

## Παγωμένος ώμος ή συμφυτική θυλακίτιδα

### Adhesive Capsulitis of Shoulder

Normal shoulder



Frozen shoulder



#### Τί είναι:

Ο παγωμένος ώμος, ή συμφυτική θυλακίτιδα, αποτελεί μία ιδιόμορφη νοσολογική οντότητα που χαρακτηρίζεται από προοδευτικά αυξανόμενο πόνο και δυσκαμψία στην άρθρωση. Είναι μία από τις αιτίες έντονου πόνου στην περιοχή του ώμου. Επηρεάζει κυρίως γυναίκες 40-60 ετών και ωφείλεται κυρίως σε πάχυνση του θυλάκου.

Συσχέτιση υπάρχει με τον σακχαρώδη διαβήτη, υπερχοληστεριναιμία, καρδιακές παθήσεις καθώς επίσης σε ασθενείς που πάσχουν από ν.Duruytren μπορεί να παρατηρηθεί μετά από κάκωση στην άρθρωση ή ακόμα και μετά από χειρουργική επέμβαση.

Η αρχή των συμπτωμάτων είναι συνήθως οξεία, αλλά συνήθως σχετίζεται με μικρή κάκωση στην περιοχή.

Ο αρθρικός θύλακος συνήθως είναι αρκετά εύπλαστος και ελαστικός. Αυτές οι ιδιότητες επιτρέπουν μεγάλο εύρος κίνησης. Στις περιπτώσεις συμφυτικής θυλακίτιδας στον θύλακο

και στους συνδέσμους παρατηρείται φλεγμονή, διόγκωση, ερυθρότητα και συρρίκνωση. Η φυσιολογική ελαστικότητα μειώνεται και σταδιακά εγκαθίσταται ο πόνος και η δυσκαμψία.

### **Στάδια:**

**Στάδιο I** (στάδιο δημιουργίας) : διαρκεί συνήθως μεταξύ 2-9 μήνες. Ο πόνος αυξάνεται με τις κινήσεις και είναι πιο έντονος την νύχτα. Προοδευτική μείωση του εύρους κίνησης με αύξηση του πόνου.

**Στάδιο II** (στάδιο εγκατάστασης) : διαρκεί μεταξύ 4-12 μήνες. Μείωση του πόνου αλλά και του εύρους κίνησης της άρθρωσης – η οποία μπορεί να φτάσει έως και το 50% της φυσιολογικής πλευράς.

**Στάδιο III** (στάδιο λύσης) διαρκεί μεταξύ 12-42 μήνες. Η πάθηση αρχίζει να ιάται με προοδευτική αποκατάσταση του εύρους κίνησης.

### **Αντιμετώπιση:**

Η νόσος είναι αυτοϊάσιμη με βελτίωση των συμπτωμάτων σε βάθος χρόνου 2-4 ετών. Όμως ο πόνος και η δυσκαμψία χρειάζονται αντιμετώπιση. Η ορθή θεραπεία εξαρτάται από τον βαθμό του άλγους και της μείωσης του εύρους κίνησης και περιλαμβάνει:

- **Φυσιοθεραπεία** – για πρόληψη περεταίρω δυσκαμψίας και αύξηση του εύρους κίνησης
- Αναλγητικά και αντιφλεγμονώδη φάρμακα.
- **Ενέσεις** στην άρθρωση – μείωση της φλεγμονής/αναλγησία.
- Διόγκωση της άρθρωσης με έγχυση – αποτελεσματικότερη από την απλή ένεση στην βελτίωση των συμπτωμάτων.
- Ορθοπαιδική **χειρουργική επέμβαση** – αποτελέσματα σε όλα τα στάδια. Περιλαμβάνει λύση των συμφύσεων και χαλάρωση του αρθρικού θυλάκου. Επιτυγχάνεται μετά από γενική αναισθησία είτε αρθροσκοπικά είτε μηχανικά με χειρισμούς. Η αρθροσκοπική επέμβαση έχει επιτυχία στο 96% των ασθενών στους 6 μήνες. Έντονη φυσιοθεραπεία είναι απαραίτητη μετά από το χειρουργείο.

**Δρ. Ανδρέας Χριστοδούλου MD PhDc**

**Ορθοπαιδικός Χειρουργός – Τραυματιολόγος**

**Εξειδίκευση σε αθλητικές και εκφυλιστικές παθήσεις ώμου και γόνατος, Η. Βασίλειο**

**ΙΑΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΤΡΙΑ**