

## Τραυματισμοί και παθήσεις που σχετίζονται με τον λαγονοψοίτη

Ο λαγονοψοίτης μυς εκτείνεται προς τα κάτω εκατέρωθεν της οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης, μέσω της λεκάνης και της κοιλιακής χώρας, όπου ενώνεται με τον λαγόμιο μυ σχηματίζοντας τον λαγονοψοίτη μυ. Και οι δύο μύες, μόλις συγκλίνουν, προσφύονται μέσω του λαγονοψοίτη τένοντα στον ελάσσονα τροχαντήρα της άρθρωσης του ισχίου. Ένας ορογόνος θύλακας βρίσκεται μεταξύ της άρθρωσης του ισχίου και της πρόσφυσης του τένοντα.

Ο λαγονοψοίτης είναι καμπτήρας του ισχίου που φέρνει τον μηρό προς το στήθος σε δραστηριότητες όπως το περπάτημα, το τρέξιμο και το άλμα. Όταν το περιφερικό τους άκρο είναι σταθερό, σταθεροποιώντας έτσι την άρθρωση του ισχίου, αυτοί οι μύες ενεργούν για να κάμψουν τον κορμό προς τα εμπρός από την ύπτια θέση.

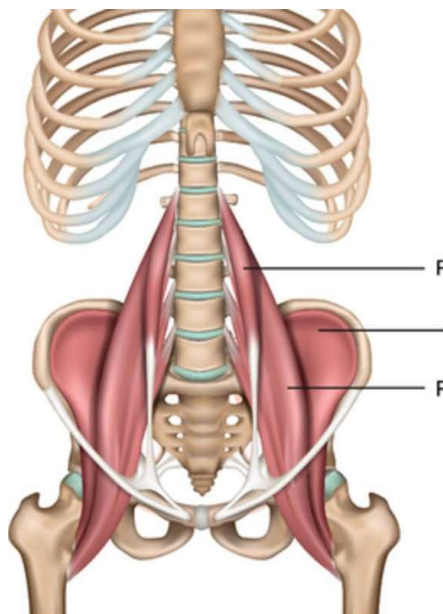
Επιπλέον, όταν συστέλλεται μόνο στη μία πλευρά, ο ψοίτης μυς προκαλεί πλευρική κάμψη στο κάτω μέρος της σπονδυλικής στήλης.

Παθήσεις που επηρεάζουν τον λαγονοψοίτη περιλαμβάνουν:

- Τενοντίτιδα του λαγονοψοίτη
- Θυλακίτιδα του λαγονοψοίτη

Η τενοντίτιδα και η θυλακίτιδα του λαγονοψοίτη, των οποίων οι θεραπείες είναι παρόμοιες, συχνά συνυπάρχουν και μπορεί να είναι δύσκολο να διαχωριστούν. Και οι δύο παθήσεις είναι συχνά αποτέλεσμα τραυματισμών από υπερβολική χρήση και είναι πιο συχνές σε δρομείς καθώς και σε αθλητές που ασχολούνται με ποδόσφαιρο, πολεμικές τέχνες, χορό και άλμα εις ύψος.

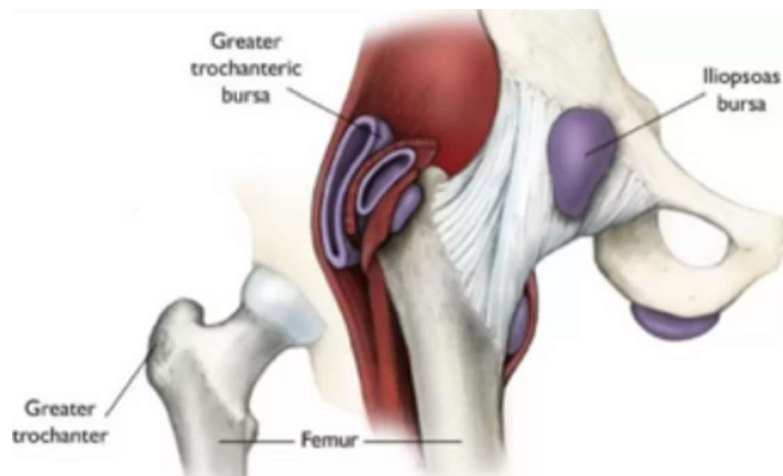
Η τενοντίτιδα του λαγονοψοίτη μπορεί επίσης να είναι μια επιπλοκή των μαλακών ιστών που εμφανίζεται και μετά από ολική αρθροπλαστική ισχίου.



Άτομα με δυσπλασία ισχίου όπου η λειτουργία της άρθρωσης του ισχίου επηρεάζεται από τη πλημμελή κάλυψη ισχίων, οι μύες όπως ο λαγονοψοίτης που δρουν σαν σταθεροποιητές του ισχίου, καθώς και οι εν τω βάθει γλουτιαίοι μύες, ενδέχεται να υπερλειτουργούν, αυξάνοντας τον κίνδυνο τραυματισμών από υπερβολική χρήση και επακόλουθων προβλημάτων με αυτούς τους μύες και τους τένοντες.

## Σημάδια και συμπτώματα

- Πόνος στη βουβωνική χώρα
- Πόνος που μπορεί να αντανακλά στο μπροστινό μέρος του μηρού μέχρι το γόνατο
- Κροτούν ισχίο
- Πόνος στο πρόσθιο μέρος του γόνατος που προκαλείται από τενοντίτιδα της επιγονατίδας που προκύπτει από σφίξιμο του λαγονοψοίτη μύος
- Καθώς η πάθηση εξελίσσεται, οποιοσδήποτε διαλείπων πόνος μπορεί να γίνει πιο σταθερός, διαρκώντας τόσο σε όλη τη δραστηριότητα όσο και κατά την ηρεμία.
- Πόνος που επιδεινώνεται από συγκεκριμένες κινήσεις, όπως το να φοράτε κάλτσες και παπούτσια, να σηκώνεστε από το κάθισμα, να ανεβαίνετε σκάλες και κλίσεις
- Οποιαδήποτε τενοντίτιδα μπορεί να επιδεινωθεί από επαναλαμβανόμενη κάμψη του κορμού όταν συνοδεύεται από κάμψη του ισχίου



## Διάγνωση

Αυτό μπορεί να είναι δύσκολο και να χρειαστεί χρόνος για να επιβεβαιωθεί. Η εξάλειψη άλλων αιτιών είναι σημαντικό, καθώς τα συμπτώματα μπορεί να μιμούνται άλλες παθήσεις που εμφανίζονται γύρω από το ισχίο και τη λεκάνη. Η απεικόνιση θα αποτελέσει μεγάλο μέρος της διαγνωστικής διαδικασίας, καθώς και η χρήση διαγνωστικών ενέσεων με τοπικό αναισθητικό για την επιβεβαίωση της θέσης και, ως εκ τούτου, της πιθανής αιτίας των συμπτωμάτων. Συχνά απαιτούνται ακτινογραφίες, υπερηχογράφημα και μαγνητική τομογραφία.

## **Μη χειρουργική θεραπεία**

Οι μη χειρουργικοί στόχοι είναι η μείωση του πόνου, του σπασμού και του οιδήματος. Αυτό θα ακολουθείται από σταδιακή επιστροφή στις καθημερινές δραστηριότητες. Οι επιλογές θεραπείας θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν:

- Φαρμακευτική αγωγή, συμπεριλαμβανομένων των ΜΣΑΦ
- Πάγο
- Ανάπαυση
- Φυσικοθεραπεία, συμπεριλαμβανομένων ήπιων διατάσεων, τροποποίησης δραστηριότητας, ασκήσεων για σταδιακή βελτίωση της σταθερότητας, της κινητικότητας του εμβρύου, της δύναμης, της αντοχής, της ιδιοδεκτικότητας
- Ενέσεις κορτικοστεροειδών υπό καθοδήγηση

## **Χειρουργική θεραπεία**

Αυτό σπάνια είναι απαραίτητο, καθώς οι μη χειρουργικές θεραπείες είναι συχνά επιτυχημένες. Όπου τα συμπτώματα επιμένουν, μπορεί να απαιτηθεί ελάχιστη επεμβατική αρθροσκόπηση ισχίου για την αντιμετώπιση οποιασδήποτε βλάβης στους προσβεβλημένους τένοντες.

Αυτό σπάνια είναι απαραίτητο, καθώς οι μη χειρουργικές θεραπείες είναι συχνά επιτυχημένες.

Εάν ο πόνος στον λαγονοψοίτη είναι δευτερογενής σε ολική αρθροπλαστική ισχίου, μπορεί να χρειαστεί αρθροσκοπική τενοτομή του λαγονοψοίτη ή αναθεώρηση της αρθροπλαστικής ισχίου.