

Επώδυνα Μυοσκελετικά Σύνδρομα Άνω και Κάτω Άκρων

Δρ. Χρήστος Γιαννακόπουλος
Ορθοπαιδικός Χειρουργός

Εργαστήριο Έρευνας Παθήσεων του
Μυοσκελετικού Συστήματος,
Πανεπιστήμιο Αθηνών

Πόνος

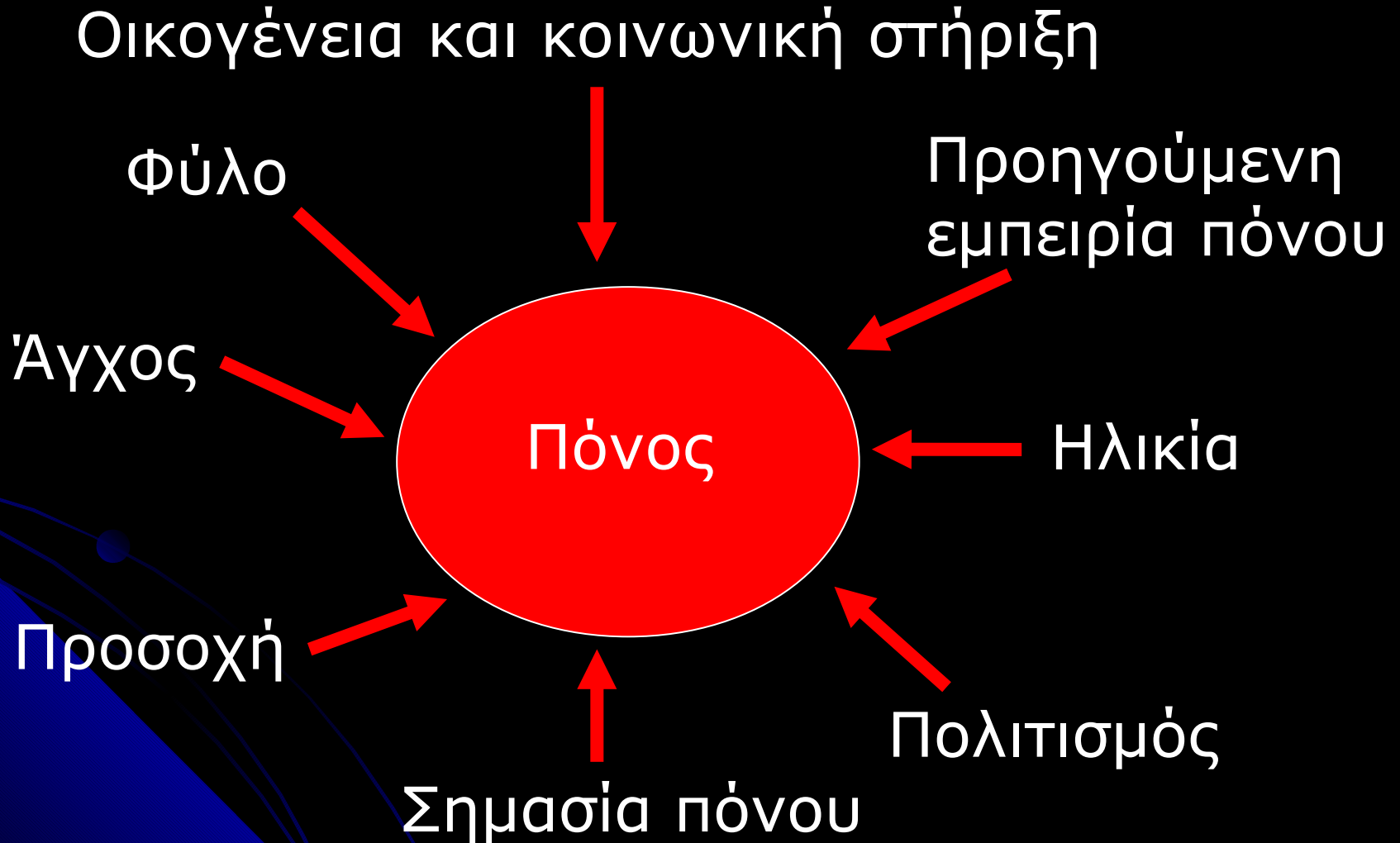


- ✓ Μία δυσάρεστη αισθητική και συναισθηματική εμπειρία
- ✓ Αμυντικός μηχανισμός

- ✓ Πολύπλοκη αλληλεπίδραση σωματικών, ψυχολογικών και κοινωνικών παραγόντων.
- ✓ Η ποιότητα και η ένταση είναι υποκειμενική.



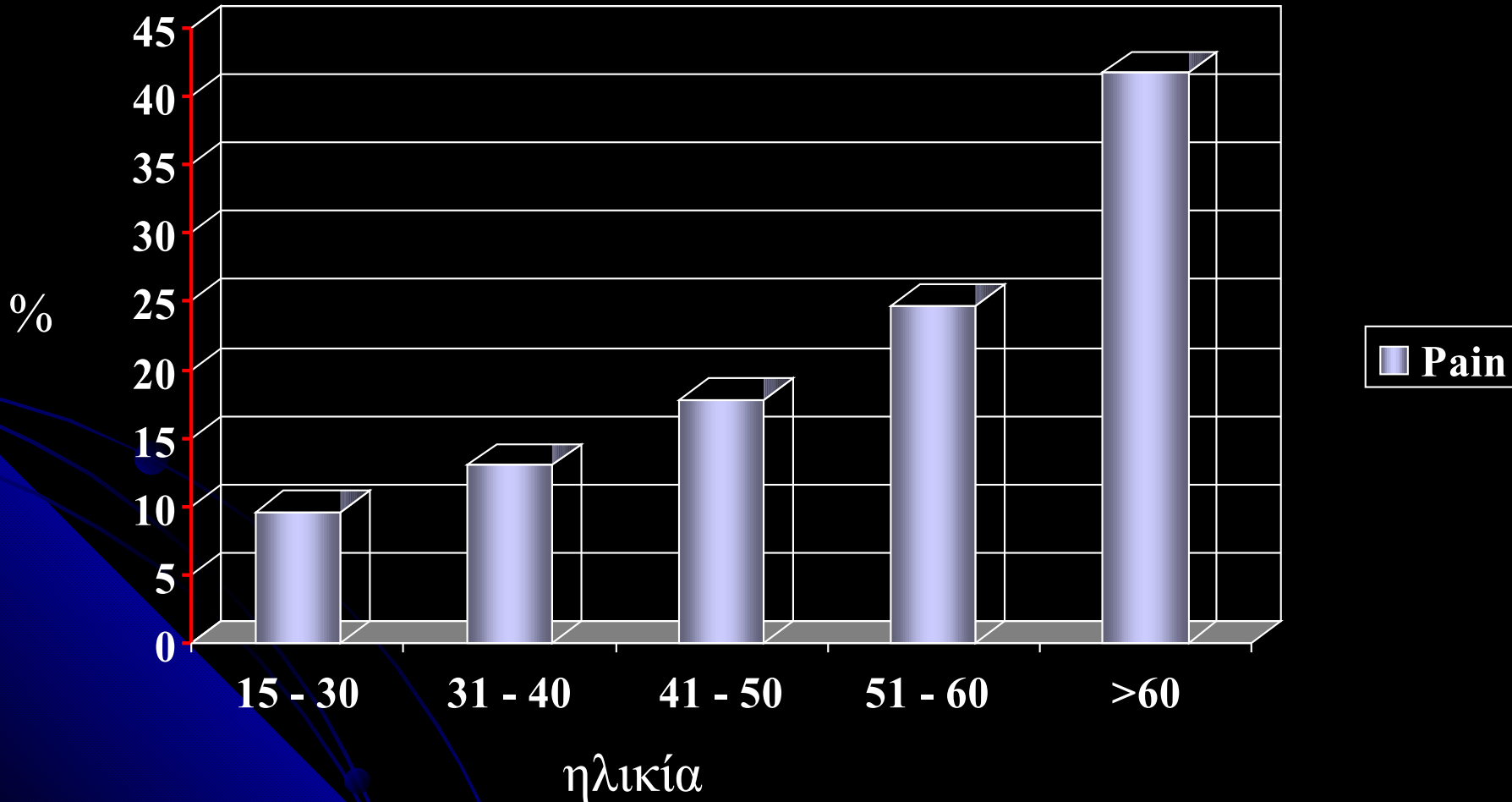
Παράγοντες Πρόκλησης Πόνου



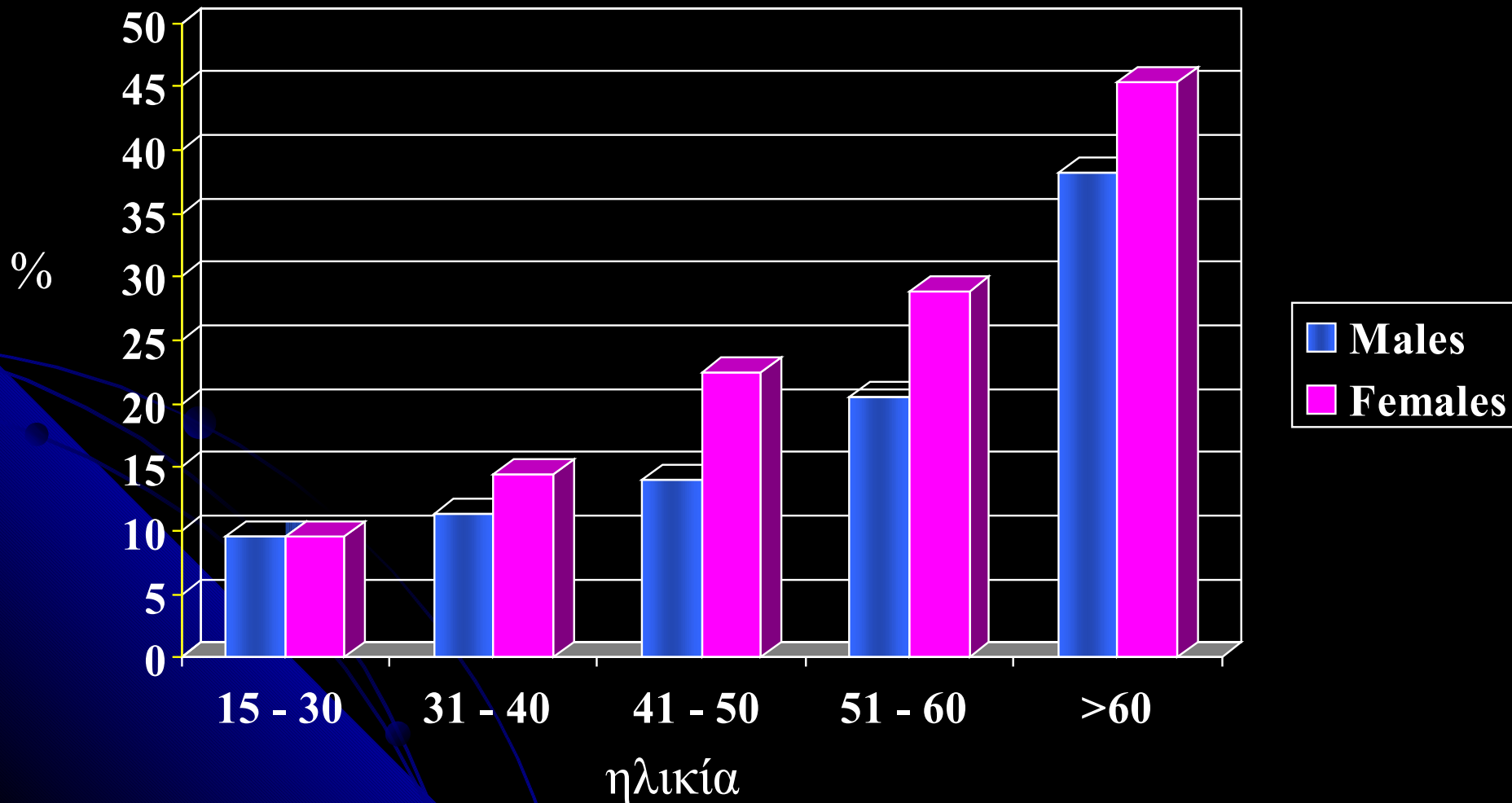
Επίπτωση Πόνου

- Καναδάς: **11%** έχουν πόνο (Crook et al. *Pain 1984*)
- Σουηδία: 33% όχι πόνος, **22%** συνεχής πόνος διάρκειας > 6 μήνες... (Brattberg et al. *Pain 1989*)
- Δανία: **30%** με επίμονο πόνο (Anderson et al. *Pain 1987*)

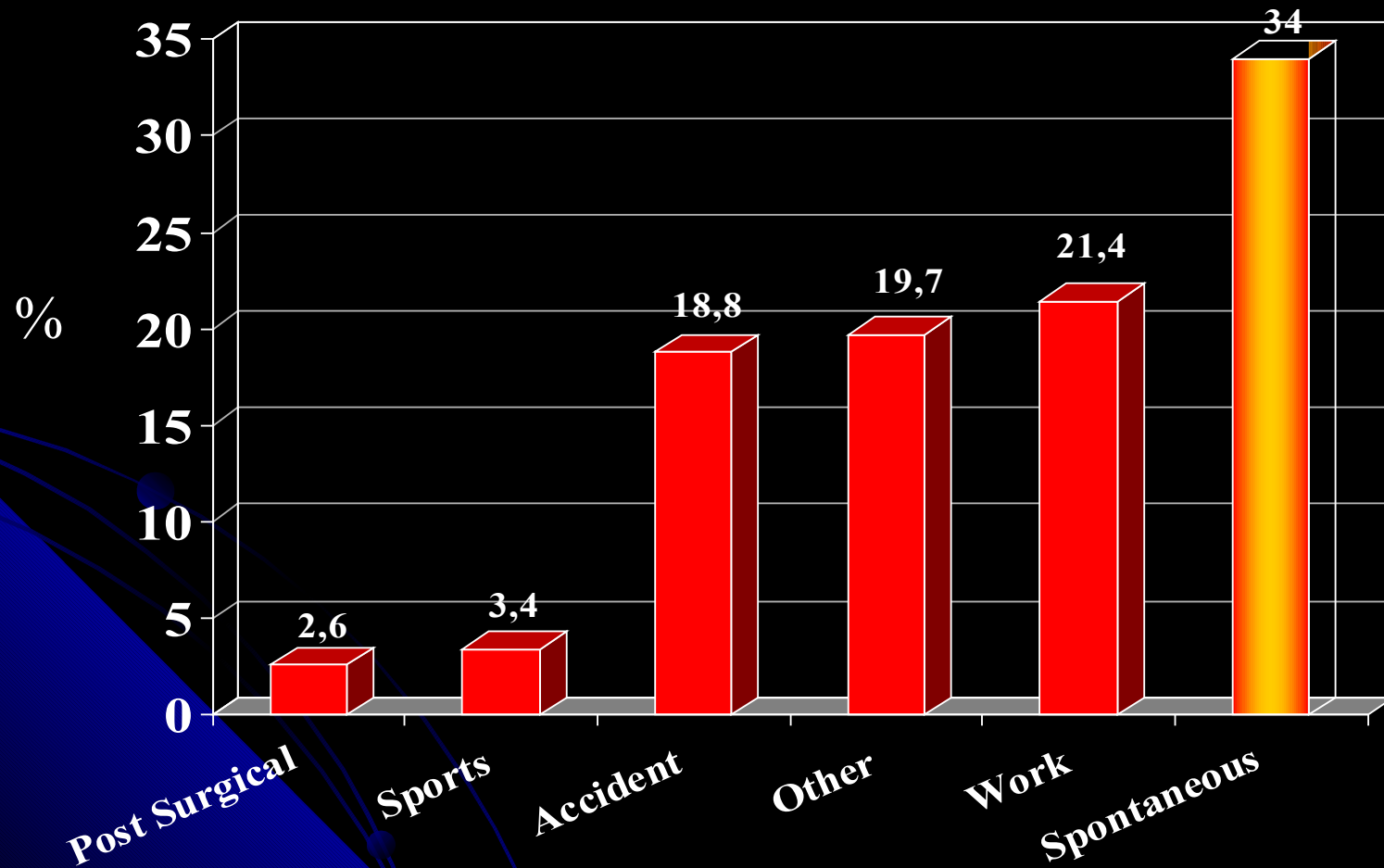
Πόνος και Ηλικία



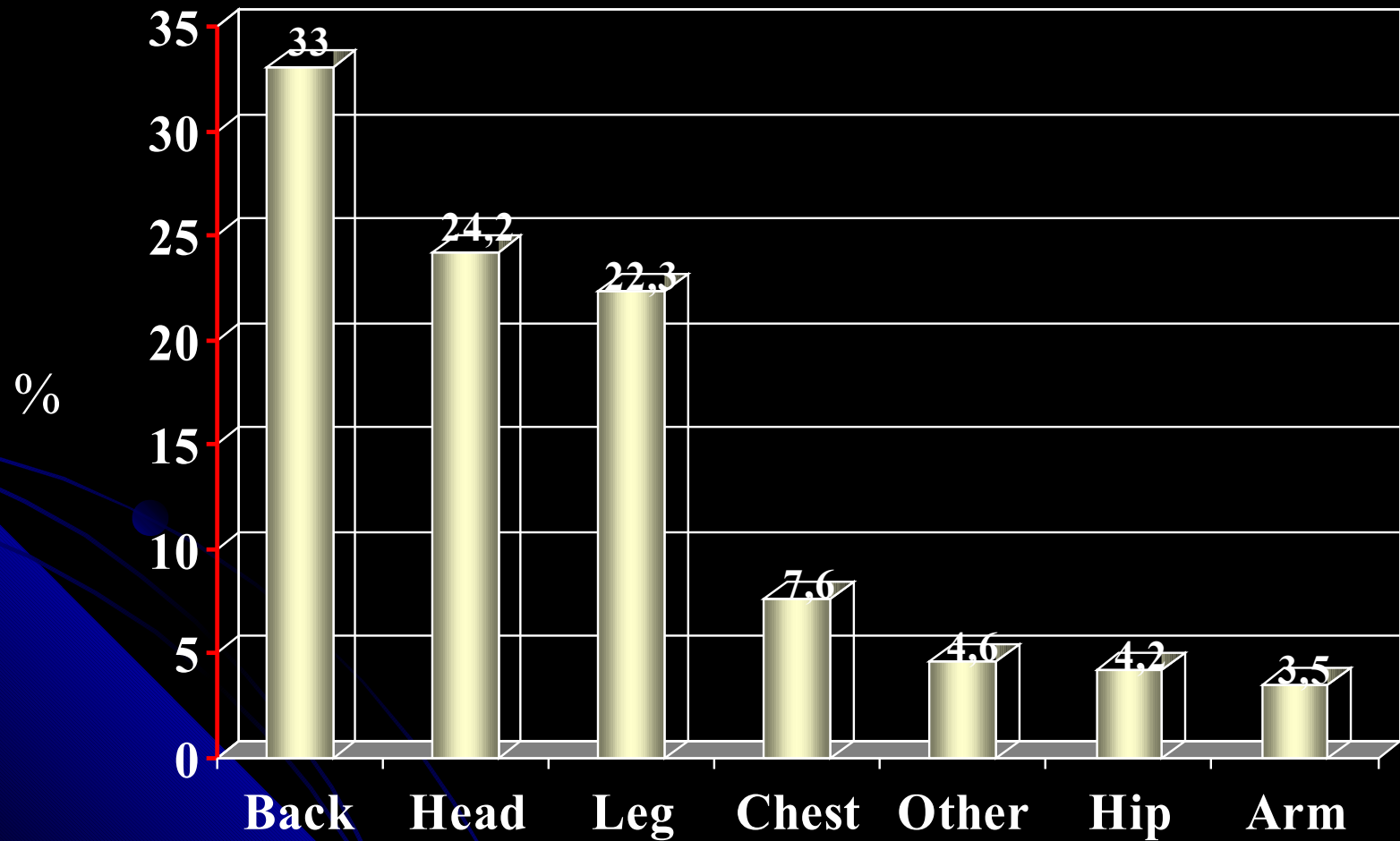
Πόνος Ανά Φύλο και Ηλικία



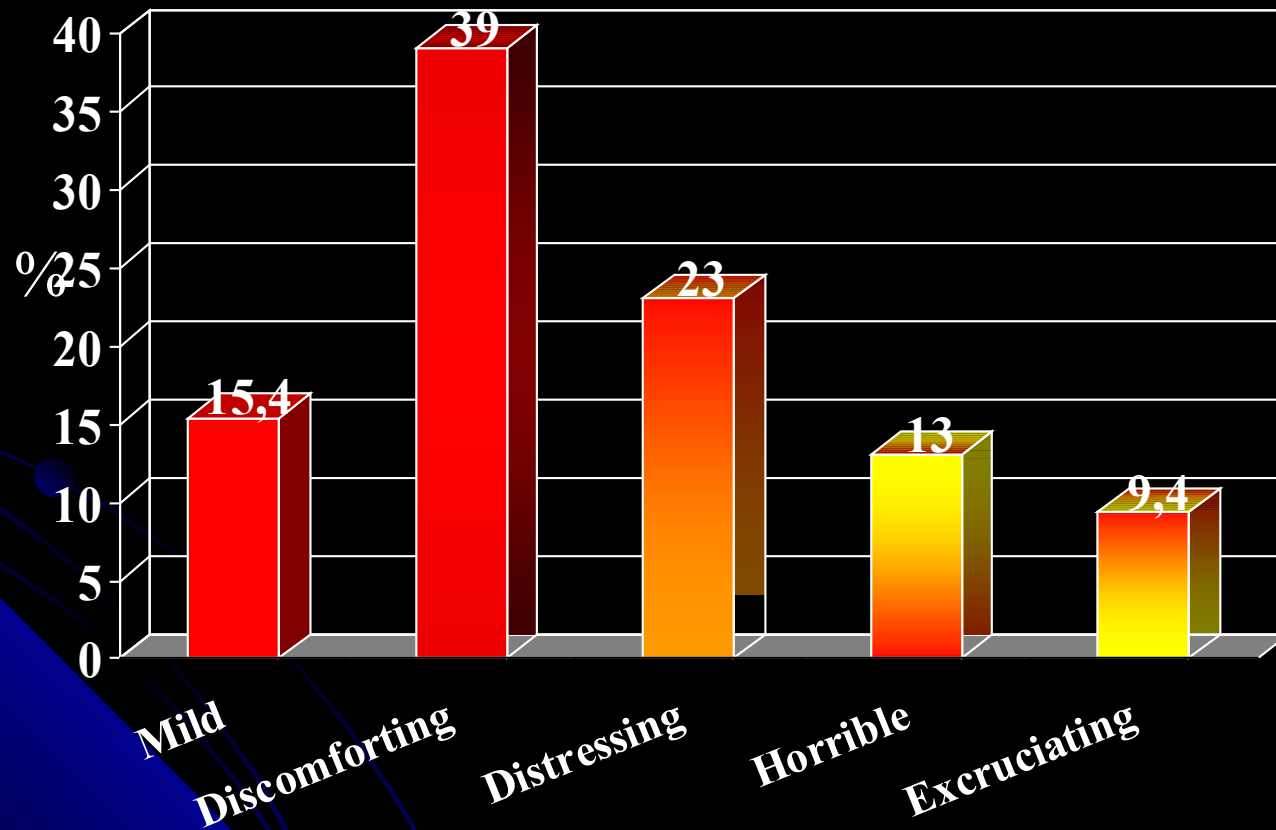
Αιτία Πόνου



Εντόπιση του Σοβαρότερου Πόνου



Ένταση του Πόνου



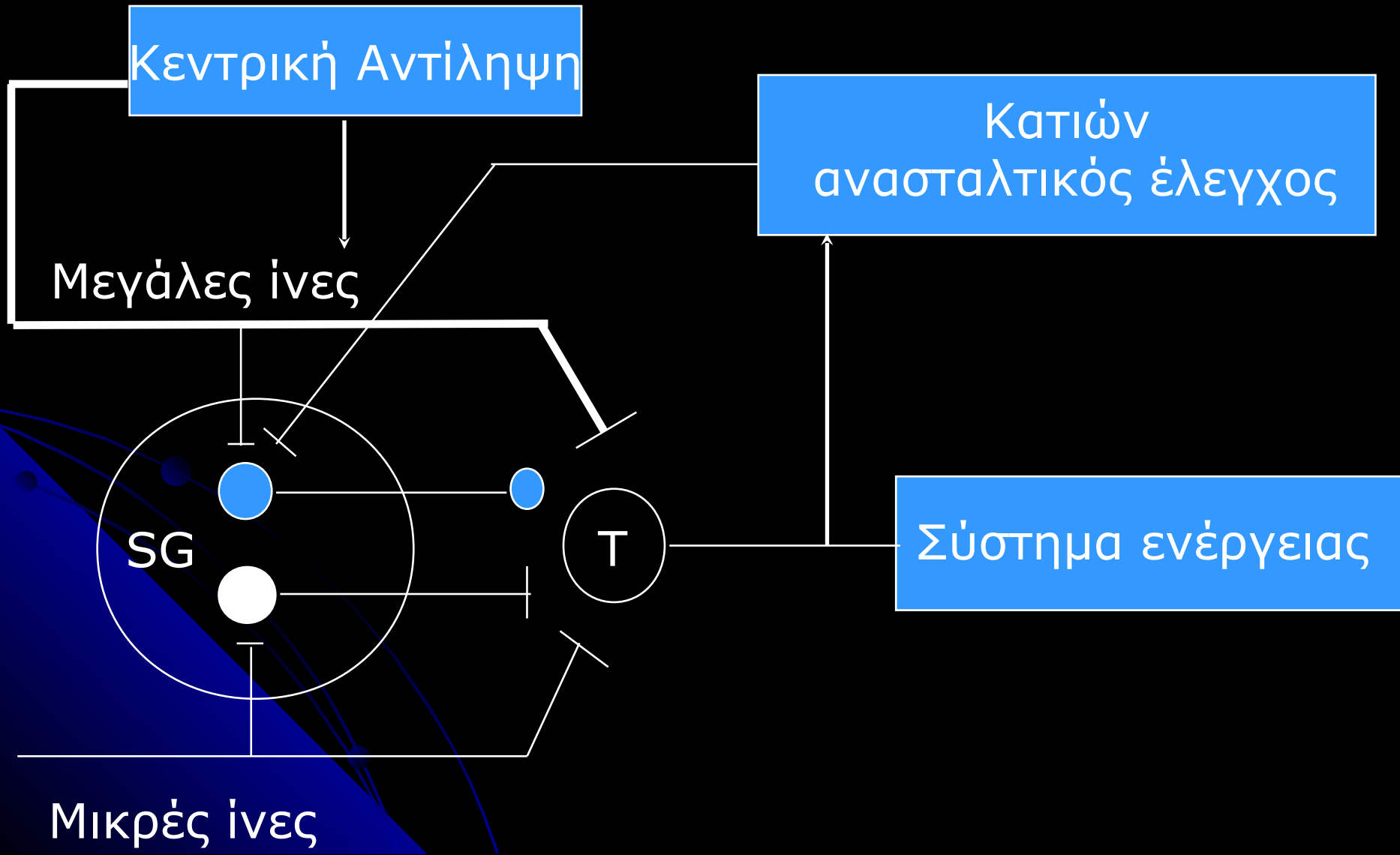
Συμπέρασμα

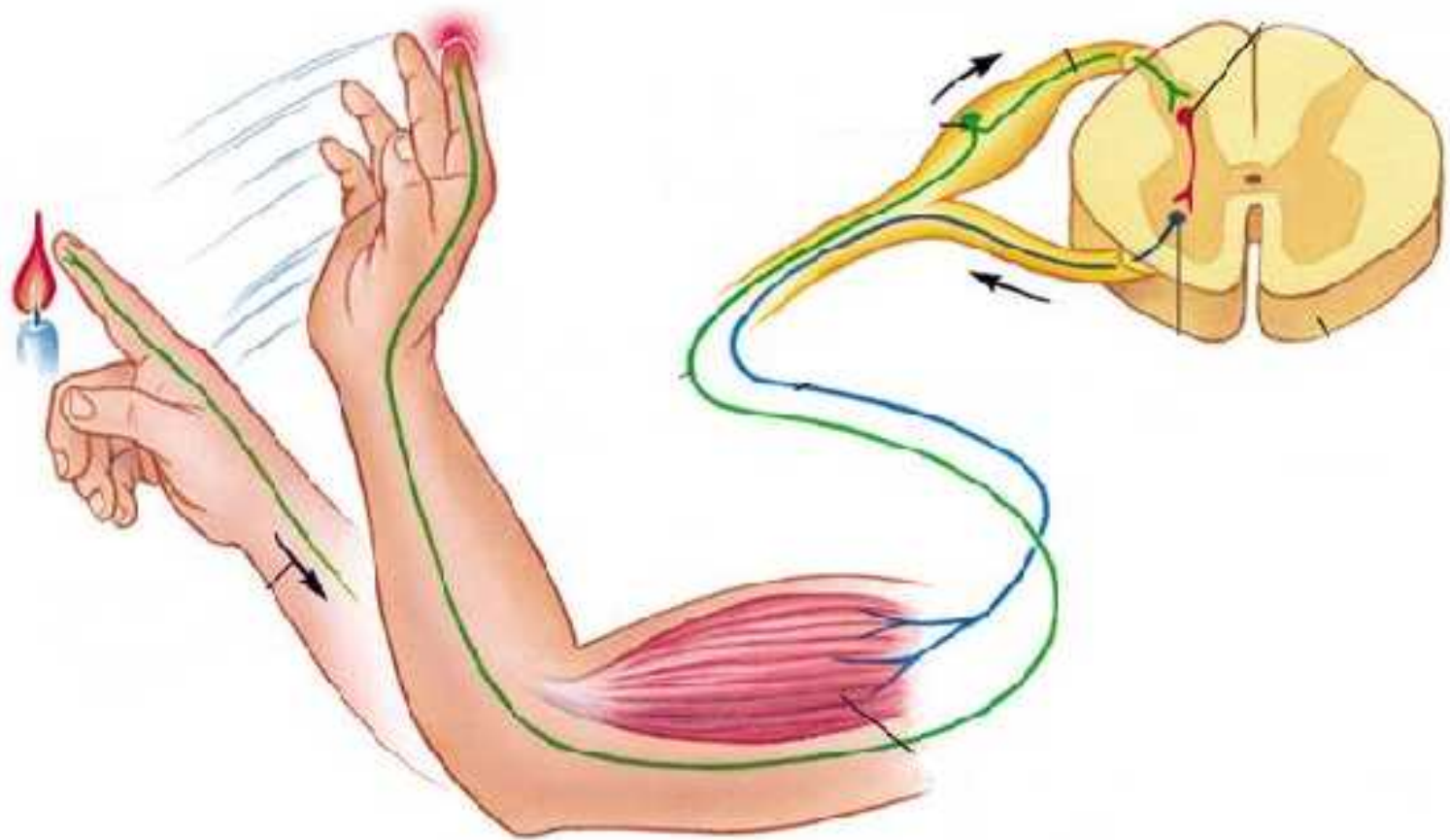
- Επίπτωση πόνου **1:3** νοικοκυριά
- Επίπτωση πόνου σε άτομα **1:5**
- Αυξανομένης της ηλικίας αυξάνει η επίπτωση του πόνου
- Γυναίκες >30 έχουν περισσότερο πόνο
- Οσφυαλγία είναι ο συνηθέστερος πόνος
- Η αιτία του πόνου είναι συχνά άγνωστη

Η Σχετικότητα του Πόνου



Θεωρία της Πύλης του Πόνου



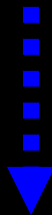


Τραυματισμός



ΠΥΛΗ:

Διάφοροι παράγοντες ανοίγουν ή κλείνουν την πύλη



Η αντίληψη του πόνου εξαρτάται από το πόσο ανοικτή ή κλειστή είναι η πύλη

Παράγοντες που Ανοίγουν την Πύλη



Φυσικοί παράγοντες

έκταση και φύση του
τραυματισμού

Συναισθηματικοί

άγχος, ανησυχία,
ένταση, κατάθλιψη

Αντίληψη

εστίαση στον πόνο,
ανία, κόπωση, αϋπνία

Παράγοντες που Κλείνουν την Πύλη

Φυσικοί

φάρμακα, αλκοόλ, αντίθετη διέγερση (ζέση, μασάζ)

Συναισθηματικοί

θετικά συναισθήματα, χαλάρωση, ανάπαυση
θρησκευτικά πιστεύω

Διανοητική κατάσταση

έντονη αυτοσυγκέντρωση ή διάσπαση προσοχής



Έλεγχος του Πόνου

- ✓ ιατρική θεραπεία
- ✓ εναλλακτικές θεραπείες
- ✓ ψυχολογική παρέμβαση



Ιατρικές Θεραπείες

- Φάρμακα
- Χειρουργική παρέμβαση
- TENS

Εναλλακτικές Θεραπείες

- Βελονισμός
- Ύπνωση

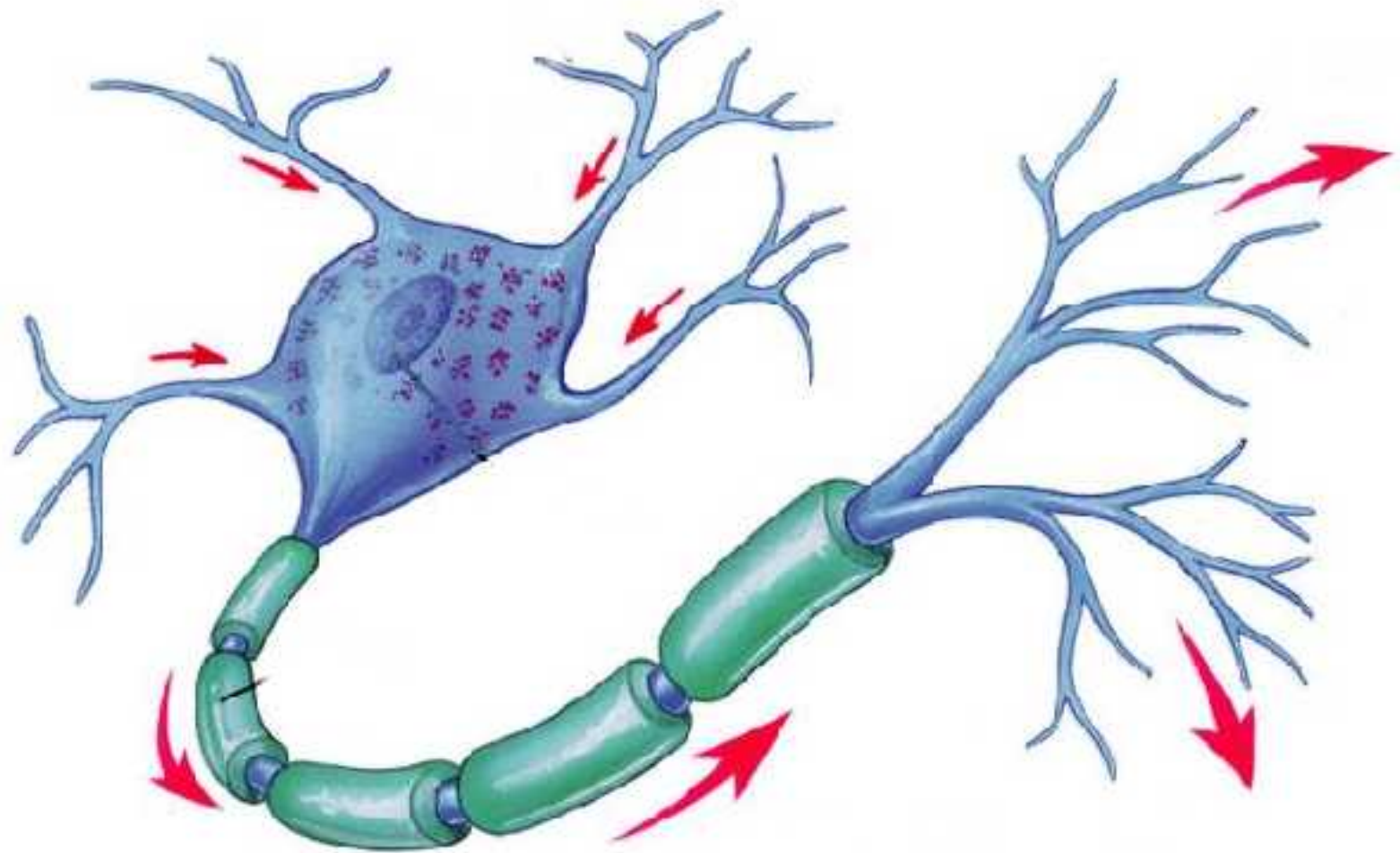
Φυσιολογία του Πόνου

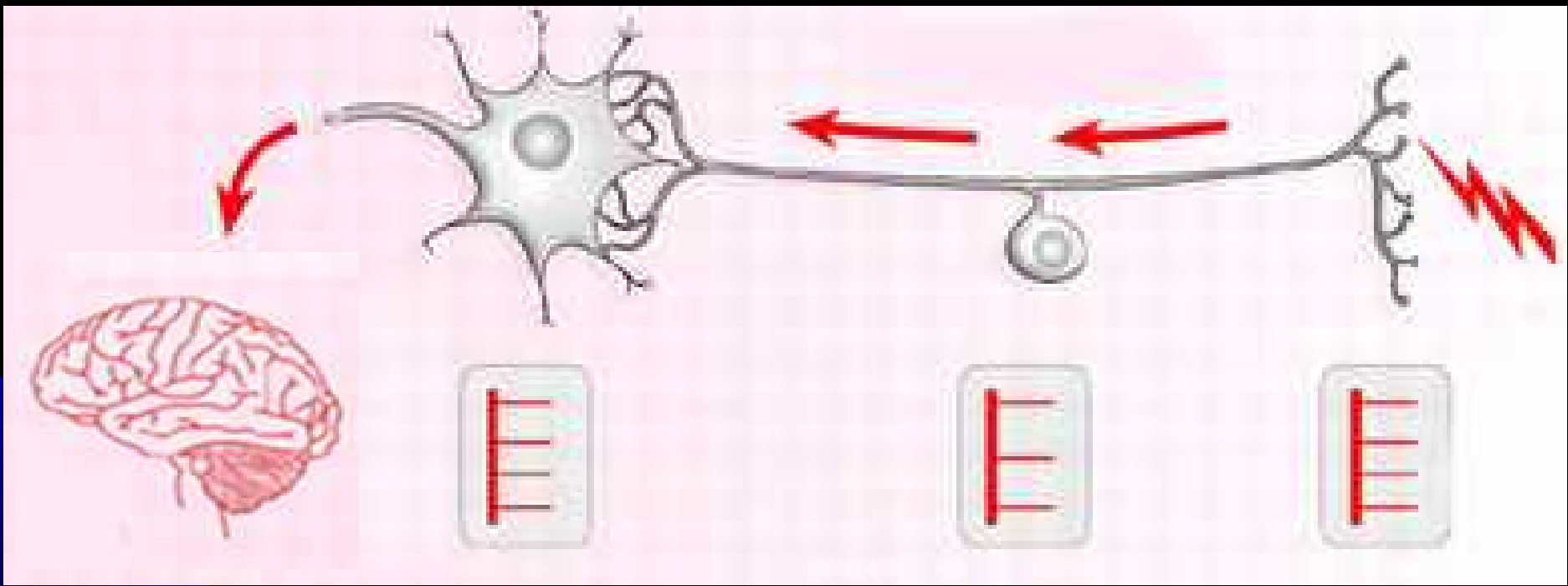
Υποδοχείς πόνου: δέχονται και μεταφέρουν ερεθίσματα

Θέση: στους περισσότερους ιστούς

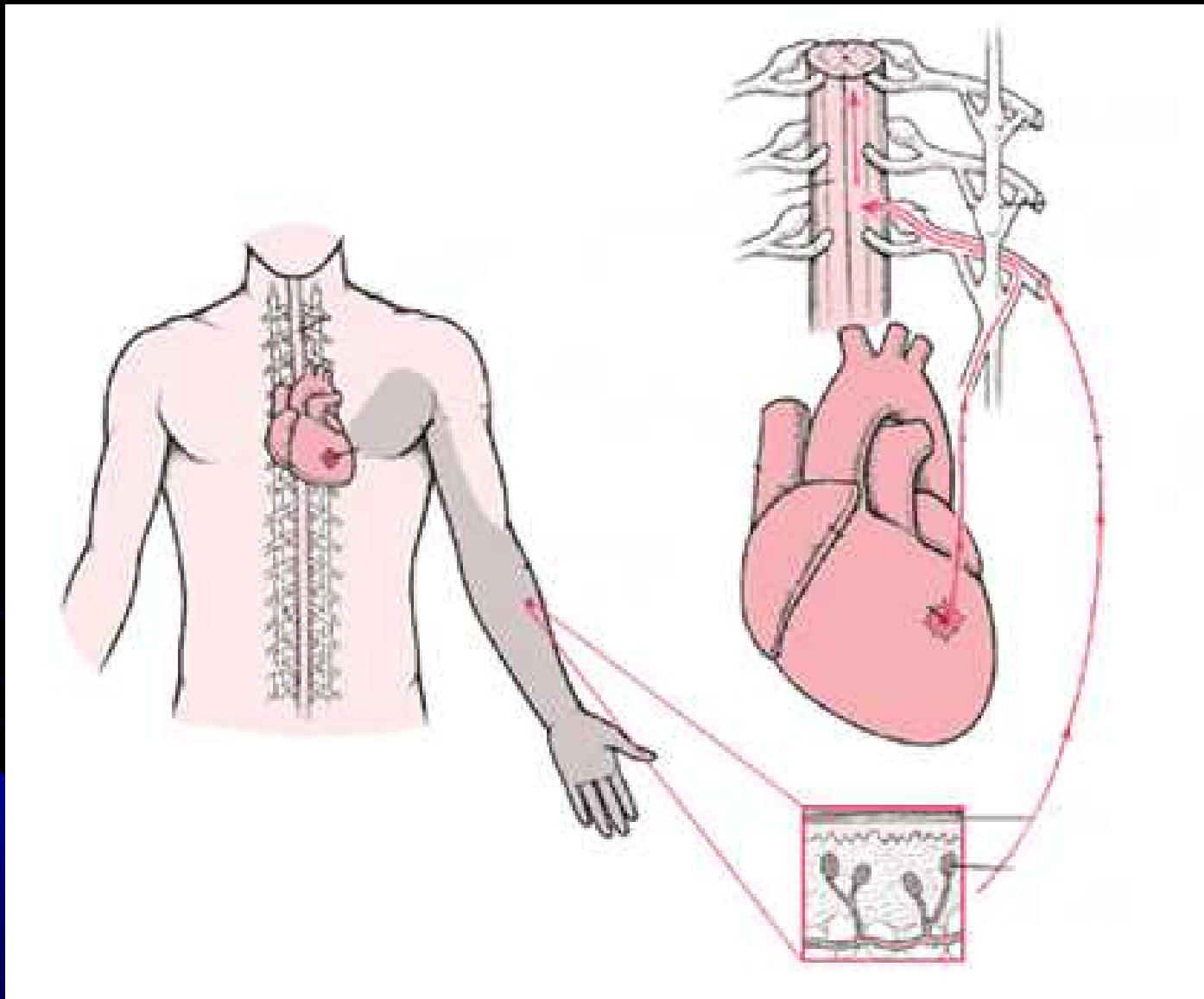
Κυρίως: δέρμα, περιόστεο, αρθρώσεις, αρτηριακό τοίχωμα

Απουσία: πνεύμονες, εγκέφαλος





Αναφερόμενος Πόνος



Είδη Πόνου

- Οξύς – έως 6 μήνες
- Χρόνιος - >6 μήνες
- Ακτινοβολών σε γειτονική περιοχή
- Αναφερόμενος σε απομακρυσμένη περιοχή
- Ανυπόφορος

- Σπλαχνικός
- Σωματικός
- Νευροπαθητικός
- Σ. χρόνιου πόνου
- Phantom
- Ψυχογενής

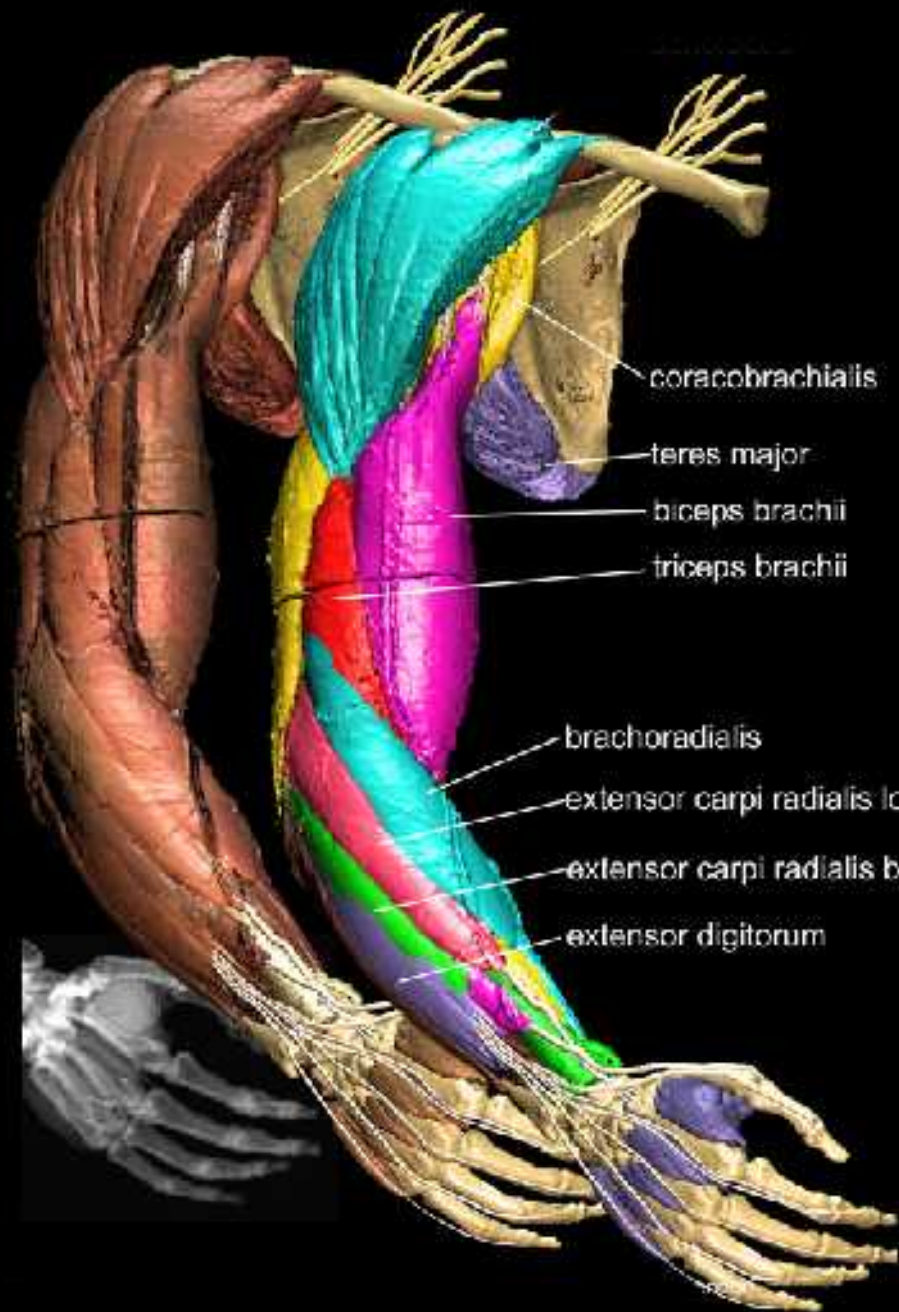


Προέλευση Πόνου στα Άκρα



- ✓ Οστά
- ✓ Σύνδεσμοι
- ✓ Τένοντες
- ✓ Μύες
- ✓ Περιτονία
- ✓ Δέρμα
- ✓ Αγγεία
- ✓ Νεύρα

- ✓ Τραυματισμός
- ✓ Όγκοι
- ✓ Φλεγμονή
- ✓ Σ. καταπόνησης
- ✓ Ρήξη μυών-τενόντων
- ✓ Καταπόνηση μυών-τενόντων
- ✓ Ρευματικά νοσήματα
- ✓ Μεταβολικά νοσήματα
- ✓ Μυοπεριτονιακά σύνδρομα



'Ανω Άκρο

Όμος



- Σύνδρομο πρόσκρουσης
- Ρήξη τενοντίου πετάλου
- Εξάρθρωμα ώμου
- Ασβεστοποιός τενοντίτιδα
- Αρθρίτιδα ΑΚΑ-ΓΒΑ



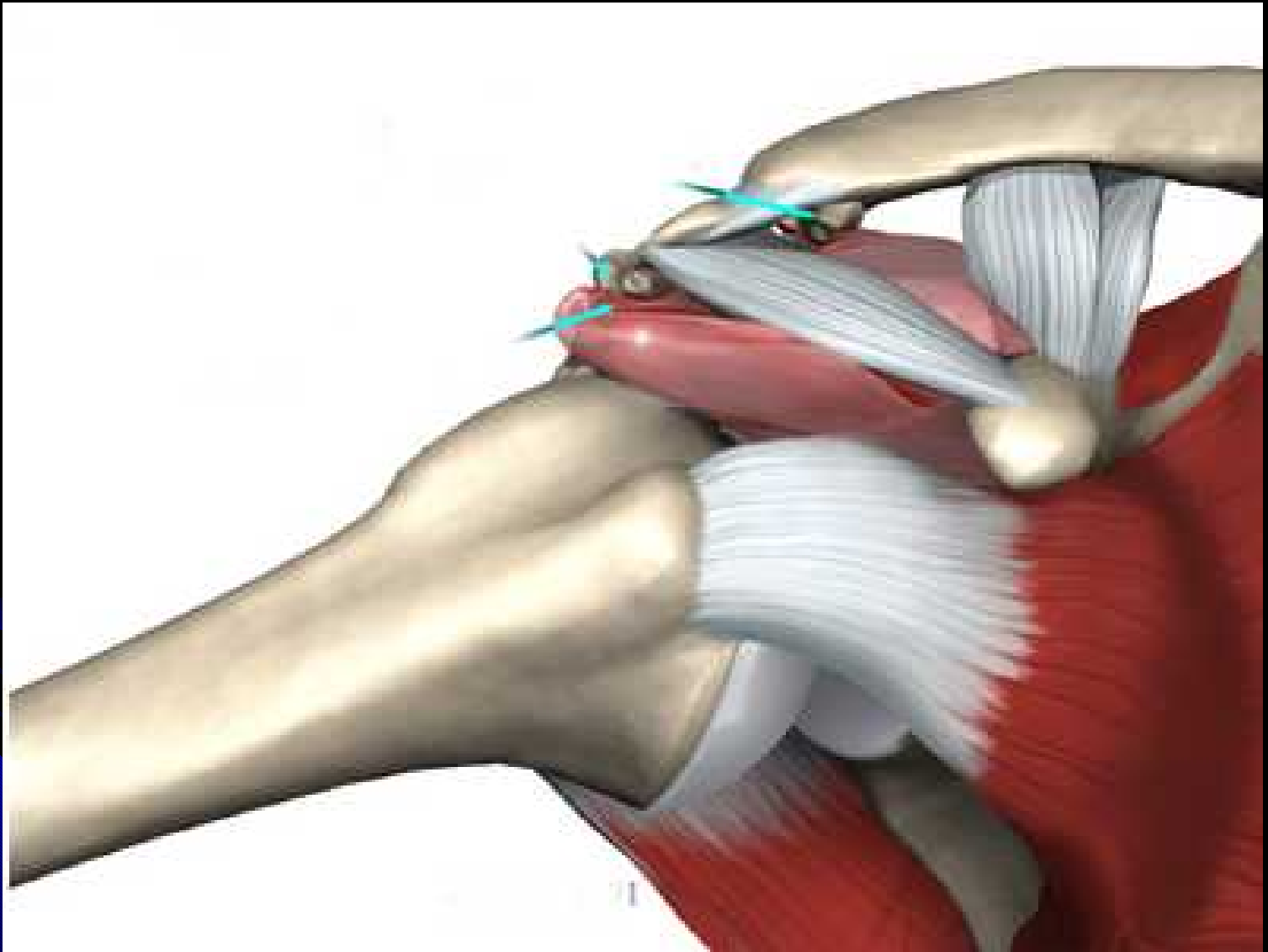
Εξάρθρημα του Ώμου



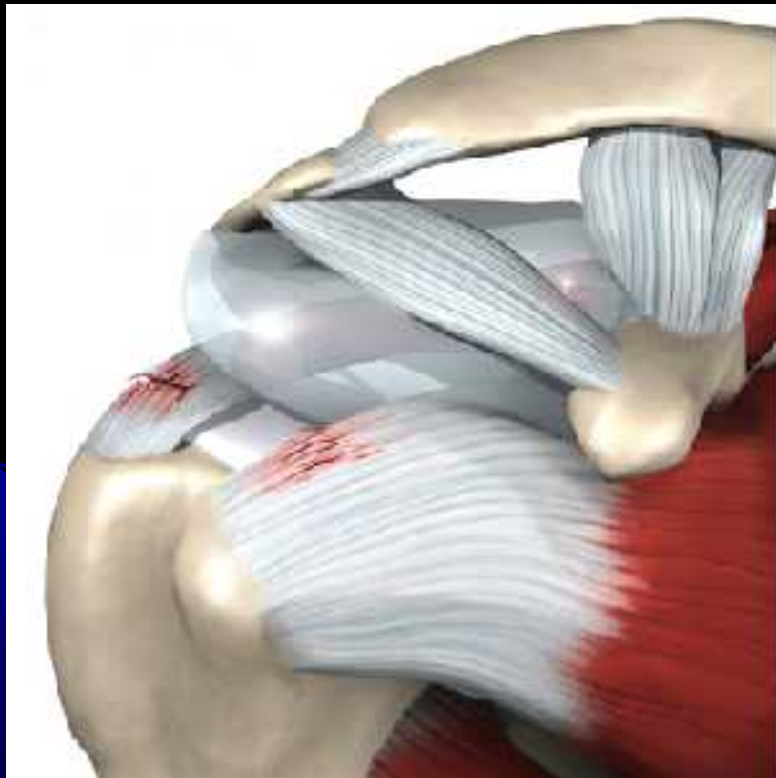
Σύνδρομο Πρόσκρουσης



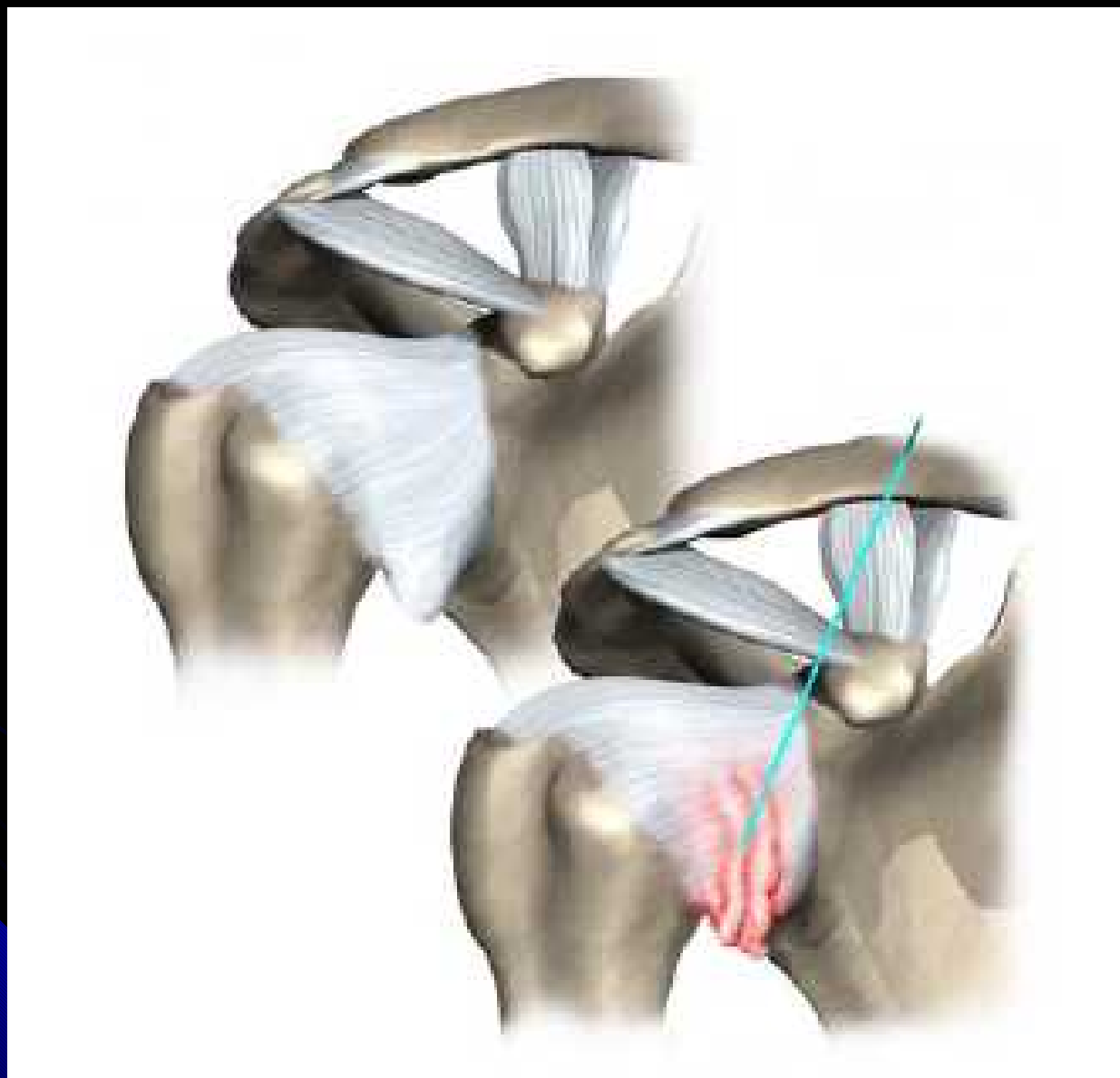
Σύνδρομο Πρόσκρουσης



Ρήξη Τενοντίου Πετάλου



Δυσκαμψία Ώμου – Παγωμένος Ώμος



Αρθρίτιδα Ακρωμιοκλειδικής Άρθρωσης

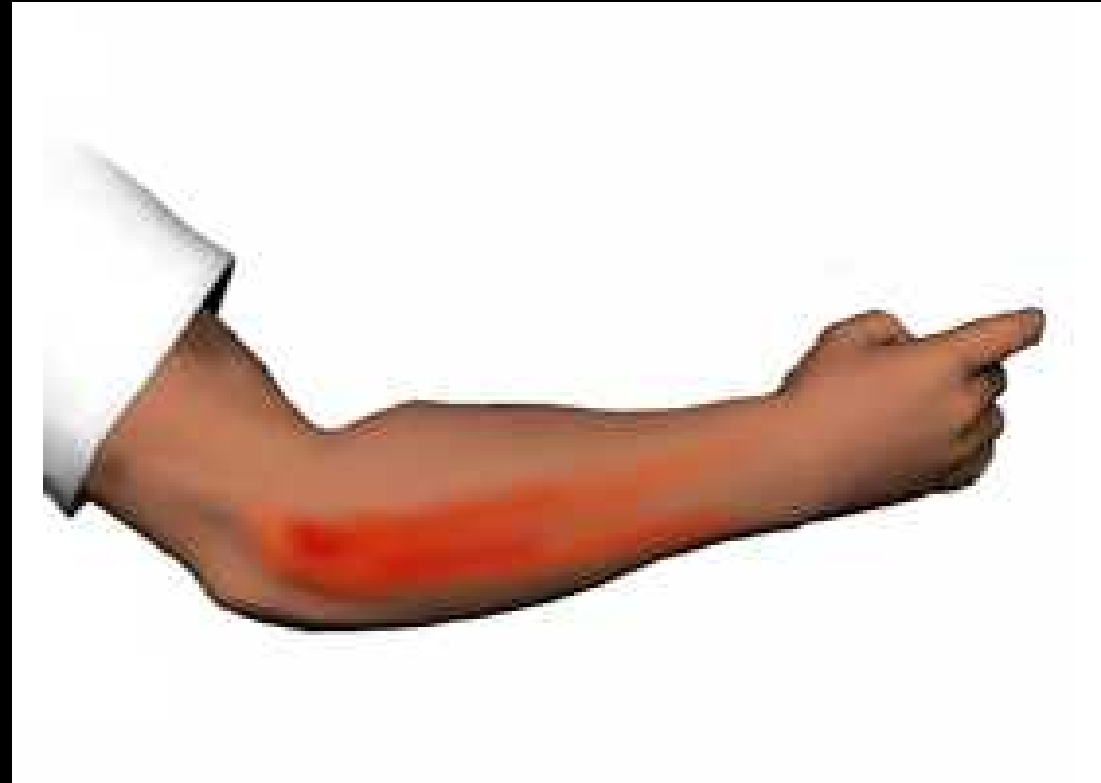


Αγκώνας



- ✓ Επικονδυλίτιδα
- ✓ Οστεοχονδρίτιδα
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Νευρίτιδα ωλενίου νεύρου

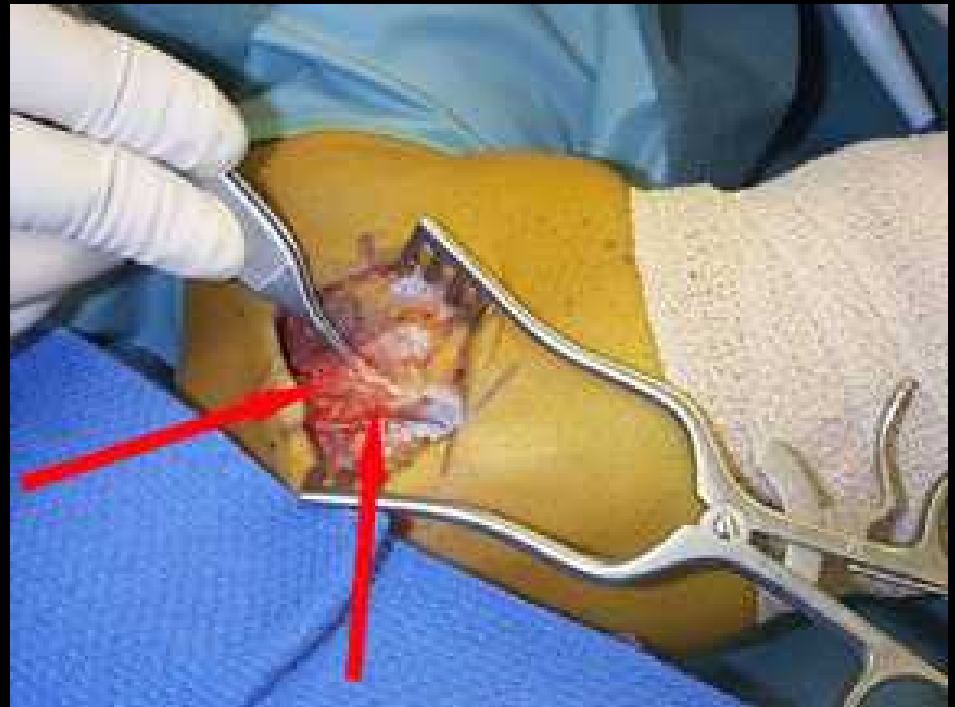
Επικονδυλίτιδα



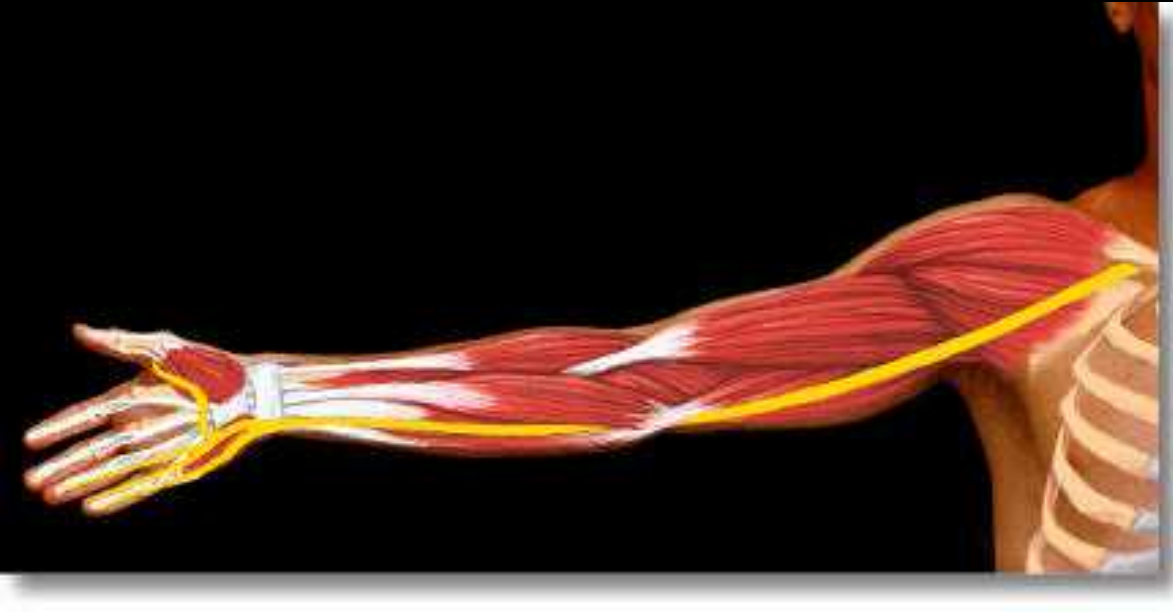
Επικονδυλίτιδα



Επικονδυλίτιδα



Νευρίτιδα ωλενίου νεύρου

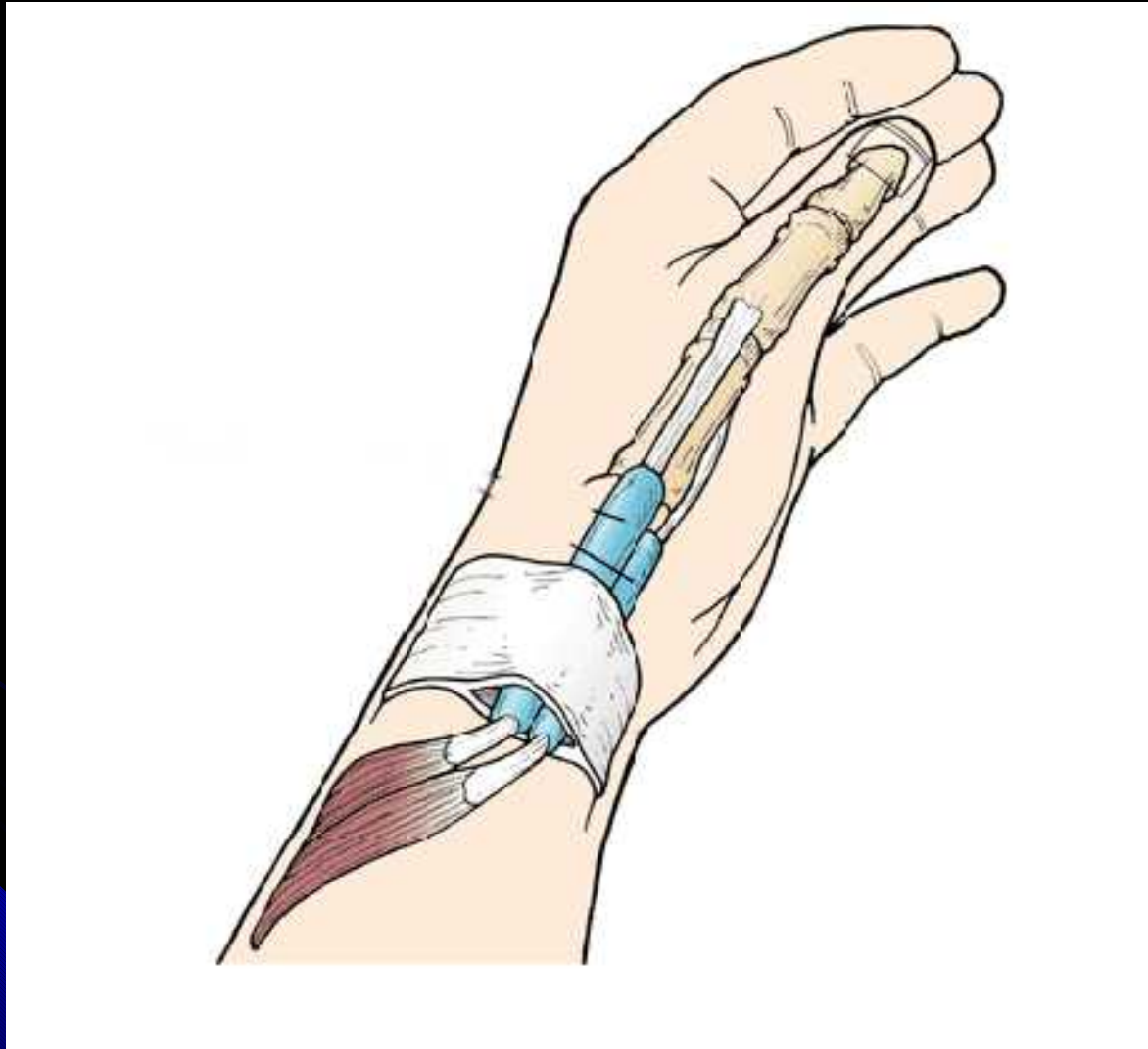


Καρπός



- ✓ Τενοντίτιδα
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Κάταγμα
- ✓ Γάγγλιο
- ✓ Άσηπτη νέκρωση

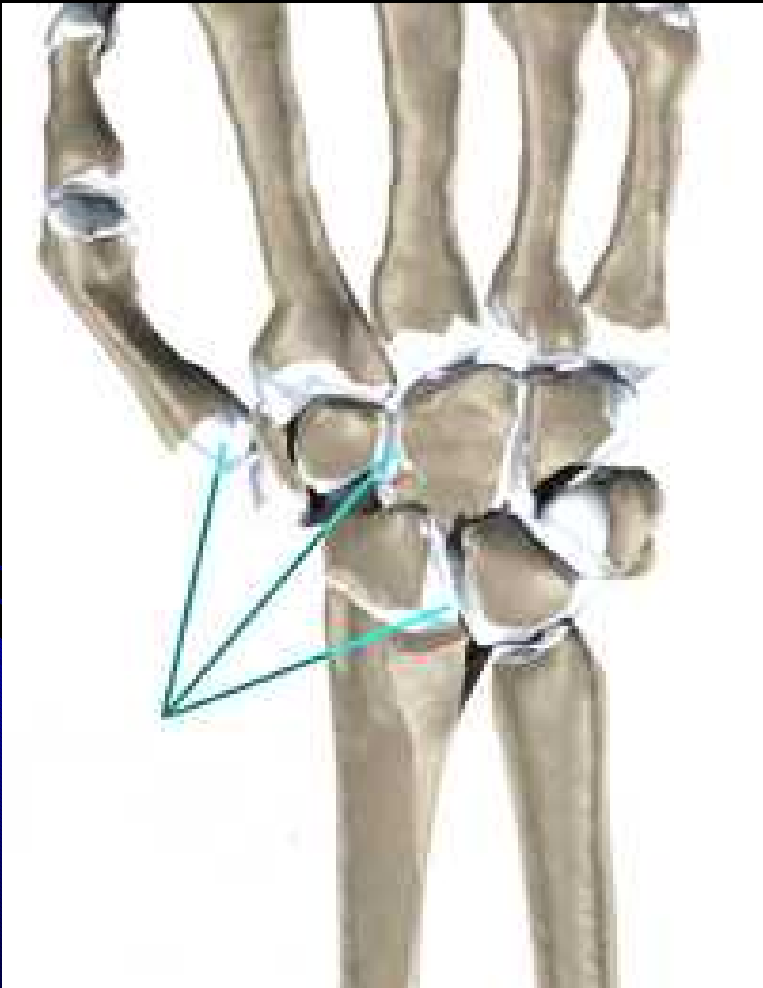
Τενοντίτιδα de Quervain



Άσηπτη Νέκρωση Μηννοειδούς



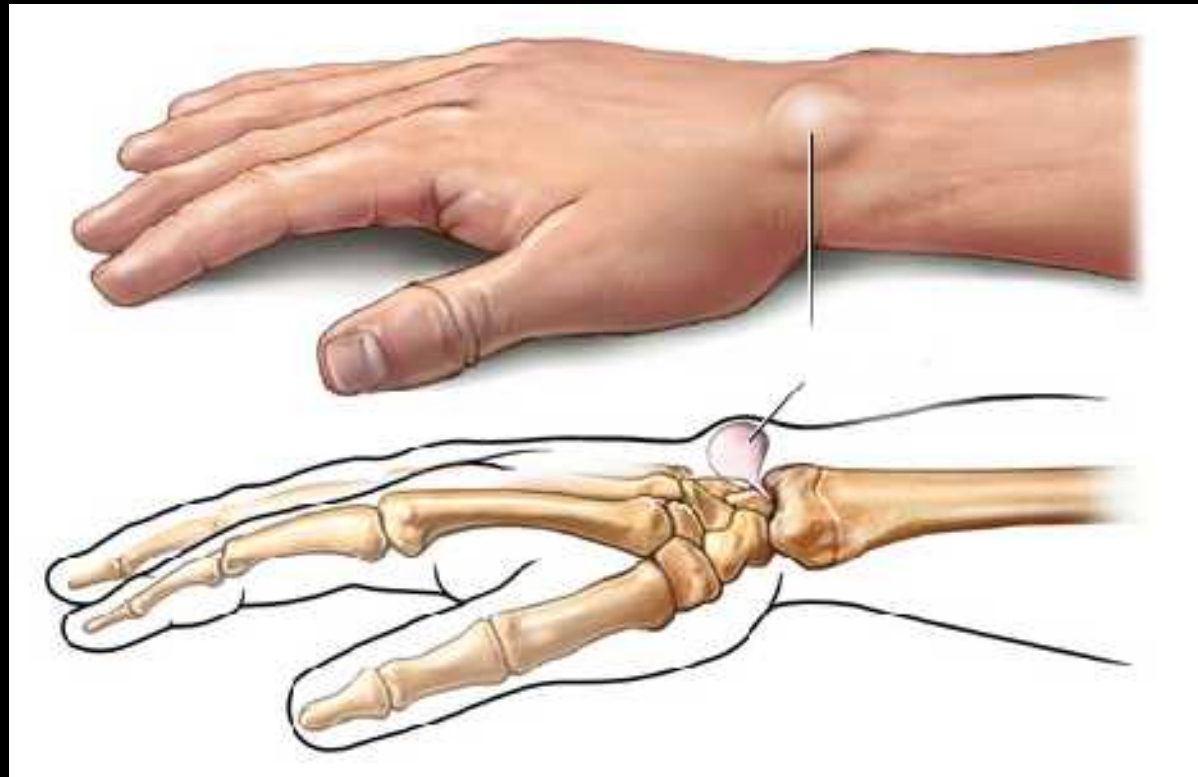
Αρθρίτιδα του Καρπού

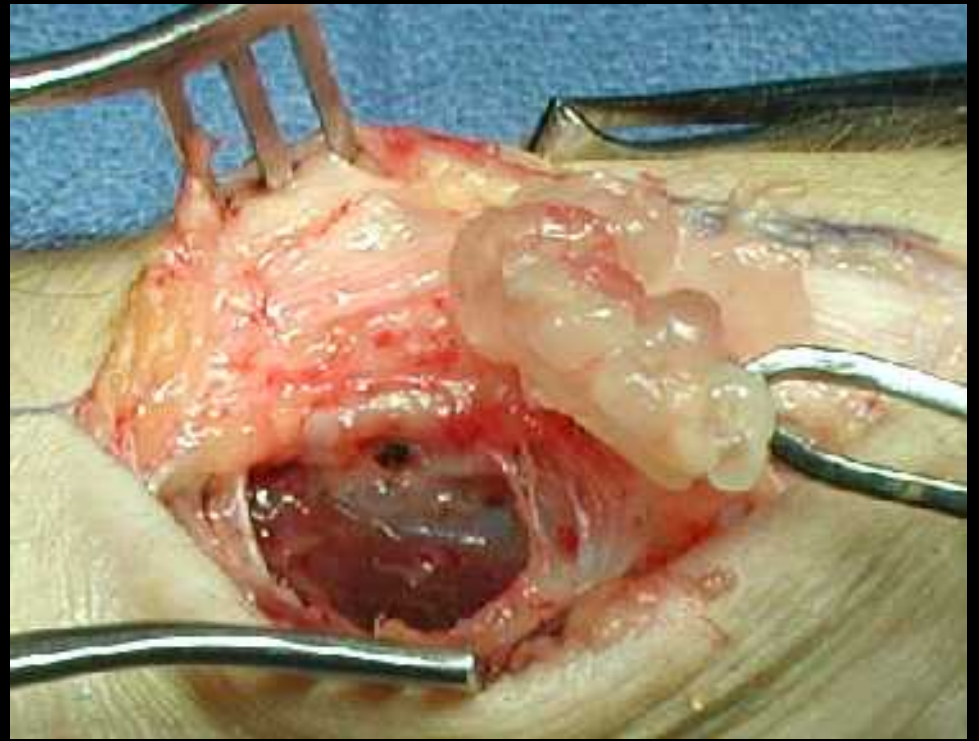


Αρθρίτιδα του Καρπού



Γάγγλιο





Χέρι



- ✓ Εκτινασσόμενος δάκτυλος
- ✓ Σ. καρπιαίου σωλήνα
- ✓ Διατομή τενόντων
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ ν. Dupuytren

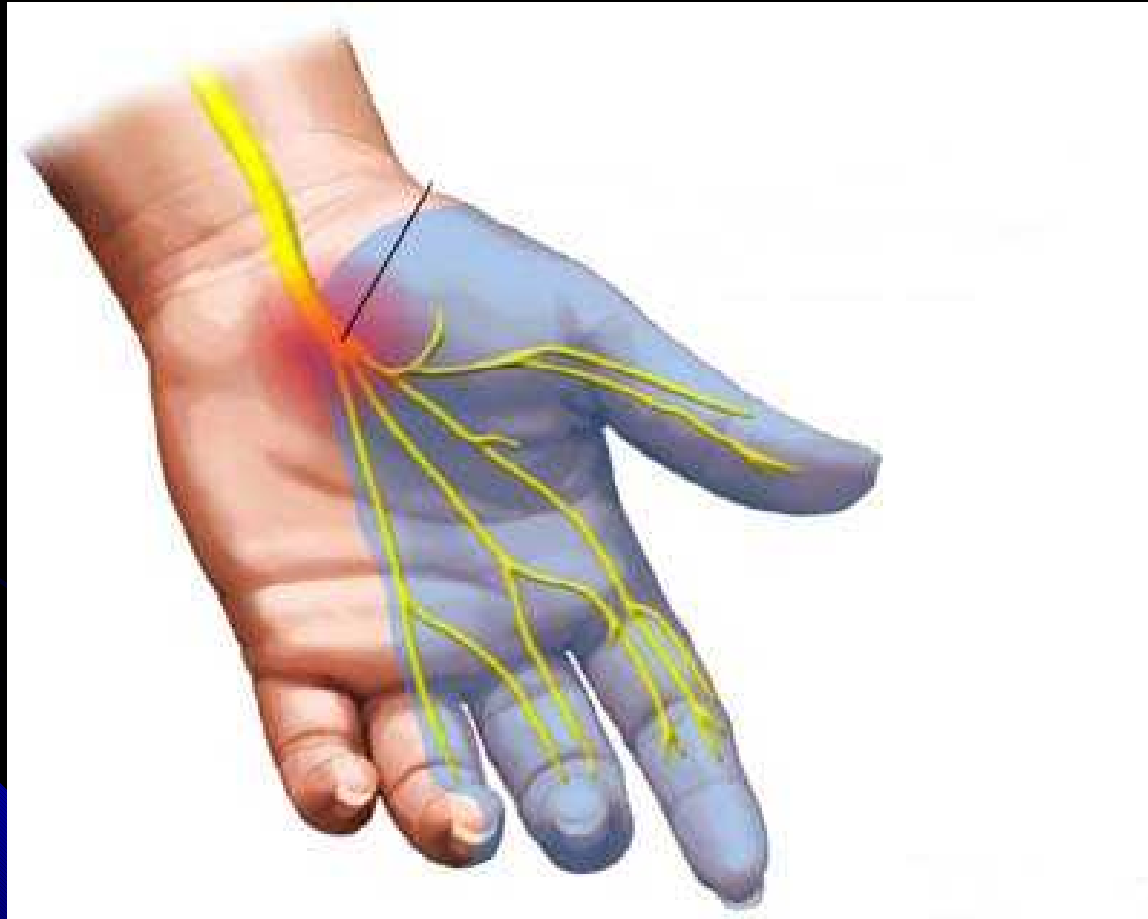
Εκτινασσόμενος δάκτυλος



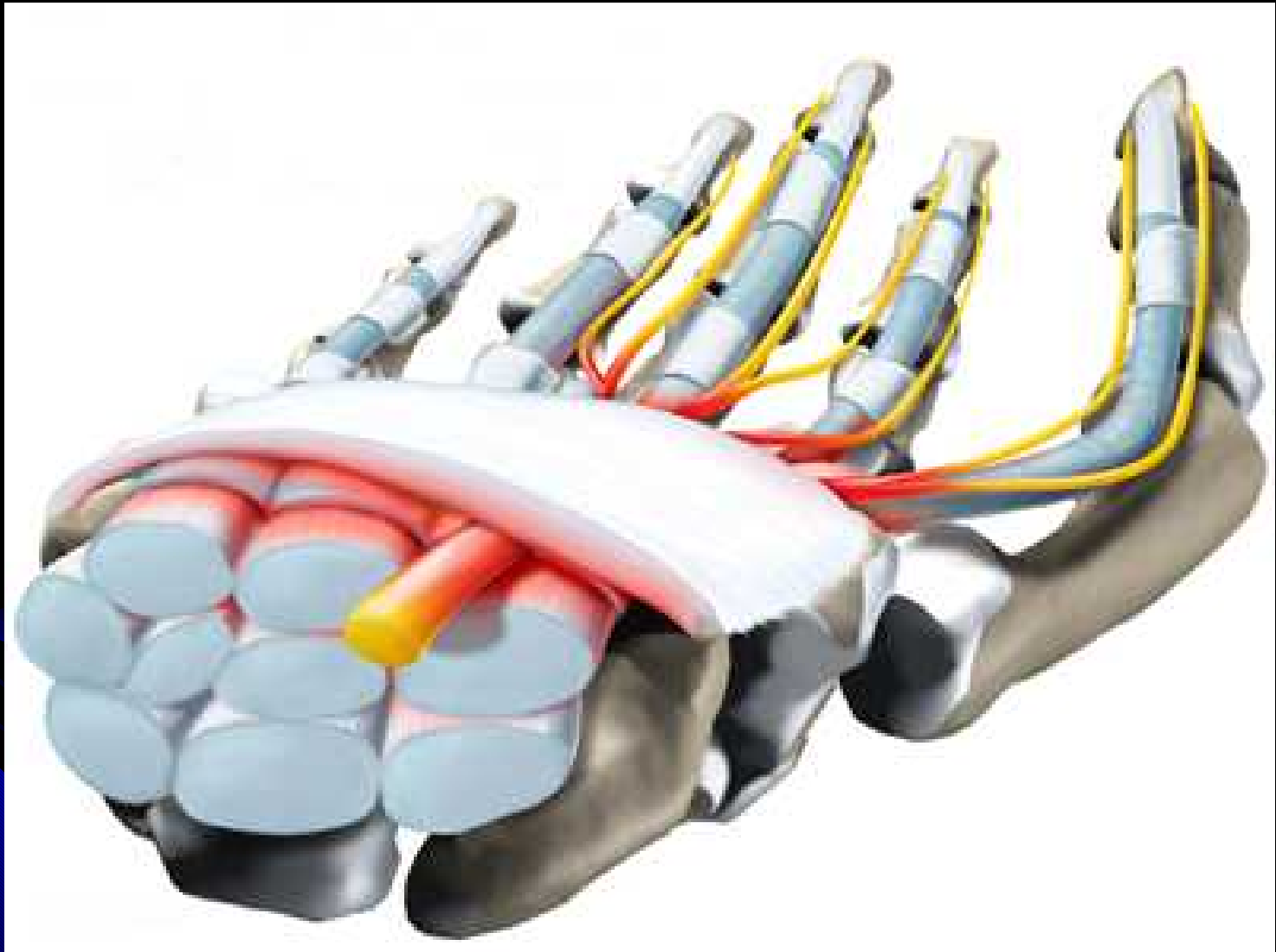
Εκτινασσόμενος δάκτυλος



Σ. καρπιαίου σωλήνα



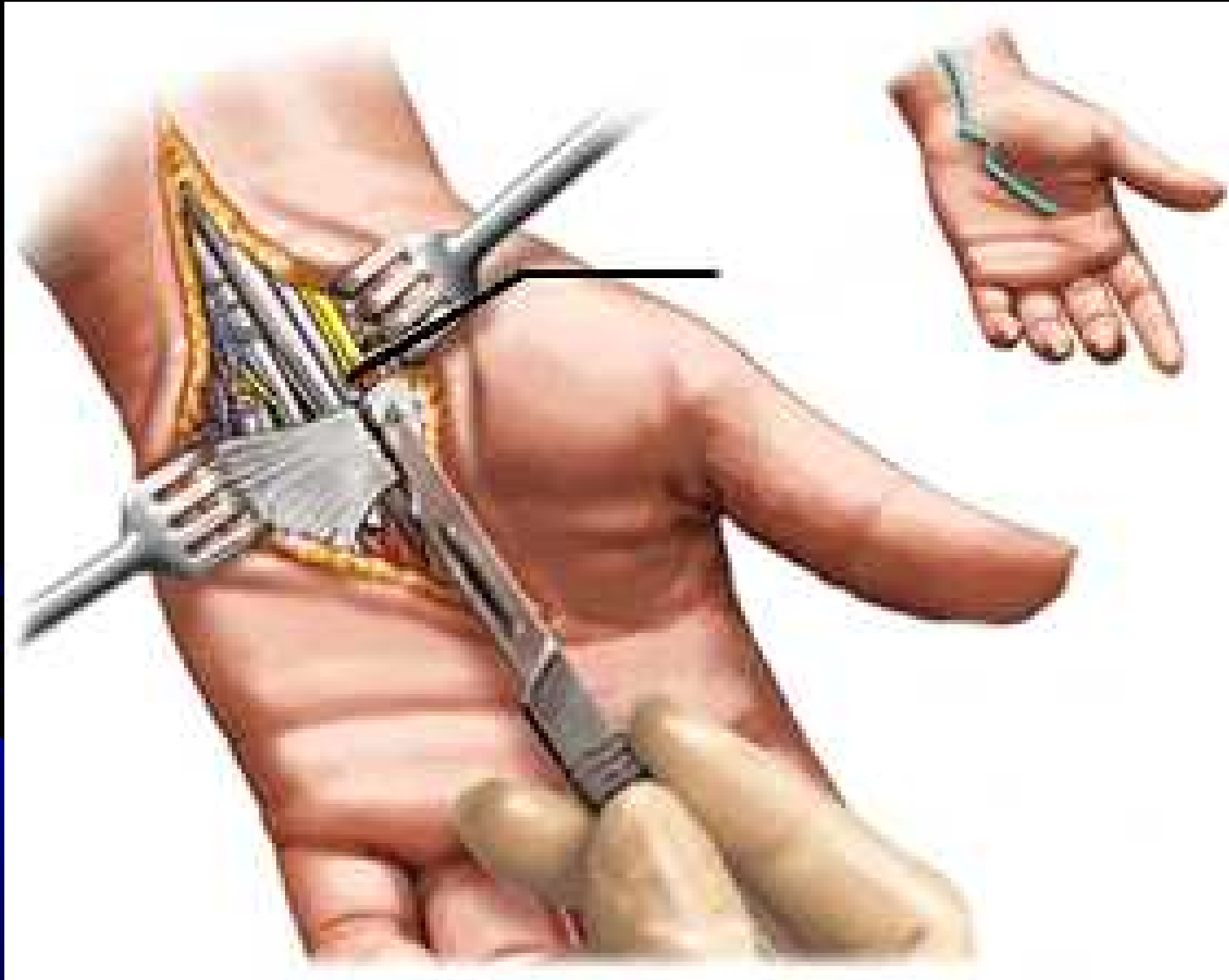
Σ. καρπιαίου σωλήνα



Σ. καρπιαίου σωλήνα



Σ. καρπιαίου σωλήνα



Αρθρίτιδα Αντίχειρα



Αρθρίτιδα



Αρθρίτιδα



v. Dupuytren



v. Dupuytren





Κάτω Άκρο

Ισχίο



- ✓ Δυσπλασία
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Φλεγμονή
- ✓ Οστεονέκρωση

Δυσπλασία

Pavlik Harness

Shoulder Strap

Chest Strap

Abduction Strap

Abduction Strap

Leg Strap



Δυσπλασία



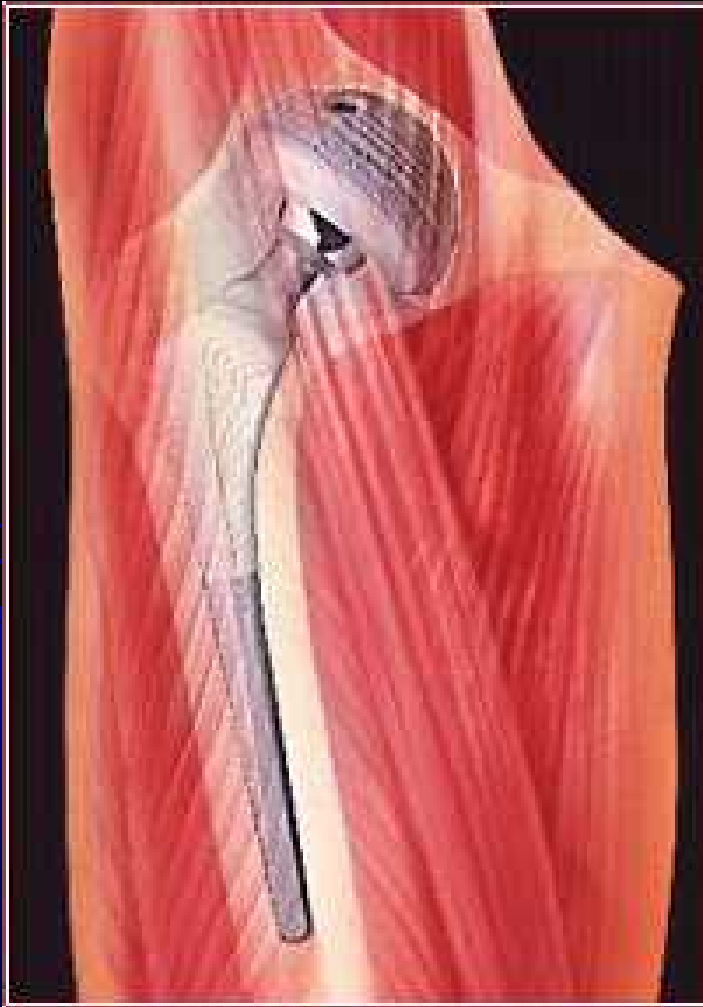
Οστεοχονδρίτιδα Μηριαίας Κεφαλής



Οστεοαρθρίτιδα Ισχίου



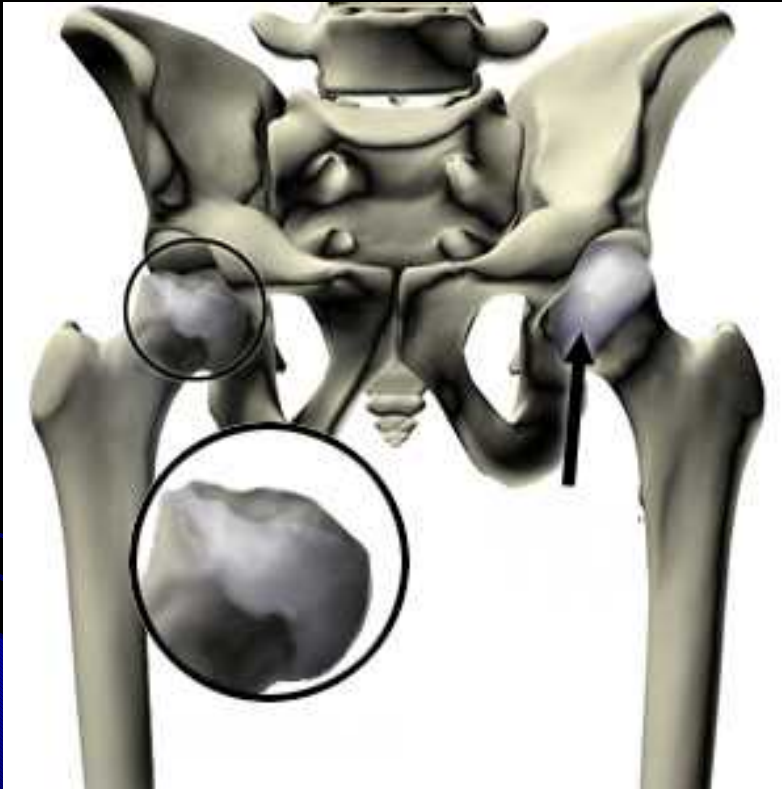
Οστεοαρθρίτιδα Ισχίου



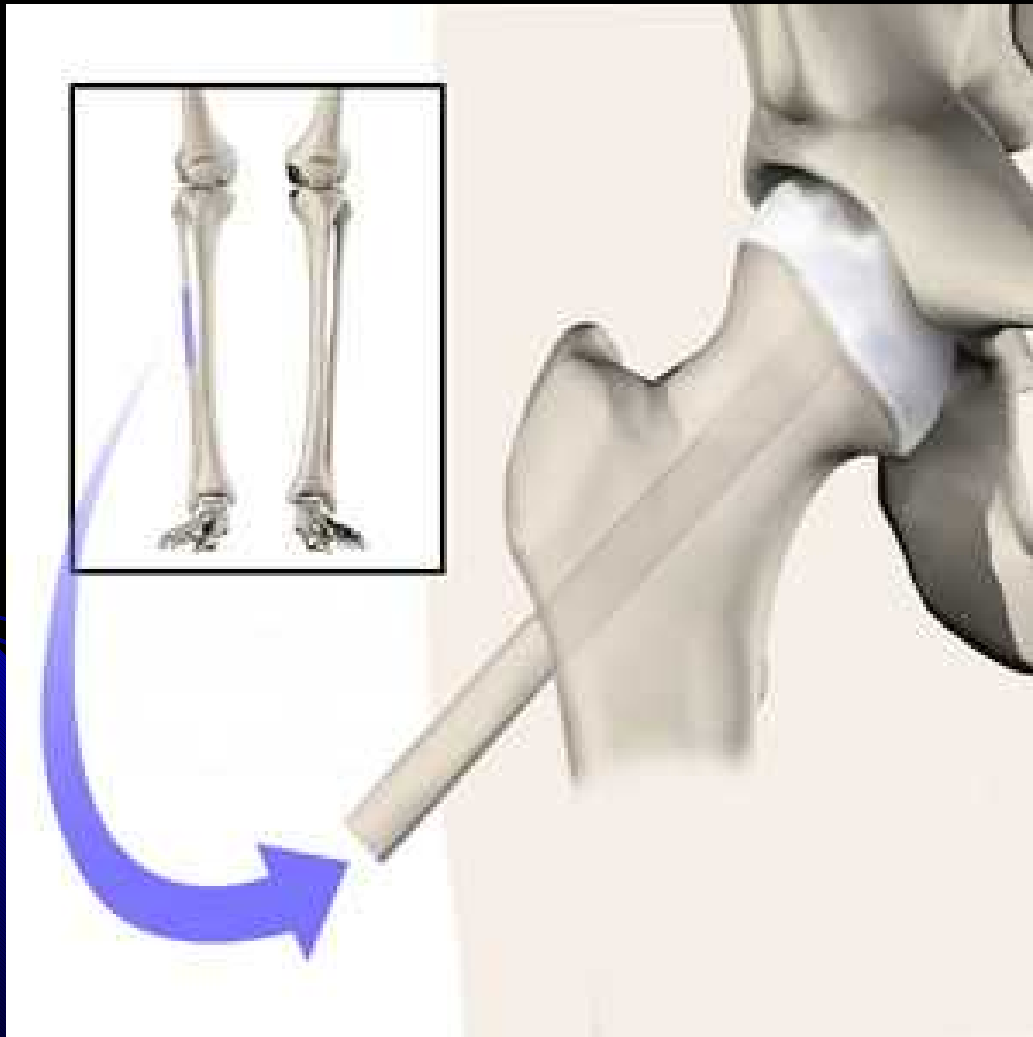
Σηπτική Φλεγμονή



Οστεονέκρωση



Οστεονέκρωση



Γόνατο



- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Ρήξη μυών και τενόντων
- ✓ Ρήξη συνδέσμων
- ✓ Βλάβες αρθρικού χόνδρου

Αρθρίτιδα



Αρθρίτιδα



Αρθρίτιδα



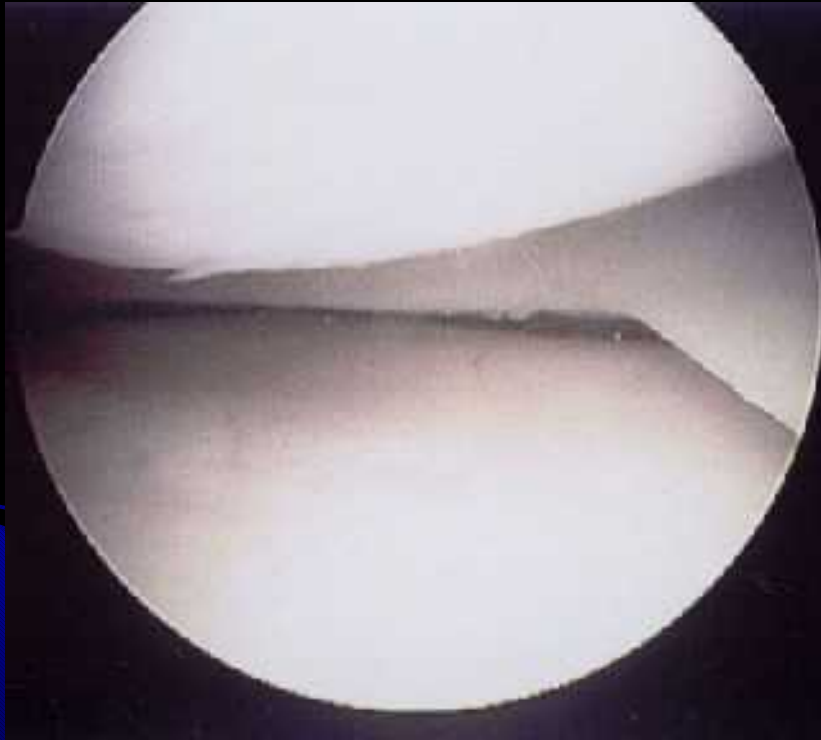
Ρήξη Τετρακεφάλου



Ρήξη Προσθίου Χιαστού Συνδέσμου



Ρήξη Μηνίσκων



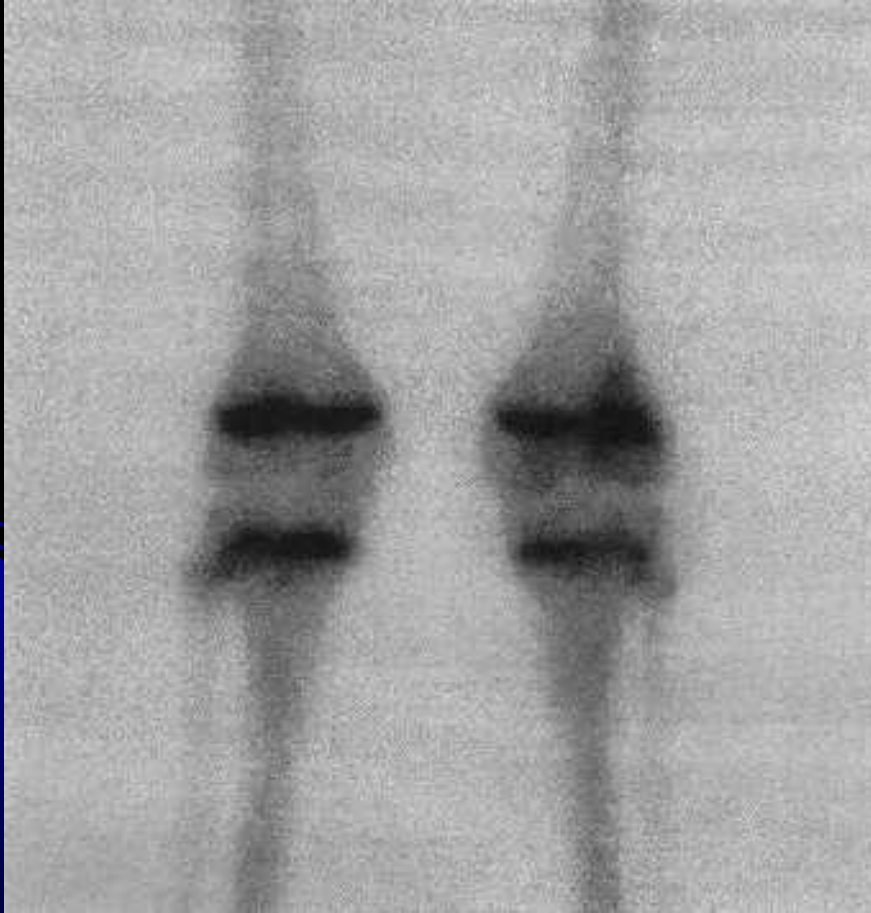
Ρήξη Οπίσθιου Χιαστού Συνδέσμου



Βλάβη Αρθρικού Χόνδρου



Οστεομυελίτιδα



Ποδοκνημική



- ✓ Κάταγμα
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Αστάθεια
- ✓ Ρήξη τενόντων

Διάστρεμμα Ποδοκνημικής



Ρήξη Οπίσθιου Κνημιαίου Τένοντα



Ρήξη Οπίσθιου Κνημιαίου Τένοντα



Ρήξη Αχιλλείου Τένοντα



Ρήξη Αχιλλείου Τένοντα



Άκρος Πόδας



- ✓ Φλεγμονή
- ✓ Αρθρίτιδα
- ✓ Βλαισός μέγας δάκτυλος
- ✓ Τενοντίτιδα
- ✓ Παγίδευση νεύρων

Βλαισός μέγας δάκτυλος





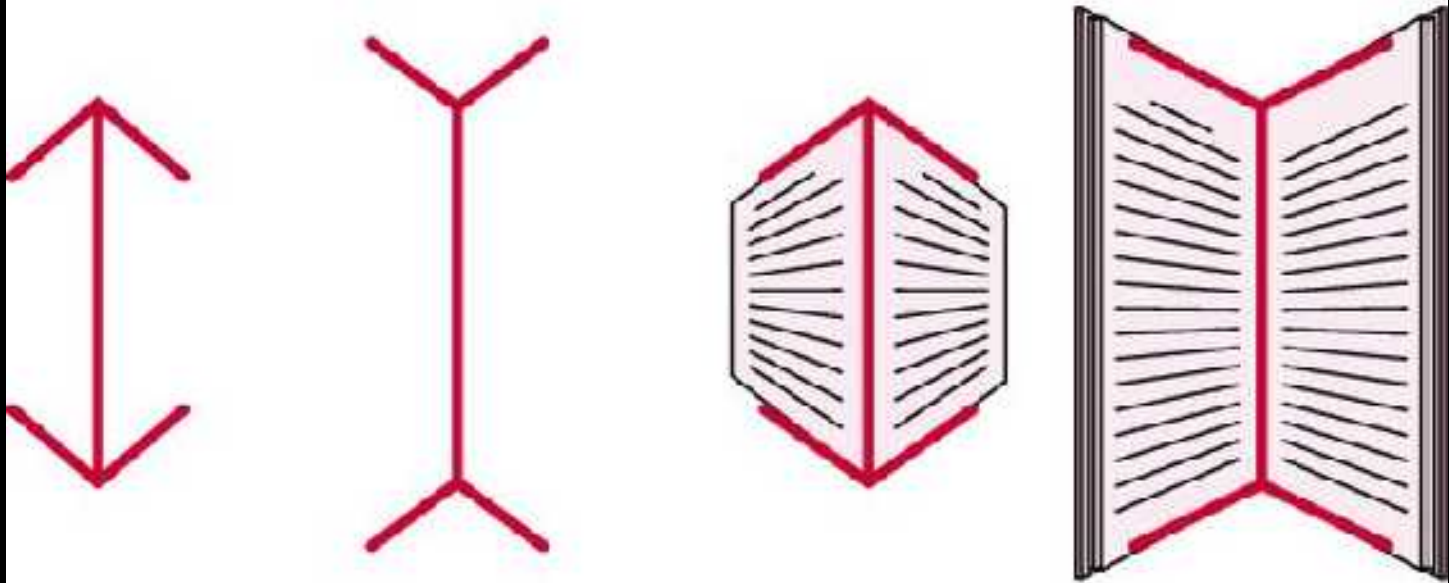


Ο πόνος και η λειτουργική έκπτωση των άκρων οφείλονται σε μηχανισμούς

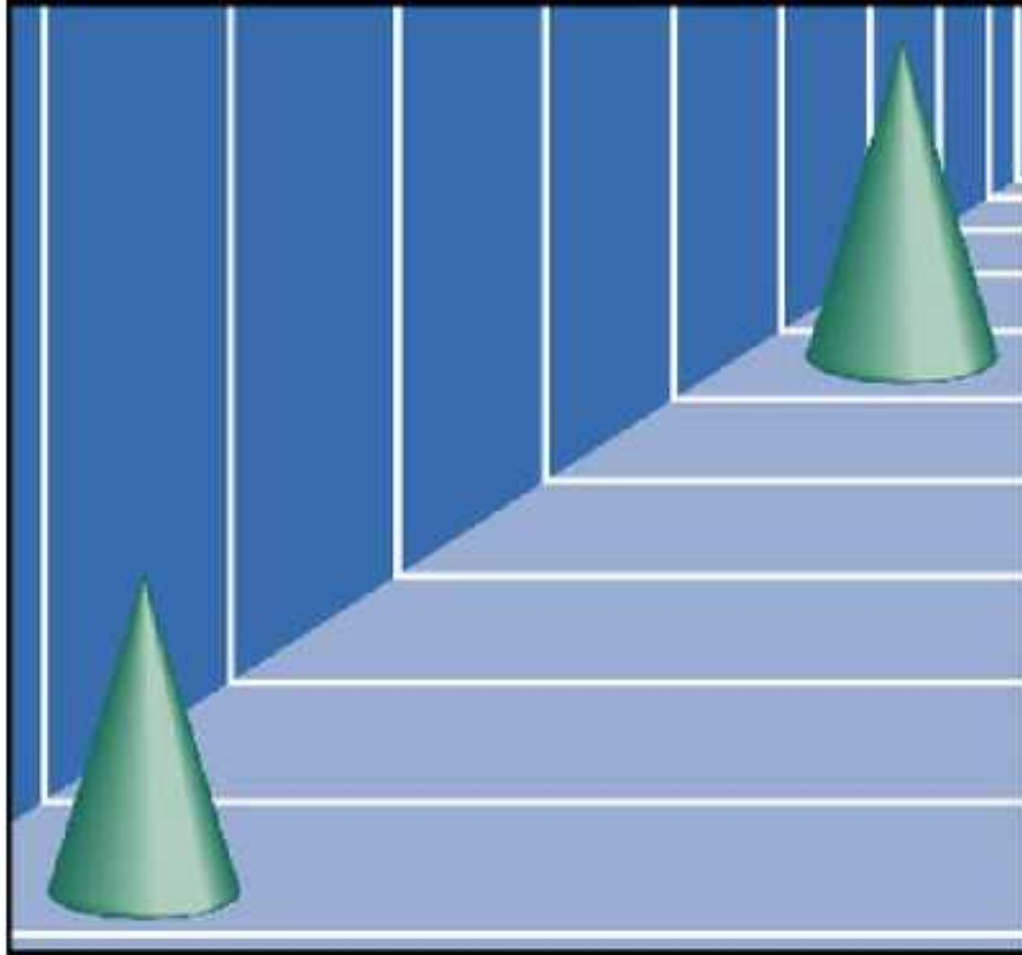
- ✓ Πολύπλοκους
- ✓ Πολυπαραγοντικούς
- ✓ Πολυεστιακούς







Ψευδαισθηση Muller-Lyer



Ψευδαίσθηση Απόστασης

Copyright: ©The McGraw-Hill Companies, Inc. Permission required for reproduction or display.

Ponzo Illusion

