



<https://www.printo.it/pediatric-rheumatology/BG/intro>

## Синдром на болки в крайниците

Версия на 2016

### 8. Пателофеморална болка- колянна болка

#### 8.1 Какво е това?

Пателофеморалната болка е най-честият педиатричен overuse (свръхнатоварване) синдром. Нарушенията в тази група са резултат от повтарящо се движение или трайно нараняване, свързано с физически упражнения, на определена част от тялото, по-специално на ставите и сухожилията. Тези нарушения са много по-чести при възрастните (тенис- или голф- лакът, синдром на карпалния тунел и т.н.), отколкото при децата.

Пателофеморалната болка представлява болка в предната част на коляното в резултат на дейности, които дават допълнително натоварване върху пателофеморалната става (ставата, образувана от колянната капачка (патела) и долната част на бедрената кост/фемур).

Когато болката в коляното се придружава от промени по вътрешната повърхностна тъкан (хрущяла) на патела, се използва медицински термин "хондромалация на патела" или "chondromalacia patellae".

Има много синоними за пателофеморална болка: пателофеморален синдром, предна болка в коляното, хондромалация на патела, chondromalacia patellae.

#### 8.2 Колко е честа?

Среща се много рядко при деца до 8 години, като постепенно става по-честа при юноши. Пателофеморалната болка е по-честа при момичетата. Тя може да бъде по-честа и при деца със

---

значително огъване на коленете, навътре (genu valgum) или навън (genu varum), както и при болести с разместване и нестабилност на капачката.

### **8.3 Какви са основните симптоми?**

Характерните симптоми са болка в предната част на коляното, която се влошава от дейности като бягане, качване нагоре или надолу по стълбите, клякане или скачане. Болката също се влошава от продължително седнало положение със сгънато коляно.

### **8.4 Как се диагностицира?**

Пателофеморалната болка при здрави деца е клинична диагноза (не са необходими лабораторни или образни изследвания). Болката може да се възпроизведе чрез компресиране на колянната капачка или чрез ограничаване на движението на патела нагоре, когато мускулите на бедрото (квадрицепс) са свити.

### **8.5 Как можем да я лекуваме?**

При повечето деца без други свързани заболявания (като нарушения на ангулацията или пателарна нестабилност), пателофеморалната болка е доброкачествено състояние, което само преминава. Ако болката пречи на спорта или ежедневните дейности, кинезитерапия за укрепване на квадрицепси може да е от полза. Прилагането на лед може да облекчи болката след тренировка.

### **8.6 Как се отразява на ежедневието?**

Децата трябва да водят нормален живот. Тяхното ниво на физическа активност трябва да се коригира, за да няма болка. Много активните деца могат да използват наколенка.