



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

Syndrómy Bolestí Končatín

Verzia 2016

8. Patelofemorálna bolesť - bolesť kolena

8.1 Čo to je?

Patelofemorálna bolesť je najčastejší syndróm z preťaženia v detskom veku. Poruchy z tejto skupiny vznikajú v dôsledku opakovaných pohybov alebo pretrvávajúcich poranení z fyzickej aktivity v určitej časti tela - kĺboch alebo šľachách. Tieto poruchy sú omnoho častejšie u dospelých (tenisový alebo golfový lakeť, syndróm karpálneho tunela, atď.) ako u detí.

Patelofemorálna bolesť predstavuje bolesť v kolene pri aktivitách, ktoré kladú veľkú záťaž na patelofemorálny kĺb (kĺb tvorený jabĺčkom - patelou a dolnou časťou stehennej kosti - femurom).

Ak je bolesť spojená aj so zmenami povrchového tkaniva na vnútornej strane jabĺčka (chrupavky) používa sa názov chondromalácia pately. Používané synonymá: patelofemorálny syndróm, chondromalácia pately, chondromalácia, bolesť prednej časti kolena.

8.2 Ako časté to je?

Výskyt je veľmi zriedkavý u detí do 8 rokov a postupne sa stáva častejší u dospievajúcich. Patelofemorálna bolesť je častejšia u dievčat. Tiež sa častejšie vyskytuje u detí so značným zakrivením kolien v tvare X (vbočené kolená) alebo v tvare O (vybočené kolená), ako aj detí s poruchou jabĺčka v dôsledku jeho nestabilita alebo vychýlenia.

8.3 Aké sú hlavné príznaky?

Hlavným príznakom je bolesť v prednej časti kolena, ktorá sa zhoršuje s

aktivitami ako sú beh, chôdza hore alebo dole schodmi, drepy alebo skákanie. Bolesť sa rovnako zhoršuje pri dlhom sedení s ohnutými kolenami.

8.4 Ako sa to diagnostikuje?

Patelofemorálna bolesť u zdravých detí je klinická diagnóza (laboratórne a röntgenové vyšetrenia nie sú potrebné). Túto bolesť je možné vyvolať tlakom na jabĺčko alebo jeho zadržaním pri napnutí stehenných svalov (kvadricepsu) ako pre vystretí kolena.

8.5 Ako sa to dá liečiť?

U väčšiny detí bez iných ochorení kolena (ako sú uhlové poruchy kolena a nestabilita jabĺčka) je patelofemorálna bolesť neškodný stav, ktorý spontánne ustúpi. Ak bolesť bráni bežným aktivitám alebo športu, môže pomôcť posilňovanie kvadricepsu, či aplikácia studených obkladov po cvičení.

8.6 A čo každodenný život?

Deti by mali viesť normálny život. Ich fyzická aktivita by mala byť prispôbena tak, aby nebola bolestivá. Veľmi aktívne deti môžu používať spevňujúci návlek na nohu s fixátorom jabĺčka.