

Csípőfájdalom

A csípőfájdalom minden életkorban gyakori, nemegyszer rokkantságot okozó állapot. Életkortól, testalkattól, életmódtól függően sokféle betegség, elváltozás okozhatja. A kezelés csak akkor lehet eredményes, ha sikerült felderíteni a kiváltó okot.

A csípőízület nagyméretű gömbízület, amely levezeti a felsőtest súlyát a lábszárrakra, és lehetővé teszi, hogy ízületi vápájában a combcsont sokirányú mozgást végezzen. Mivel más ízületeknél mélyebben fekszik, duzzanata, melegsége, nyomásérzékenysége nem vizsgálható közvetlenül. A fájdalom oka lehet pl. az ízület korrall járó kopása és/vagy gyulladása, a combcsont fejének és a csípő vápájának ütközése, a combfej elhalása a vérkeringés megromlása miatt, a vápát szegélyező porcros-rostos gyűrű (labrum) sérülése, nyáktömlőgyulladás vagy a csípőtáji idegek összenyomtatása.

Ízületi kopás (artrózis)

Idősebb korban, évek alatt alakul ki. A beteg fájdalmat érez a csípő elülső-oldalsó részén, különösen hosszabb állás, terhelés után. Pihenéskor szűnik a fájdalom, de elmervedik az ízület, reggelenként „be kell járatni”. Később a mélyről jövő lágyéki, esetleg távolabbi is kisugárzó fájdalom állandósul, az ízület mozgásterjedelme egyre jobban beszűkül, végül már a járást, öltözködést is akadályozhatja. Az ízületi kopást az orvosi rendelőben elvégzett részletes fizikális vizsgálat valószínűsíti, röntgenvizsgálat igazolja, de ne keressünk egyenes arányosságot a kopás mértéke és a tünetek súlyossága között.

A csípőízületi kopást fájdalomcsillapítókkal, porcvédő és porcregeneráló szerekkel, esetleg az ízület lecsapolásával, ízületbe adott injekciókkal kezelik. Előrehaladott stádiumban tartós megoldást a csípőízületi protézis beültetése jelent. Ezt a kiváló eredmények

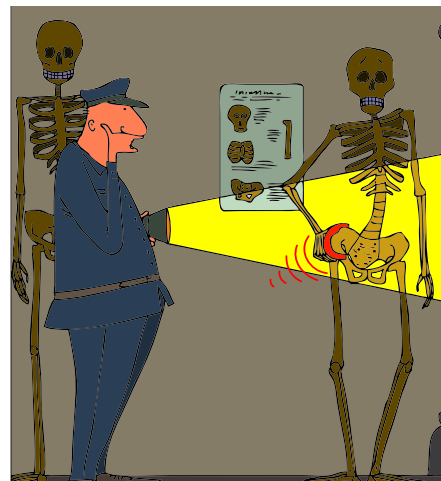
kel végzett műtétet azonban ne siettessük, mert nem teljesen kockázatmentes, és a protézis élettartama sem végtelen. Testsúlycsökkentéssel, gyógytornával, a csípőt terhelő sportok kerülésével, a munkakör megváltoztatásával a kórfolyamat lassítható. A kopásra hajlamosító elváltozások műtéti korrekciójával vagy ún. porcplasztikával is hosszabbítható az ízület „élettartama”.

Csípőízületi labrumsérülés

A csípő labrumsérülése alattomosan kezdődő, tompa vagy éles lágyéki fájdalmat okoz, amely kisugározhat a csípő oldala, a comb elülső része és a farpofa felé. Gyakori a kattogás, elakadás. Hosszabb állás, ülés vagy séta közben rosszabbodhatnak a tünetek. A porcros-rostos gyűrű szakadását legpontosabban úgy lehet kimutatni, ha kontrasztanyag ízületbe juttatása után mágnesesrezonancia-vizsgálatot (MRI) végeznek. Az állapot kezelésében a kíméletes műtétet (helyreállítás, rögzítés) és az egyéni adottságoknak megfelelő rehabilitációs programokat részesítik előnyben.

Piriformis-tünetcsoport

A csípőtáji ideg-összenyomtatás leggyakoribb formája ez. Ha a nagy farizom alatti ún. körte formájú (piriformis) izom valamiért zsugorodni kezd, nyomást gyakorolhat az alatta futó ülőidegre. A fő tünet a farpofában érzett fájdalom, amely üléskor és járáskor fokozódik, a comb hátsó részére is kisugározhat. A tünetek hasonlíthatnak a porckorongsérv előidézte isiászéihoz, de pl. MRI-vel a két kórkép jól elkülö-



A csípőfájdalomtól szenvedők jellegzetes mozdulata az ún. C-jel: a beteg a mutató- és hüvelykujja közé fogja a csípője elülső-oldalsó részét

níthető. Kezelés: gyógytorna az izom nyújtására, gyógyszeres/injekciós gyulladáscsökkentés, végső esetben az izom tapadásának műtéti átmetszése.

Nyáktömlőgyulladás

A testfelszín közelében sok helyen megtalálható nyáktömlők feladata a csontsok kiemelkedések kipárnázása. Legtöbbször a könyökcsúcs nyáktömlője gyullad be, de nem ritka az iliopsoas izomcsoport (horpaszizmok, csípőizom) nyáktömlőjének gyulladása sem, amely elülső csípőfájdalmat okoz a behajlított csípőízület kinyújtásakor. A tünetek hirtelen kezdődnek, jellemző a csípő roppanása, pattogása. A mikrosérülések okozta gyulladás általános tünetek nélkül zajlik. A diagnózist ultrahangvizsgálat erősítheti meg. A kezelés többnyire pihentetésből, kímélésből, jegelésből, helyi injekcióból áll.

Ez a tájékoztató nem helyettesíti az orvosi kezelést. A betegek számára készített másolatoktól eltekintve felhasználása csak a kiadó írásos hozzájárulása nyomán engedélyezett.