

## **Aj bolesť kolena vie potrapiť.**

Na otázky Záhoráka odpovedá MUDr. Ján Maják, lekár Ortopedického oddelenia vo Fakultnej nemocnici s poliklinikou Skalica, a.s. Ortopedický odbor sa zaoberá ochoreniami a úrazmi pohybového aparátu. Popri medikamentóznej liečbe a rehabilitačných technikách je v ortopédii dominantný operačný liečebný postup.

### **ČO SPÔSOBUJE BOLESTI KOLENA?**

Najčastejšou príčinou bolesti kolena je opotrebovanie kolenného kĺbu tzv. artróza. Druhou je poúrazová bolesť, kedy dochádza k násilnému poškodeniu jednotlivých štruktúr kĺbu. Tie potom tlačia na okolité súčasti kolena, čo vyvoláva pocit bolesti.

### **AKÍ PACIENTI SA SŤAŽUJÚ NA BOLEŠŤ KOLENA?**

Artrotické bolesti spôsobené opotrebovaním chrupaviek kolena sú typické pre starší vek. Bolesť sa začínajú objavovať najčastejšie po päťdesiatom roku života. U mladších ľudí sa objavujú v dôsledku podvrtnutí napr. pri športe. Vtedy dochádza najčastejšie k poškodeniu vnútrokĺbnych väzov (útvary stabilizujúce kolenný kĺb) alebo meniskov (štruktúry vyrovnávajúce zakrivenia styčných plôch kĺbu).



### **AKO POPISUJÚ PREJAVY BOLESTI PACIENTI V ORTOPEDICKÝCH AMBULANCIÁCH?**

Artróza je charakteristická nočnými bolesťami. Ďalej je typická ranná stuhnutosť, ktorá ustúpi po rozhybaní, no objavuje sa opäť, keď pacient oddychuje po dennej aktívnej činnosti. Poúrazové bolesti sú pichavého charakteru. Pacient ich vie presne lokalizovať. Bolesť vedie k obmedzeniu určitých pohybov, pacient sa vyhýba chôdzi po schodoch alebo podrepu a čupeniu. Inokedy je prítomný pocit podlamovania v kolene.

### **KEDY TREBA VYHLÁDAŤ ODBORNÚ POMOC?**

Ak pri športe alebo inom úraze dôjde k bolesti s následným opuchom kolena a obmedzením hybnosti, treba čo najskôr vyhľadať pomoc špecialistu, ortopéda príp. chirurga. Aj dlhotrvajúca bolesť po úraze, ktorá obmedzuje kvalitu života pacienta, patrí do rúk špecialistu.

V prípade dlhotrvajúcich chronických bolestí, ako sú opísané vyššie, je najprv vhodná konzultácia s obvodným lekárom.

### **AKO SA LIEČIA ARTROTICKÉ BOLESTI KOLENA?**

Pre mierne až stredne ťažkú artrózu je vhodná pohybová aktivita (plávanie, rehabilitácia) a odľahčovanie chôdze pomocou barle. Dôležitá je redukcia hmotnosti, pretože nadváha zvyšuje záťaž na kĺby. Podávajú sa lieky, ktoré tlmia nielen bolesť, ale súčasne bojujú proti zápalu. Lokálne sa do kolena aplikujú podporné injekcie spomaľujúce degeneráciu chrupaviek. Pri artróze ťažkého stupňa, kedy bolesť liečbou neustupuje, je voľbou operačný výkon. Vtedy sa starý opotrebovaný kĺb vymení za umelý kolenný kĺb, hovoríme o endoprotéze kolena.

### **AKÁ JE LIEČBA BOLESTI PO ÚRAZE?**

Keď sú štruktúry kĺbu poškodené v menšom rozsahu, na určitý čas sa na koleno aplikuje ortéza. Tá zabraňuje nežiaducemu pohybu v kĺbe. V prípade ťažšieho poškodenia sa volí operácia - artroskopia. Počas nej sa pomocou dvoch malých otvorov v koži v úrovni kolena dostávame kamerou a nástrojmi do kĺbu. Cieľom je odstrániť alebo zašít poškodené časti meniskov alebo nahradiť roztrhnutý predný skrížený väz.

### **ROBIA SA TAKÉTO OPERÁCIE AJ V SKALICI?**

Áno, všetky uvedené výkony sa štandardne realizujú na ortopedickom oddelení FNŠP Skalica. Výkon samotný je hradený poisťovňou. Pred operáciou je nutné vyšetrenie na našej ortopedickej ambulancii a dôkladná predoperačná príprava. Čakacia doba na artroskopické operácie je do troch týždňov, úrazové stavy riešime bezodkladne.