https://www.printo.it/pediatric-rheumatology/UA/intro

Синдроми Болю У Кінцівках

Версія 2016

8. Наколінниковостегновий (пателлофеморальний) біль – біль у коліні.

8.1 Що це означає?

Наколінниковостегновий біль є найбільш поширеним дитячим Синдромом Зловживання. Розлади цього типу виникають при повторних рухах чи стійких, пов’язаних із вправами, ушкодженнях в певних частинах тіла, певних суглобах чи зв’язках. Ці розлади є більш поширеними у дорослих (тенісні або гольфові лікті, кистьовий тунельний синдром і т.д.), ніж у дітей.
Наколінниковостегновий біль належить до прогресуючого переднього болю у коліні, пов’язаного із заходами, які здійснюють додаткове навантаження на пателлофеморальний суглоб (суглоб, що утворюється колінною чашечкою (patella) і нижньою частиною стегнової кістки чи стегна).
Якщо біль в коліні поєднується зі змінами на внутрішніх поверхнях тканин (хряща) наколінника, то вживається термін "хондромаляція надколінника" чи "надколінникова хондромаляція".
Існує багато синонімів пателлофеморального болю: пателлофеморальний синдром, передній біль у коліні, хондромаляція надколінника, надколінникова хондромаляція.

8.2 Наскільки поширеним є біль?

Він є досить рідкісним у дітей до 8 років, прогресивно зростаючи за частотою у підлітків. Пателлофеморальний біль більш поширений у дівчаток. Він також більш поширений у дітей із помітною деформацією колін (кутові деформації) такою як горбкуваті коліна

(genu valgum) чи криві ноги (genu varum), а також у пацієнтів зі захворюваннями надколінка через його зміщення і нестабільність.

8.3 Якими є основні симптоми?

Характерними симптомами є передній біль у коліні, що посилюється при бігу, ходьбі догори та вниз по сходах, присіданні чи стрибках. Біль також посилюється при тривалому сидінні зі зігнутими колінами.

8.4 Як його діагностувати?

Пателлофеморальний біль у здорових дітей є клінічним діагнозом (лабораторні тести чи візуалізаційні дослідження не є необхідними). Біль може бути відтворений при стисненні колінної чашечки чи при обмеженні руху наколінника вгору, коли м’язи стегна (квадріцепс) скорочені.

8.5 Як ми можемо лікувати пателлофеморальний біль?

У більшості дітей без будь-яких супутніх захворювань (таких як кутові деформації коліна чи нестабільність надколінника), пателлофеморальний біль є доброякісним станом, що минає самостійно. Якщо біль заважає заняттям спортом або повсякденній діяльності, ініціювання програми зміцнення чотириголового м’яза може допомогти.

8.6 Що на рахунок повсякденного життя?

Діти повинні вести нормальний спосіб життя. Їх рівень фізичної активності повинен бути скоригований. Щоб уникати виникнення болю. Дуже активні діти повинні використовувати пов’язки на коліно із надколінним ремінцем (фіксатором).