www.printo.it/pediatric-rheumatology/HR/intro

Regionalni bolni sindromi

Verzija 2016

8. Patelofemoralni bolni sindrom - bol u koljenu

8.1 Što je to?

Patelofemoralni bolni sindrom je najčešći sindrom prenaprezanja kod djece. Poremećaji iz ove grupe nastaju kao posljedica repetitivnih kretnji u vrijeme vježbanja odnosno ozljede određenog dijela tijela, posebice zglobova i tetiva. Ovi poremećaji su znatno češći u odraslih (teniski ili golferski lakat, sindrom karpalnog kanala i dr.) nego u djece.
Patelofemoralni bolni sindrom odnosi se na razvoj bolova u prednjem dijelu koljena prilikom aktivnosti koje opterećuju patelofemoralni zglob (zglob koji formira patela i gornji dio bedrene kosti ili femura).
Kad je bol u koljenu popraćena promjenama unutarnje površine hrskavice patele, tada govorimo o hondromalaciji patele.
Dakle postoje brojni sinonimi za patelofemoralnu bol: patelofemoralni bolni sindrom, bol prednjeg koljena, hondromalacija patele.

8.2. Koliko je često?

Vrlo se rijetko javlja kod djece mlađe od 8 godina, a s godinama postaje sve učestaliji. Češće se javlja kod djevojčica, posebice kod onih sa deformacijama koljena po tipu genu valgum i genu varum kao i kod onih sa poremećajima patele (nestabilnost, iskrivljenje).

8.3 Koji su glavni simptomi?

Karakteristični simptomi su bol u prednjem dijelu koljena koja se pogoršava sa aktivnostima kao što je trčanje, penjanje ili silaženje po stepenicama te čučanje ili skakanje. Bol se pogoršava sjedenjem sa

savinutim koljenima.

8.4 Kako se dijagnosticira?

Dijagnoza patelarnog bolnog sindroma u zdrave djece postavlja se klinički (laboratorijski testovi ili slikovna dijagnostika nije potrebna). Bol se može izazvati pritiskom na patelu ili ograničenjem pomaka patele prema gore kada je mišić natkoljenice (quadriceps) kontrahiran.

8.5 Kako se liječi?

Kod većine djece koja nemaju druge bolesti (kao što su poremećaji angulacije koljena i nestabilnost patele), patelofemoralna bol je benignog karaktera i prođe sama od sebe. Ukoliko bol interferira sa sportom ili dnevnim aktivnostima potrebno je započeti vježbe učvršćenja kvadricepsa koje mogu pomoći. Mogu se primijeniti hladni oblozi odnosno led za popuštanje boli nakon vježbanja.

8.6 Što sa svakodnevnim životom?

Djeca trebaju živjeti normalan život. Razinu fizičke aktivnosti treba prilagoditi mogućnostima tako da nemaju bolova. Vrlo aktivna djeca mogu upotrebljavati patelarni steznik.