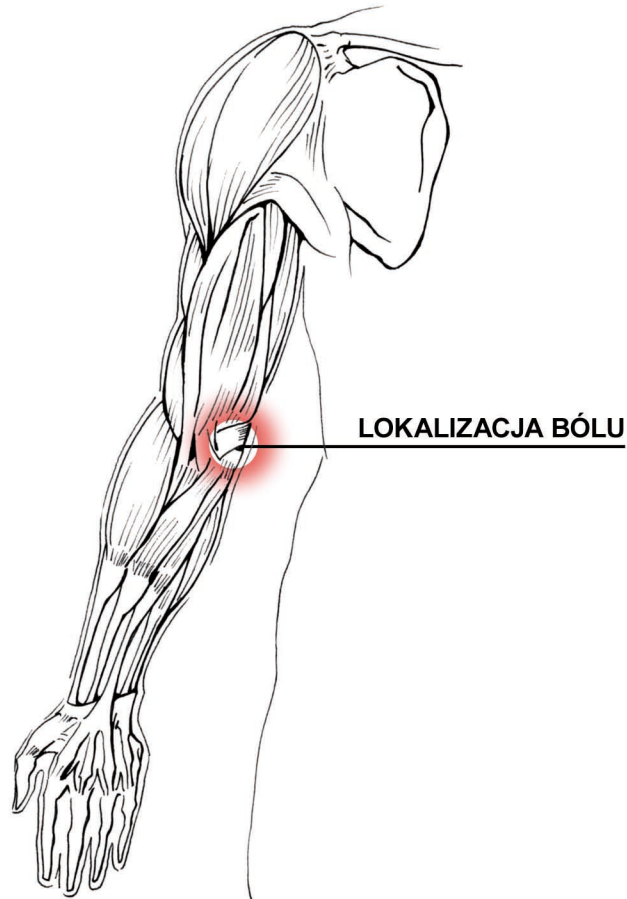


ŁOKIEĆ GOLFISTY



ZARYS:

Łokieć golfisty polega na zapaleniu ścięgna mięśni, które zginają nadgarstek. Jest ono zlokalizowane nad nadkłykiem przyśrodkowym, po wewnętrznej stronie łokcia. Przyczyną jest przeciążenie tego ścięgna.

WNĘTRZE ŁOKCIA:

Mięśnie, które powodują ruch zgięciowy nadgarstka, nazywamy zginaczami. Łączą się one w przedramieniu we wspólne ścięgno, nazywane ścięgnem zginaczy i przyczepiają się tuż nad nadkłykiem przyśrodkowym łokcia.

PRZYCZYNY:

Najczęstszą przyczyną jest powtarzalny ruch zamachu (tak jak zamach kija w golfie), który powoduje przeciążenie ścięgna, a w rezultacie jego zapalenie.

OBJAWY:

Najczęstsze objawy Łokcia Golfisty to nadwrażliwość na dotyk i ból w okolicy nadkłyka przyśrodkowego (wewnętrzna strona łokcia). Ból zwiększa się w przypadku wyprostu nadgarstka, gdyż to rozciąga zaburzone struktury.

LECZENIE:

W stanie ostrym obejmuje farmakologię oraz stosowanie specjalnej opaski na łokieć golfisty. Poza tym stosowana jest fizjoterapia oraz krioterapia.