



Λεωνίδου Ανδρέας

Χειρουργός Ορθοπεδικός

Διευθυντής Ορθοπεδικός χειρουργός
ΙΑΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΗΝΩΝ

Αρθροσκόπηση ώμου για τενοντίτιδα. Μία ελάχιστα επεμβατική μέθοδος με άριστα αποτελέσματα και άμεση αποκατάσταση.

Η τενοντίτιδα ώμου είναι μία πάθηση που οφείλεται σε φλεγμονή των τενόντων και επακόλουθο πόνο στην περιοχή του ώμου.

Στον ώμο, ο τένοντας του υπερακανθίου και της μακράς κεφαλής του δικεφάλου βραχιονίου εμφανίζουν πιο συχνά τενοντίτιδα με επακόλουθο πόνο και δυσκαμψία. Η τενοντίτιδα προκαλείται από την συχνή και διαρκή καταπόνηση του ώμου, είτε στα πλαίσια έντονης και επαναλαμβανόμενης αθλητικής δραστηριότητας. Ενίοτε η τενοντίτιδα μπορεί να προκληθεί ύστερα από έναν τραυματισμό.

Τα πιο συχνά συμπτώματα είναι:

- Πόνος στην πρόσθια ή έξω επιφάνεια του ώμου. Ο πόνος μπορεί να αντανακλά μέχρι τον αγκώνα καθώς και μέχρι το λαιμό (αυχένα) και την πλάτη.
- Νυχτερινός πόνος που ξυπνάει τον ασθενή, ειδικά αν κοιμάται πάνω στον πάσχοντα ώμο
- Έντονος και διαρκής πόνος ακόμα και όταν ο ώμος δεν κινείται
- Αδυναμία του άνω άκρου
- Ο ασθενής δεν μπορεί εύκολα να σηκώσει το χέρι του πλήρως (δυσκαμψία)

Ο ασθενής με τενοντίτιδα ώμου χρειάζεται αξιολόγηση από **εξειδικευμένο** Ορθοπεδικό Χειρουργό Ωμου. Θα χρειαστεί η λήψη μίας ακτινογραφίας ώστε να επιβεβαιωθεί ότι ο πόνος και η δυσκαμψία δεν οφείλονται σε οστεοαρθρίτιδα του ώμου ή σε άλλες παθήσεις. Σε ορισμένες περιπτώσεις χρειάζεται μαγνητική τομογραφία του ώμου.

Η αρχική θεραπεία της τενοντίτιδας ώμου είναι συντηρητική και περιλαμβάνει ξεκούραση, τροποποίηση δραστηριοτήτων, παγοθεραπεία και λήψη μη στεροειδών αντιφλεγμονωδών φαρμάκων. Αν τα συμπτώματα εμμένουν τότε η φυσικοθεραπεία και ένα πρόγραμμα ασκήσεων στο σπίτι βοηθάει στην



ελάττωση του πόνου και στην ανάκτηση του εύρους κίνησης. Ενίοτε χρειάζεται μία ένεση κορτιζόνης σε συνδυασμό με τη χρήση αυτόλογων επουλωτικών παραγόντων από αιμοπετάλια (PRP).

Η συντηρητική θεραπεία έχει υψηλά ποσοστά επιτυχίας και το 70% των ασθενών αναρρώνουν πλήρως. Εάν αποτύχει η συντηρητική θεραπεία τότε η αρθροσκόπηση ώμου προσφέρει οριστική λύση με άριστα λειτουργικά αποτελέσματα. Η αρθροσκόπηση ώμου περιλαμβάνει 3 τομές μήκους 4 χιλιοστών. Μέσω αυτών των τομών εισάγεται στον ώμο μία κάμερα με ψυχρό φωτισμό και διάφορα εργαλεία. Ο κ. Λεωνίδου θα καθαρίσει τους φλεγμίνοντες ιστούς πάνω από τον τένοντα και θα αφαιρέσει οποιοδήποτε περιττό κομμάτι οστού πιέζει τον τένοντα (ακρωμιοπλαστική). Κατά τη διάρκεια του χειρουργείου θα επιδιορθώσει και οποιαδήποτε άλλη βλάβη μπορεί να υπάρχει στον ώμο (όπως ρήξη τενόντων). Η αναισθησία είναι περιοχική μόνο και ο ασθενής παραμένει ξύπνιος – αν το επιθυμεί – κατά τη διάρκεια της επέμβασης. Η τεχνική της αρθροσκόπησης ώμου **χωρίς γενική αναισθησία και χωρίς μέθη** εφαρμόζεται για πρώτη φορά στην Ελλάδα από την ομάδα του κ. Λεωνίδου. Ο ασθενής εξέρχεται από το νοσοκομείο λίγες ώρες μετά την επέμβαση.

Η αρθροσκοπική αντιμετώπιση της τενοντίτιδας του ώμου είναι μία ασφαλής και αναίμακτη επέμβαση με εξαιρετικά χαμηλά ποσοστά επιπλοκών και άριστα λειτουργικά αποτελέσματα. Μετά την επέμβαση ο ασθενής φοράει μία ανάρτηση για λίγες ημέρες και εντός μίας εβδομάδας μπορεί να ανακτήσει σε σημαντικό βαθμό τις καθημερινές δραστηριότητές του.

Λεωφ. Κηφισίας 58. Μαρούσι

T: 210 6157387 K: 6945 993809

E: a.leonidou@iatriko.gr / leonidou@doctors.org.uk

www.leonidou.gr