

## Μηροκοτυλιαία πρόσκρουση (Femoro Acetabular Impingement Syndrome)

Το σύνδρομο **μηροκοτυλιαίας πρόσκρουσης** (FAIS) χαρακτηρίζεται από απώλεια της σφαιρικότητας της κεφαλής ή υπερκάλυψη αυτής, με αποτέλεσμα τη μειωμένη φυσιολογική κίνηση της άρθρωσης στο ισχίο, η οποία προκαλεί βλάβη στον επιχείλιο χόνδρο ή και στον αρθρικό χόνδρο.

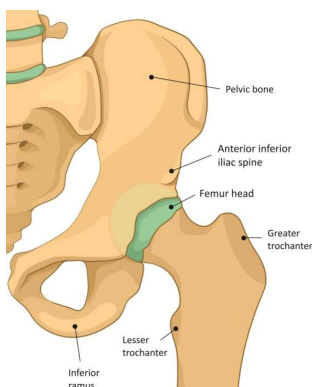
Η μηροκοτυλιαία πρόσκρουση μπορεί να αναπτυχθεί:

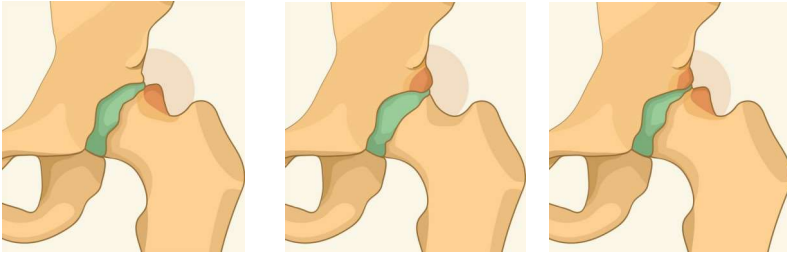
- ως αποτέλεσμα της μη φυσιολογικής ανάπτυξης της άρθρωσης του ισχίου κατά την παιδική ηλικία (π.χ. επιφυσιολύσηση)
- από δραστηριότητες που απαιτούν ακραίες κινήσεις (π.χ. χορός) ή
- στον νέους όταν εκτελούνται έντονες επαναλαμβανόμενες φορτίσεις - κινήσεις (πχ πολεμικές τέχνες)

## Πληροφορίες ασθενούς

Με τη πάροδο του χρόνου, μπορεί να γίνει πιο δύσκολη η έσω στροφή της άρθρωσης του ισχίου (στροφή τα δάχτυλα των ποδιών προς τα μέσα). Για να αντισταθμιστεί αυτή η απώλεια κίνησης, μπορεί να εμφανιστούν συμπτώματα σε άλλες περιοχές, όπως πόνος στη μέση, τη βουβωνική χώρα ή τους γλουτιαίους. Για να ξεπεραστούν αυτές οι δυσκολίες, οι γλουτιαίοι μύες μπορεί να υπερλειουργήσουν για να προστατεύσουν το ισχίο, κάτι που μπορεί να οδηγήσει σε δυσφορία και προβλήματα που στη συνέχεια θα αναπτυχθούν και σε αυτήν την περιοχή.

## Υπάρχουν τρεις τύποι μηροκοτυλιαίας πρόσκρουσης:





cam

pincer

mixed

## Συμπτώματα

Ο πόνος γίνεται συχνά αισθητός στη βουβωνική χώρα ή στο εξωτερικό του μηρού, αλλά μπορεί επίσης να υπάρχει στον γλουτό, πιο διάχυτα γύρω από τον μηρό, η οπίσθια στο γόνατο.

- Δυσκαμψία στην άρθρωση του ισχίου με συνοδό απώλεια κίνησης.
- Χωλότητα που προκύπτει από αλλοιωμένο πρότυπο βάδισης.
- Αίσθημα το οποίο μπορεί να συμβεί εάν έχει συνυπάρξει και ρήξη επιχείλιου.

## Διάγνωση

Μια ενδελεχής κλινική εξέταση μπορεί να θέσει την υποψία για μηροκοτυλιαία πρόσφυση, αλλά θα απαιτηθούν απεικονιστικές εξετάσεις όπως ακτινογραφία, μαγνητική τομογραφία και αξονική 3d reconstruction.

## Μη χειρουργική θεραπεία

- Χρήση αντιφλεγμονωδών φαρμάκων
- Φυσικοθεραπεία με στόχο την τροποποίηση των προτύπων κίνησης βελτιώνοντας τη σταθερότητα γύρω από το ισχίο, την πυελική χώρα και την οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης, με στόχο την πρόληψη της εμφάνισης πόνου κατά τη διάρκεια επιβαρυντικών δραστηριοτήτων
- Πιθανόν αλλαγή δραστηριότητας

## Χειρουργική Θεραπεία

Στόχοι της θεραπείας είναι η μείωση του πόνου και η βελτίωση της λειτουργίας, καθώς και η πρόληψη ή η καθυστέρηση της εμφάνισης εκφύλισης της άρθρωσης του ισχίου και της οστεοαρθρίτιδας. Η χειρουργική επέμβαση μπορεί να είναι αρθροσκοπική ή ανοιχτή ανάλογα με τον τύπο της πρόσκρουσης και τη θέση άλλων περιοχών που απαιτούν προσοχή. Η θεραπεία μπορεί να περιλαμβάνει:

- Επιδιόρθωση ρήξεων του επιχείλιου χόνδρου, όπου συχνά είναι δυνατή η συρραφή του επιχείλιου χόνδρου. Οποιαδήποτε βλάβη στον αρθρικό χόνδρο μπορεί επίσης να σταθεροποιηθεί (χονδροπλαστική).
- Αφαίρεση κατεστραμμένου ή ξεφτισμένου χόνδρου, καθώς και τυχόν οστικών άκρων για τη μείωση της τριβής κατά την κίνηση.
- Αφαίρεση τυχόν χαλαρών τεμαχίων χόνδρου ή οστού.
- Οστεοπλαστική - ομαλοποίηση του αυχένα ή της κοτύλης του μηριαίου οστού.
- Θεραπεία σε οποιοσδήποτε περιοχές κατεστραμμένου χόνδρου χρησιμοποιώντας τεχνικές όπως μικροκατάγματα.
- Η θεραπεία σε οποιοσδήποτε περιβάλλοντες μαλακούς ιστούς μπορεί να περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, αφαίρεση φλεγμονωδών θυλάκων, επιδιόρθωση γλουτιαίου τένοντα και αφαίρεση ουλώδους ιστού (συμφύσεων).

Πηγή: [www.ishasoc.net](http://www.ishasoc.net)