

## תסמונות כאב בגפה

גרסת 2016

### 8. כאב בפיקת הברך

#### 8.1 מהי המחלה?

מבין הכאבים הנגרמים כתוצאה משימוש יתר, זהו הכאב הנפוץ ביותר ברפואת ילדים. קבוצה זו של מחלות מתרחשת כתוצאה מתנועה שנעשית פעם אחר פעם או כתוצאה מפציעה במאמץ הקשורה לחלקים מסוימים בגוף (בעיקר מפרקים וגידים). בעיות אלה נפוצות יותר במבוגרים ("מרפק הטניסאי", "מרפק שחקן הגולף", תסמונת התעלה הקרפלית וכו') מאשר בילדים. זהו כאב בחלק הקדמי של הברך המתפתח בביצוע פעולות הגורמות לעומס יתר על המפרק הפטלופמורלי (מפרק הנוצר בחיבור שבין עצם הפיקה בברך לחלק התחתון של עצם הפמור בירך). כאשר הכאב מלווה בשינויים הנראים ברקמה הסחוסית של הפיקה, משתמשים במושג "כונדרומלציה (רככת) של הפיקה". קיימים שמות נדרפים רבים למחלה: תסמונת פלטלופמורלית, כאב ברך קדמי, כונדרומלציה של הפיקה.

#### 8.2 מהי שכיחות המחלה?

המחלה נדירה מאוד בילדים מתחת לגיל 8, ושכיחותה עולה בגיל ההתבגרות. הכאב בפיקה שכיח יותר בבנות. הוא יכול להיות שכיח יותר גם בילדים בעלי זווית גדולה בברכיים, הגורמת לרגליים עיוות כלפי פנים או כלפי חוץ, ואף בילדים הסובלים מבעיות בעצם הפיקה (כמו חוסר יציבות).

#### 8.3 מהם תסמיני המחלה העיקריים?

התסמין האופייני הוא כאב בחלק הקדמי של הברך, המחרף בביצוע פעולות כגון ריצה, טיפוס או ירידה במדרגות, התכופות או קפיצה. הכאב מוחמר גם בישיבה ברגליים מכופפות לאורך זמן.

---

#### **8.4 כיצד מאובחנת המחלה?**

בילד בריא האבחנה היא קלינית (אין צורך בביצוע בדיקות מעבדה או צילומי רנטגן). החולה יחוש כאב כאשר לוחצים על עצם הפיקה, או כאשר מגבילים את תנועת הפיקה למעלה בזמן ששריר הארבע ראשי שבירך מכווץ.

#### **8.5 מהו הטיפול במחלה?**

במרבית הילדים, אשר פרט לכאב זה הם בריאים, המחלה שפירה וחולפת מעצמה. אם הכאב מפריע לביצוע פעילויות ספורט או כל פעילות יומיומית אחרת, החולה עשוי להפיק תועלת מתוכנית לחיזוק השריר הארבע ראשי בירך. קרח יכול להקל על הכאב לאחר פעילות גופנית.

#### **8.6 מה לגבי חיי היומיום?**

על הילדים לחיות חיים רגילים. מידת הפעילות הגופנית שלהם צריכה להיות מותאמת ליכולתם כך שלא יסבלו מכאבים. ילדים הפעילים מאד בספורט, יכולים להשתמש בקיבוע סביב הברך.