuje tu část kolenního kloubu, která je tvořena čéškou (patela) a spodním koncem stehenní kosti (femur). Bolest v této přední části kolene vzniká na základě jejího přetížení. Bolest často souvisí se změnami struktury chrupavčitého krytu čěšky v místě kontaktu se stehenní kostí. To je označováno termínem "chondromalacie pately".

Dalšími termíny, používanými pro patelofemorální bolest, jsou: patelofemorální syndrom, bolest předního kolene, chondromalacie pately, syndrom juvenilního kolene.

8.2 O jak časté onemocnění se jedná?

Patelofemorální syndrom se prakticky nevyskytuje u dětí do 8 let věku, nejčastější je u adolescentů, více u děvčat. Mezi anatomické odchylky, které k němu dítě disponují, patří změny v postavení kolenních kloubů ve smyslu nohou do X nebo do O (tzv. varozní nebo valgozní postavení), případně změny ve tvaru a v postavení čěšky. Dalším disponujícím faktorem je nestabilita kloubu, např. při hypermobilitě (viz výše).

8.3 Jaké jsou hlavní příznaky?

Charakteristická je bolest v přední části kolene, která se zhoršuje s aktivitami jako je běh, chůze do a ze schodů, dělání dřepů nebo skákání. Bolest se dále zhoršuje při delším sezení s ohnutými koleny, kdy obvykle dojde k úlevě při jejich natažení.

8.4 Jak se určí diagnóza?

Jedná se o klinickou diagnózu u jinak zdravých dětí (laboratorní testy nebo zobrazovací metody nejsou nutné). Bolest je vyvolaná vyšetřovacím manévrem, při němž vyšetřující lékař přidrží rukou česku a vyzve pacienta, aby stáhnul stehenní svaly. Následné přitlačení česky ke stehenní kosti vyvolá bolest (tzv. patelární příznak).

8.5 Jaká je léčba?

U většiny dětí, které nemají významnější anatomické odchylky kolenních kloubů, je patelofemorální bolest přechodnou záležitostí, která obvykle po různě dlouhé době odezní sama. Pokud bolest brání dítěti v oblíbeném sportu či dokonce v denních aktivitách, doporučuje se posílit stehenní svaly cíleným intenzivním cvičením podle instrukcí fyzioterapeuta. Bolest po cvičení může být zmírněna studeným nebo teplým obkladem.

8.6 A co každodenní život?

Děti by měly vést zcela normální život. Úroveň sportovní činnosti by měla být přizpůsobena stavu dítěte tak, aby nevyvolávala bolest. Používání kolenní ortézy při sportu sice může přechodně pomoci, ale časté používání se nedoporučuje, protože ve svém důsledku může vést k oslabení svalů a ke zhoršení potíží.