



Radiogram stawów rąk w projekcji przednio-tylnej:

- zwężenie szpar stawowych
- nasilone zmiany zwyrodnieniowo-wytwórcze w stawie nadgarstkowo-śródręcznym kciuka oraz w obrębie stawów śródręczno-paliczkowych, międzypaliczkowych bliższych i dalszych obustronnie
- torbiele zwyrodnieniowe w głowach kości śródręcza
- obustronnie podwichnięcie w stawie śródręczno-paliczkowym III i IV

Zmiany obejmują najczęściej:

1. staw promieniowo-nadgarstkowy
2. staw promieniowo-łokciowy dalszy
3. stawy międzypaliczkowe dalsze
4. staw nadgarstkowo-śródręczny kciuka

Przyczyny:

1. urazy
2. mikrourazy
3. predyspozycje genetyczne
4. martwice aseptyczne

Zmiany zwyrodnieniowe objawiają się w postaci guzków Heberdena umiejscowionych na grzbietowo-bocznej powierzchni palców II-V stawów międzypaliczkowych dalszych. Guzki w okolicy stawów międzypaliczkowych bliższych to guzki Boucharda. Guzki są zbudowane z tkanki chrzęstnej i kostnej. Ból pojawia się przy zaciskaniu ręki w pięść. Zmiany zwyrodnieniowe prowadzą do podwichnięć, znacznego bólu i upośledzenia czynności.



Rehabilitacja

Rehabilitacja ma na celu zmniejszenie bólu, poprawę zakresu ruchu oraz siły chwytu.

1. fizykoterapia (magnetoterapia, laseroterapia, ultradźwięki) — zabiegi rozgrzewające i przeciwbólowe
2. ćwiczenia w stawach rąk (kinezyterapia ukierunkowana na ruchomość i siłę)
3. farmakoterapia (stosowana równolegle w celu kontroli bólu i stanu zapalnego)

Zmiany zwyrodnieniowe stawów łokciowych

Przyczyny:

1. urazy
2. mikrourazy
3. zapalenia

Zmiany dotyczą:

1. stawu ramiennie-łokciowego
2. stawu ramiennie-promieniowego
3. stawu promieniowo-łokciowego bliższego

Objawy:

1. występowanie osteofitów
2. ograniczenie zginania
3. ograniczenie prostowania
4. ograniczenie nawracania
5. wolne ciała w stawie mogą zablokować staw
6. bóle przy ruchach
7. osłabienie siły mięśniowej

Rehabilitacja:

1. w ostrym stanie: unieruchomienie stawu i podawanie leków przeciwzapalnych i przeciwbólowych
2. fizykoterapia (zabiegi łagodzące ból i zmniejszające stan zapalny)
3. kinezyterapia po ustąpieniu stanu ostrego: ćwiczenia izometryczne, następnie ćwiczenia w odciążeniu, na końcu ćwiczenia czynne — celem jest przywrócenie zakresu ruchu i siły oraz zapobieganie przykurczom

Zmiany zwyrodnieniowe stawów barkowych

Są to zmiany względnie rzadkie w obrębie stawu ramiennego. Częściej pojawiają się zmiany w stawie obojczykowo-barkowym.

Objawy:

- bóle promieniujące do łopatki, szyi, ramienia
- ograniczenie odwodzenia i rotacji wewnętrznej ramienia
- ból nasilający się przy ruchu, słyszalne trzaski

Rehabilitacja:

1. w stanie ostrym: unieruchomienie na szynie odwodzącej na 2-3 dni oraz leki przeciwbólowe i przeciwzapalne, krioterapia
2. kinezyterapia: rozpoczyna się od ćwiczeń biernych, potem ćwiczenia wspomagane i

- prowadzone, ćwiczenia czynne w odciążeniu, na końcu ćwiczenia czynne
3. fizykoterapia: sollux, DKF, DD, UD, masaż — zabiegi wspomagające redukcję bólu i poprawę ruchomości

Bibliografia:

- Nowotny - *Zarys rehabilitacji w dysfunkcjach narządu ruchu*
- Milanowska - *Podstawy rehabilitacji ruchowej w dysfunkcjach narządu ruchu*
- Materiały przesłane przez Marcina marcinmarcin@autograf.pl
- Rysunki A.D.A.M.