



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

## **Bolni sindromi**

Verzija 2016

### **8. Patelofemoralni bol -bolno koleno**

#### **8.1 Kakva je to bolest?**

Patelofemoralni bol je najčešće stanje iz grupe sindroma prekomerne upotrebe. Ova grupa oboljenja je posledica ponavljanih pokreta ili povreda koje su potpomognute stalnom fizičkom aktivnošću pojedinih delova tela, posebno zglobova i tetiva. Ta oboljenja su mnogo češća kod odraslih (na primer teniski lakat, sindrom karpalnog tunela idr. ) nego kod dece.

Ovo oboljenje se ispoljava bolom koji nastaje u prednjem delu kolena usled aktivnosti koja dodatno opterećuje patelofemoralni zglob (zglob koji formira čašica kolena - patela, sa donjim delom butne kosti -femur).

Kada je bol udružen sa promenama na unutrašnjoj površini čašice koja je obložena hrskavicom, koristi se naziv hondromalacija ili hondromalacija patele.

Postoji mnogo sinonima za patelofemoralni bol: patelofemoralni sindrom, bol prednjeg kolena, hondromalacija, hondromalacija patele.

#### **8.2 Koliko je bolest česta?**

Bolest je retka kod dece mlađe od 8 godina, a u adolescenciji postaje češća, uglavnom kod devojčica. Takođe se češće sreće kod dece koja imaju deformaciju kolena u obliku «iks» nogu (valgus položaj) ili «O» nogu (varus položaj). Bolest može da nastane i kod dece čija je čašica nestabilna, što dovodi do pomeranja čašice van normalnog položaja.

---

### **8.3 Koji su glavni znaci bolesti?**

Karakteristični simptomi su bol u prednjem delu kolena koji se pogoršava sa aktivnostima kao što su trčanje, penjanje uz i niz stepenice, čučanje ili skakanje. Bol se pojačava ukoliko se duže sedi sa savijenim nogama.

### **8.4 Kako se postavlja dijagnoza?**

Dijagnoza patelofemoralnog bola kod zdrave dece se postavlja kliničkim pregledom (laboratorijski testovi i snimanja nisu potrebni). Bol se izaziva kada lekar pritisne čašicu ili kada je obuhvati i ne dozvoljava njeno pokretanje nagore pri stezanju mišića natkolenice (kvadriceps).

### **8.5 Kako se bolest leči?**

Kod većine dece bez pridruženih bolesti (kao što su deformacije kolena ili nestabilnost čašice) patelofemoralni bol je bezazleno oboljenje koje se smiruje i bez terapije. Ako bol remeti sportske ili svakodnevne aktivnosti, može da pomogne jačanje natkolenog mišića. Stavljanje leda na koleno nakon intenzivnog napora može da smanji bol.

### **8.6 Kakav je savet za svakodnevne aktivnosti?**

Deca treba da vode normalan život. Stepem fizičke aktivnosti trebalo bi dozirati tako da ne dovodi do pojave bola. Deca koja se aktivno bave sportom mogu da koriste stabilizator sa trakom za koleno.