



Tendopatie, epikondylitidy

MUDr. Marcela Kolářová

Klinika pracovního lékařství LF UK a FN v Plzni
Projekt Pracovní lékařství pro lékaře všech odborností
Registrační číslo projektu CZ.01.07/3.2.02/01.0026

10.11.2012

Šafránkův pavilon, Plzeň

Entezopatie

- Dle seznamu NzP v kapitole II.
- Koincidence entezopatií s dalšími nemocemi z povolání
- Karpální tunel, Guyonův tunel, kubitální tunel, sy rotátorové manžety, artrosa



Entezopatie

- Funkce nárazníkového systému – chrupavčité buňky ve šlachách
- úpon šlachy, úpon kosti, hyalinní chrupavka, peritendoneum a další



Etipatogeneze

- Faktory endogenní - dysplazie kloubu, poruchy metabolismu a cévního zásobení
- Faktory exogenní – ischemie a mikrotraumatizace v oblasti šlachy

- Lokálně – 1 šlacha
- Generalizovaně – více šlach



Epikondylitis

- Epikondyly humeru
- Mikrotraumatizace, aseptický zánět v oblasti šlach
- Postupně degenerativní změny -> kalcifikace či ischemie

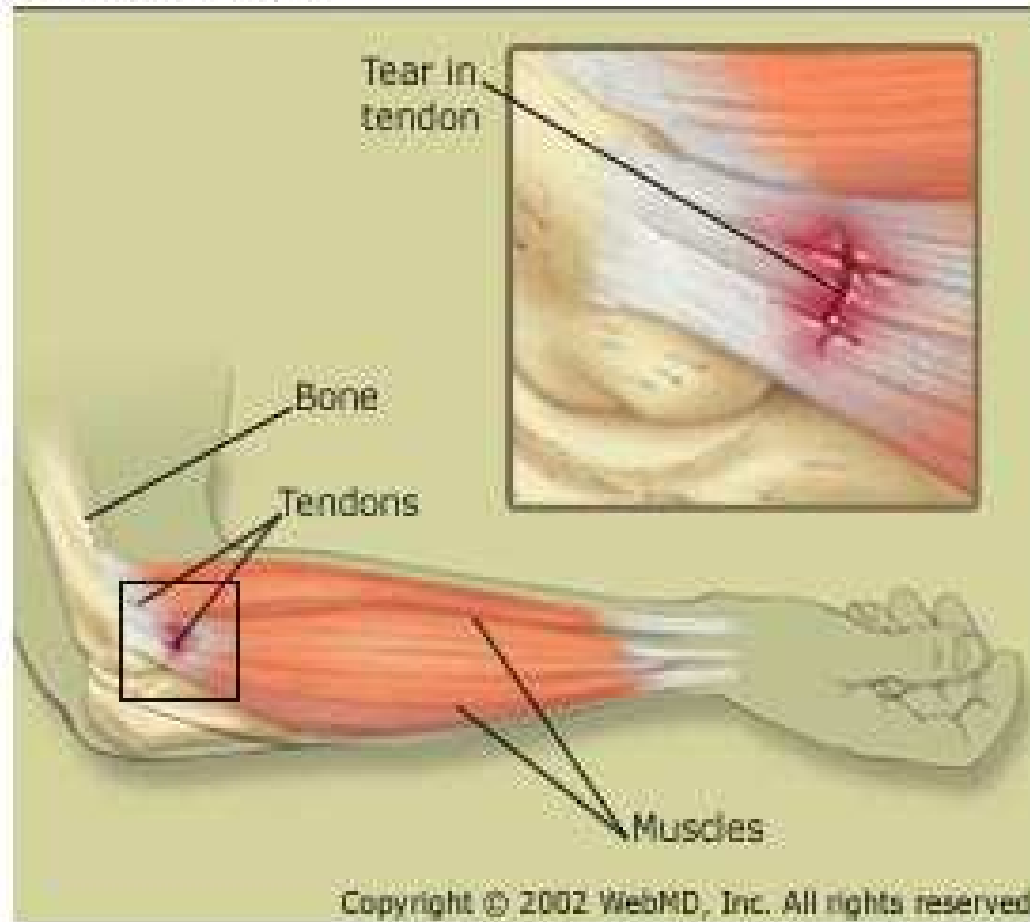


Tenisový loket

- Vnější okraj humeru - epikondylus laterální nebo „tenisový loket“
- Pozorujeme poškození šlach extensorů prstů a zápěstí, včetně extenzorů dlaně
- Prevalence v normální populaci činí 1-3%
- U profesionálních onemocnění ve většině nalezneme vyšší stupeň poškození na dominantní končetině



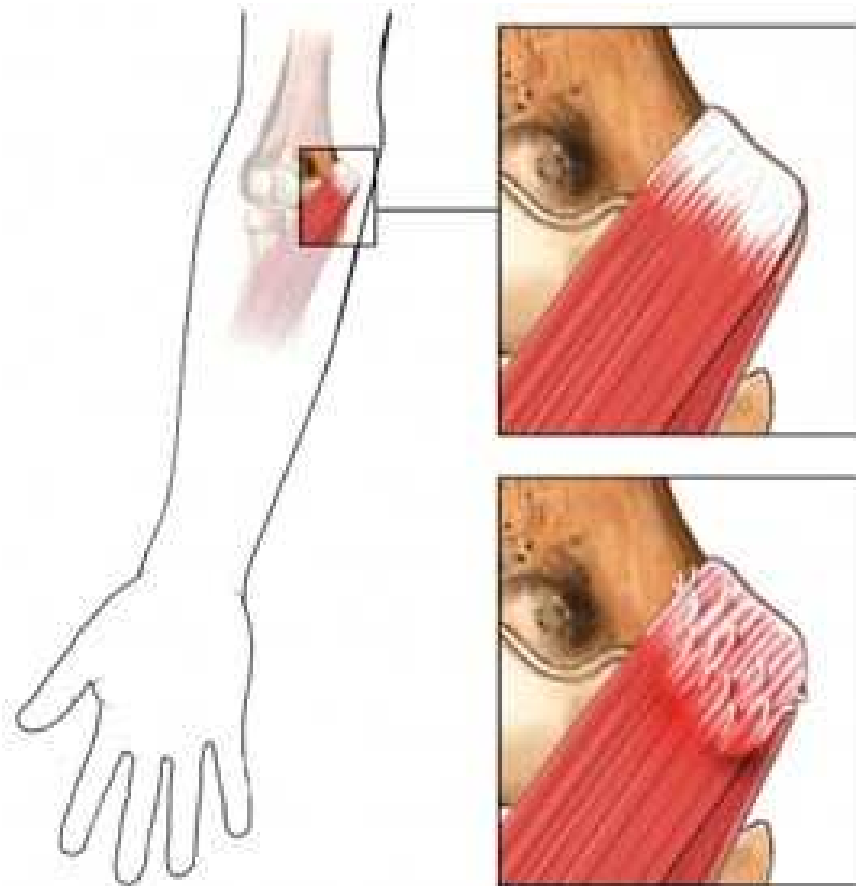
Tennis Elbow



Golfový loket

- Postižení opačného okraje - vnitřního
- Epikondylus mediální - „golfový loket“, „oštěpařský loket“
- Flexe - prsty, zápěstí a dlaň
- Četnost výskytu tohoto typu je zhruba 10 – 20 % z celkového počtu epikondylitid





Healthy tendon

Tendon with
inflammation
and tiny tears



Symptomatika epikondylitid

- Palpační citlivost v oblasti epikondylu
- vystřelující bolest do předloktí či na opačnou stranu směrem k rameni
- zhoršení celkových obtíží při fyzickém zatížení
- golfový loket - zhoršení při flexi v zápěstí, bolesti při tenisovém lokti - zhoršení při extenzi v zápěstí
- omezení pohybu v lokti, oslabení svalů, otok celého lokte, hlavně kolem epikondylů



Profesionalita onemocnění

- nadměrná a jednostranná zátěž
- opakované pohyby a rotace v jednom směru
- náhlé změny pohybu v lokti,
- abnormální pozice v zápěstí při manipulaci s počítačovou myší



Ergonomie na pracovišti

- minimalizace špatných návyků
- Vyvarování se opakované flexi a extenzi v zápěstí, opakovanému rotačnímu pohybu
- omezení zvedání těžkých předmětů předmětů flektovanou rukou v zápěstí a nataženým loktem
- využití obou rukou a rozložení váhy celého těla
- minimalizace zátěžového pohybu
- Nářadí využívané k výkonu profese by mělo být řádně připravené – omezení tlaku na končetiny – např. tupý nůž by měl být naostřen - > omezení silového působení při krájení - snížení námahy horní končetiny



Časná terapie

- Rehabilitace
- edukace o jednotlivých pohybech - nejpodstatnější je návyk protahovacích cviků vždy na opačnou stranu, než je původní pohyb prováděn -> propínání opačných svalových skupin
- Omezení bolestivých pohybů na minimum
- V noci - využívat protézu – eliminace obtíží spojené s nevhodným a necíleným pohybem
- symptomatická léčba - nesteroidní antiflogistika, lokální obstrík kortikoidy.



Pozdní terapie

- Při chronických a neustupujících - chirurgické řešení -> lepší reparace zánětlivého procesu, urychlení hojení
- Mezi tyto operační výkony můžeme zařadit deliberace, denervace, resekce
- Otok a palpační citlivost může přetrvávat až 6 měsíců
- Pomalá rekonvalescence



Diferenciální diagnostika

- kompresivní neuropatie hluboké větve n. radialis
- cervikobrachiální syndrom
- další entezopatie spojené sekundárně s jiným primárním onemocněním (RA, DM, artrosy).



Krátká kazuistika – epikondyl mediální

- Zjištěno 2009 – hlášeno 2010
- Dělník na opracování kamene
- Staticko-dynamický charakter práce, zapojení velkých svalových sil
- Ruční plátkování a výroba kamenných kostek
- Používaná palice – velká hmotnost
- Vibrační nástroje k opracování



Krátká kazuistika – laterální epikondyl

- Zjištěno leden 2011 – hlášeno srpen 2012
- Formař – opravy a čištění forem
- Ruční nástroje – kladivo, kartáč, pilník, imbusy, škrabky ...
- Při lokální svalové zátěži překročeny limity pro počet pracovních pohybů ruky a předloktí



Achillova šlacha

- Průměrný věk výskytu tohoto postižení je 40 let
- Profesionální onemocnění - mezi profesionálními sportovci, u manuálně pracujících
- Patrný příznak je typický – bolest 2 - 4 cm nad úponem šlachy
- zhoršená chůze
- Objektivně - otok nebo zduření, palpační bolestivost
- Nepatrné násilí při chronickém přetěžování může vést k subakutní ruptuře -> pocit šlehnutí bičem v oblasti paty
- při přerušení šlachy je operace nevyhnutelná





Kasuistika

- Chronická tendinitida Achillových šlach bilaterálně
- PA: 37 let jako malíř a natěrač v rámci stavební čety – práce na štaflích
- Práce ve výponu na špičkách

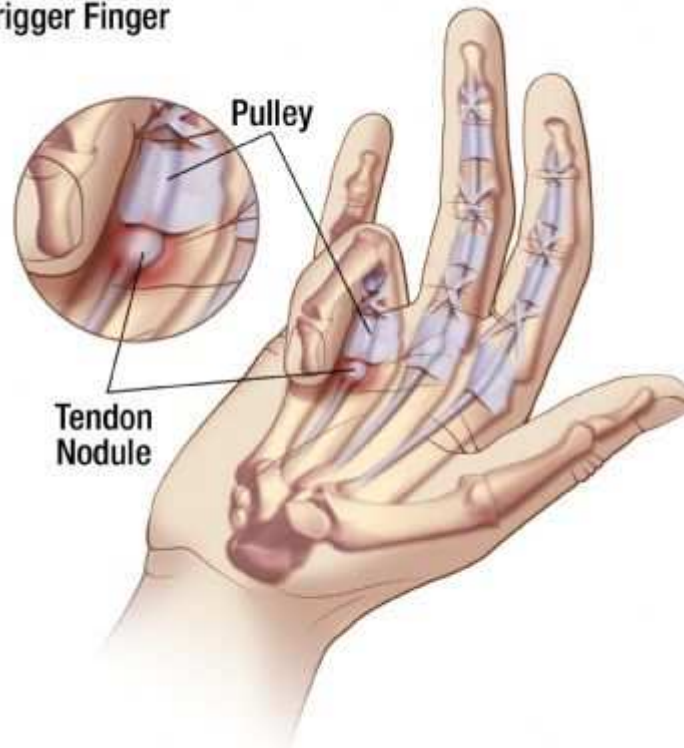


Lupavý prst

- Trigger finger (digitus saltans)
- rozpoznatelný při pohybu prstu z flexe do extenze
- Při překonání odporu prstu zaregistrujeme „lupnutí“, často velmi snadno rozpoznatelné sluchem
- Poškození v místě průchodu šlachy příslušnou pochvou v oblasti metakarpofalangeálního kloubu prstu
- V pokročilém stadiu již nelze prst aktivně ani pasivně narovnat - trvalá flexe
- Discize příslušné šlachové pochvy



Trigger Finger



Pulley

**Tendon
Nodule**



Krátká kazuistika

- Lupavý palec pravé i levé ruky
- Zjištěno – 2008 – hlášeno 2012
- Profese – balení zásilek, kontrola vráceného zboží
- Přenášení krabic se zbožím, znovu zalepování zkontrolovaného zboží do igelitových pytlů
- Lokální svalová zátěž – překročeny limity pro extenzory a flexory vpravo

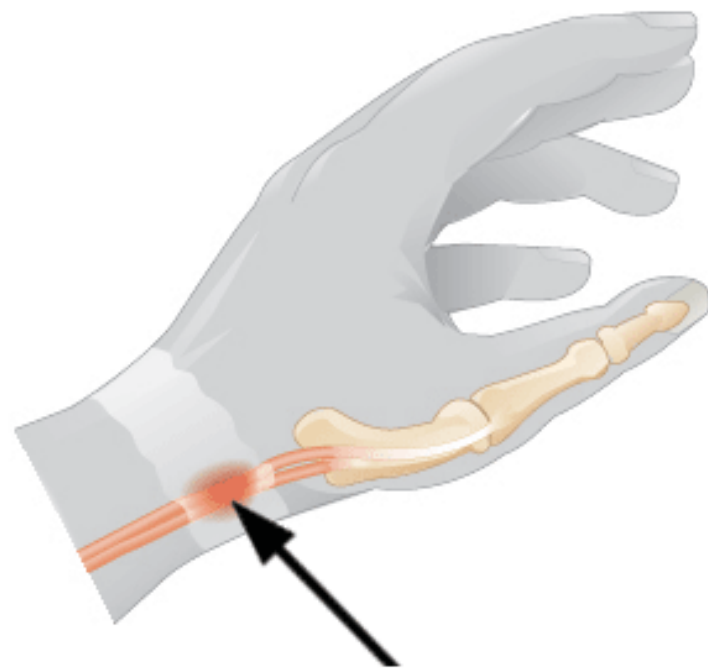


Morbus de Quervain

- stenozující tendovaginitis šlach dlouhého abduktoru a krátkého extenzoru palce
- omezení rozsahu pohybů v palci, bolestivost při addukci palce, slabost při stisku
- Omezena svalová síla při stisku ruky
- Finkelsteinův test – bolest se objeví při zatahání za palec v ulnární dukci zápěstí (úklon na stranu malíku)
- zpočátku léčby převládá rehabilitace a mírnění symptomů analgeticky, obstřík kortikoidy lokálně v místě vedení šlach kanálkem



De Quervain's Tenosynovitis



Irritated tendons of the
extensor pollicis brevis &
abductor pollicis longus



Krátká kazuistika

- Zjištěno 2009 – hlášeno 2011
- Montážní dělník – nastřelování sponkovací pistolí
- Obsluha nastřelovačky – opěrky do automobilu potažené kůží, koženkou či textilem, vyplněné molitanem – stálé přidržování molitanu oběma rukama – stroj zasune plastový díl do molitanu, kompletní díl dělník vyndá, molitan narovná na plastu, vizuálně překontroluje – 800-900ks/ směna
- Přesaženy limity vynakládaných svalových sil



Souhrn

- Nepodceňovat vyšetření a jednotlivé příznaky
- Bolest nepřemáhat za každou cenu
- Rozlišovat profese, ale nepodceňovat i lehčí typy profesí



Děkuji za pozornost

