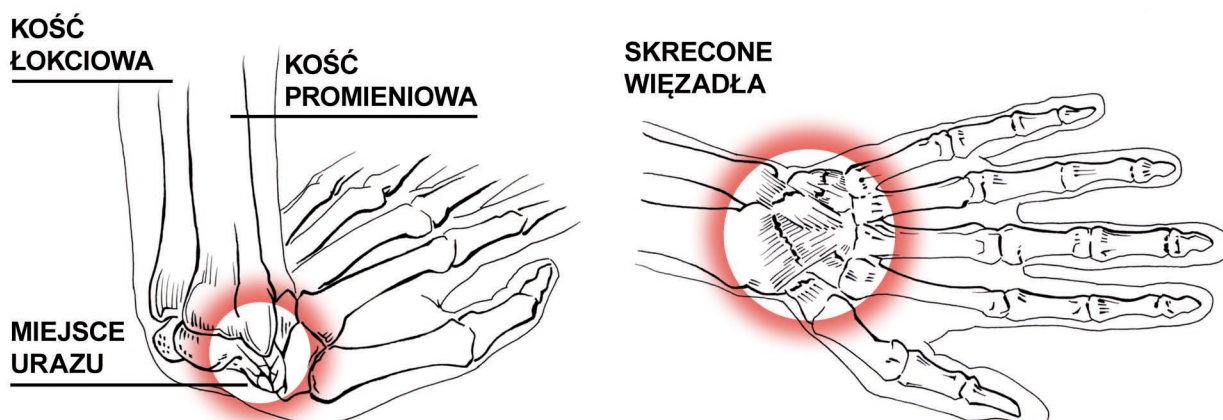


SKRĘCENIE NADGARSTKA



ZARYS:

Do skręcenia stawu nadgarstkowego dochodzi, gdy zostaje on gwałtownie i mocno zgięty, bądź skręcony poza jego naturalny zakres ruchomości.

ANATOMIA STAWU NADGARSTKOWEGO:

Nadgarstek tworzy 8 małych kostek w ręce połączonych z końcami kości łokciowej i promieniowej. Małe kostki budujące nadgarstek są umiejscowione w 2 szeregach. Mocne więzadła łączą kości przedramienia (łokciową i promieniową) z kośćmi nadgarstka, a te natomiast z kośćmi śródreżca. Jeśli dochodzi do nadmiernego rozciągnięcia tkanek miękkich, a więc więzadeł i torebki stawowej, mówimy wówczas o skręceniu nadgarstka.

PRZYCZYNY:

Najczęściej do skręceń nadgarstka dochodzi w sytuacji, gdy pacjent upadając na ziemię, próbuje się wesprzeć na wyprostowanym nadgarstku. Ta siła powoduje rozciągnięcie, a często naderwanie bądź całkowite zerwanie więzadeł, ścięgien i torebki stawowej. Zbyt mocne i gwałtowne zgięcie nadgarstka również może powodować jego skręcenie. Do tych sytuacji najczęściej dochodzi w sportach kontaktowych, ale również w okresie zimowym, gdy pacjent się poślizgnie na lodzie i upadnie na twardą powierzchnię. Więzadła, które najczęściej zostają uszkodzone to więzadło łódeczkowato-księżycowate oraz księżycowato-trójgraniaste

OBJAWY:

Główne objawy to ból, osłabienie i brak ruchomości stawu. W niektórych przypadkach dodatkowo występuje opuchlizna i krwiak. Przy skomplikowanych urazach, w trakcie próby poruszania stawem nadgarstkowym, dochodzi do słyszalnego przeskakiwania kości.

DIAGNOSTYKA:

Podejrzanie skręcenia nadgarstka potwierdza w pierwszej kolejności badanie rentgenowskie (RTG), które pozwala na obserwację ułożenia kości i ewentualnego ich przemieszczenia. Rezonans magnetyczny (MRI) zaś, pozwala na ocenę stopnia uszkodzenia więzadeł i innych tkanek miękkich.

LECZENIE:

Podstawową formą leczenia skręcenia stawu nadgarstkowego jest jego unieruchomienie i odciążenie w specjalnej ortezie nadgarstka. Ponadto, ważne jest chłodzenie stawu (krioterapia) i elewacja w celu zmniejszenia obrzęku. Leki przeciwzapalne również mogą być konieczne. Zabieg operacyjny może być wykonany w przypadku zerwania więzadeł z niestabilnością stawu lub występowania przewlekłego bólu.