



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

Galūnių Skausmo Sindromai

Versija 2016

8. PATELOFEMORALINIS (GIRNELĖS IR ŠLAUNIKAULIO) SKAUSMAS - KELIO SKAUSMAS

8.1. Kas tai yra?

Patelofemoralinis skausmas išsivysto dėl tam tikros kūno dalies (sąnarių ir sausgyslių) pažeidimų, atsirandančių dėl besikartojančių judesių sportuojant ir mankštinantis („besaikio naudojimo“ sindromas – Overuse Syndrome). Šie sutrikimai būdingesni suaugusiesiems (tenisininko ar golfo žaidėjo ranka, karpalinio tunelio sindromas ir kt.).

Patelofemoralinis skausmas atsiranda priekinėje kelio dalyje, dėl tam tikros veiklos padidėjus Patelofemoralinio sąnario (susidedančio iš girnelės (patella) ir apatinės šlaunikaulio (femur) dalies) apkrovai. Terminas „girnelės chondromaliacija“ vartojamas tada, kai kartu su kelio skausmu atsiranda pakitimų vidiniame girnelės audinio paviršiuje (kremzlėje).

Patelofemoraliniam skausmui apibūdinti vartojami keli sinonimai: Patelofemoralinis sindromas, priekinis kelio skausmas, girnelės chondromaliacija.

8.2. Kaip dažnai pasitaiko?

Ši būklė būdingesnė paaugliams (dažniau serga mergaitės) – jos pasireiškimas vaikams iki 8 metų labai neįprastas. Skausmas gali dažniau išsivystyti vaikams, kurių kelių sąnarių padėtis netaisyklinga (genu valgum arba genu varum – pakitę kampa, keliai iškrypę į vidų arba išorę), taip pat tiems, kurių girnelė pasislinkusi ar netvirta.

8.3. Kokie pagrindiniai simptomai?

Pagrindinis simptomas yra priekinės kelio dalies skausmas, sustiprėjantis judant – bėgant, lipant aukštyn ar žemyn laiptais, šokinėjant ar tupiant. Skausmas sustiprėja ir ilgai sėdint sulenkus kelius.

8.4. Kaip diagnozuojama?

Ši būklė vaikams diagnozuojama pagal klinikinius požymius (laboratoriniai ar vaizdo tyrimai nėra reikalingi). Skausmas sukliamas spaudžiant girnelės viršutinę dalį ar neleidžiant girnei pakilti, kai sutraukiamas šlaunies keturgalvis raumuo.

8.5. Kaip gali būti gydoma?

Daugeliui vaikų, jeigu jie neserga kitomis susijusiomis ligomis (tokiomis kaip kelių sąnarių kampų pakitimas, netvirta girnelė), šis skausmas praeina savaime. Jeigu skausmas trukdo sportuoti ar užsiimti kitomis kasdienėmis veiklomis, gali padėti keturgalvio raumens stiprinamieji pratimai. Pasportavus skaudamą vietą galima pašaldyti.

8.6. Kasdienis gyvenimas

Vaikai turėtų gyventi įprastą gyvenimą. Fizinį aktyvumą reikėtų apriboti taip, kad vaikai judėdami nejaustų skausmo. Labai aktyvūs vaikai gali nešioti kelio movą su girnelės dirželiu.