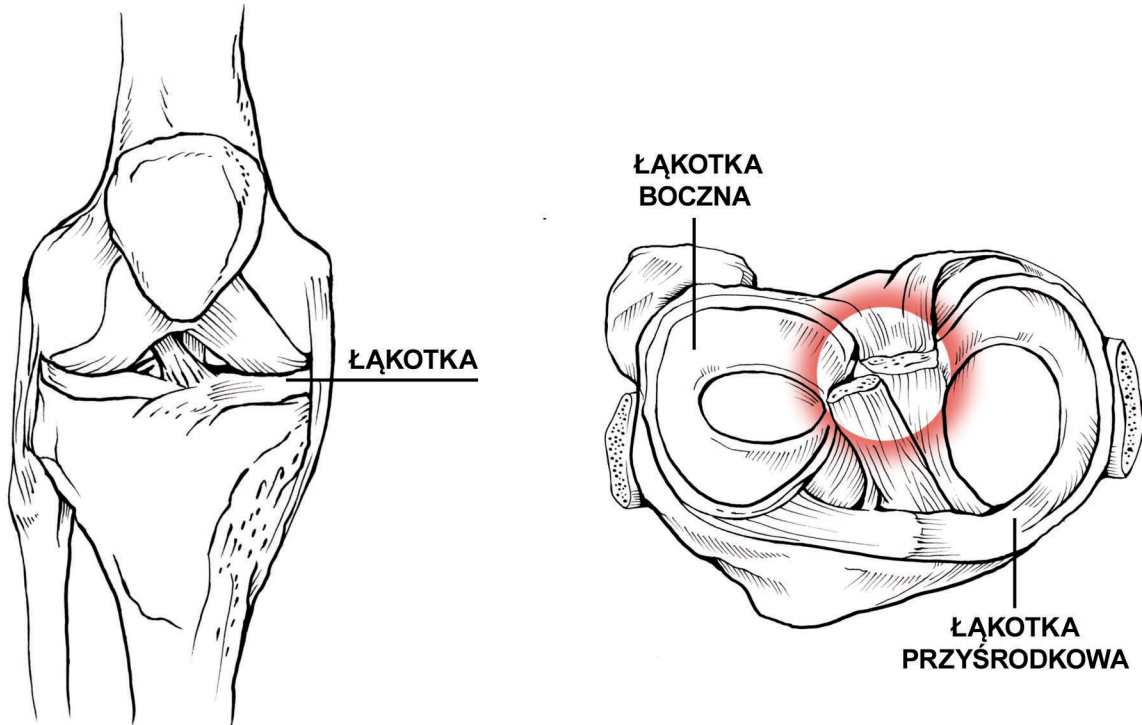


## URAZY ŁĄKOTEK



### ZARYS:

W stawie kolanowym występują 2 łąkotki: przyśrodkowa i boczna. Mają one kształt klinowatej litery „C”. Występują one między kością udową a piszczelową. Pełnią funkcję poduszek amortyzujących wstrząsy oraz mocno stabilizują staw kolanowy. Ponadto, zmniejszają one tarcie powierzchni stawowych o siebie oraz odżywiają wnętrze kolana wszystkimi niezbędnymi do funkcjonowania elementami.

### PRZYCZYNY URAZÓW:

Łąkotki mogą ulec uszkodzeniu na skutek nagłego urazu (np. w sporcie) lub w wyniku powolnej chorobowej degeneracji (np. osteoartroza kolana). Im starsza łąkotka, tym jej ukrwienie mniejsze, co utrudnia gojenie po urazie.

### OBJAWY:

Najczęstszym objawem urazu łąkotki jest ból kolana. Innymi objawami są: puchnięcie stawu, wrażliwość na dotyk, charakterystyczny dźwięk „przeskakiwania” w stawie oraz zmniejszona ruchomość kolana.

### LECZENIE:

Leczenie uszkodzonych łąkoteczek polega na: odciążeniu kończyny, chłodzeniu (krioterapii), lekach przeciwzapalnych, fizjoterapii oraz unieruchomieniu w specjalnym stabilizatorze (orteza kolana). Poważniejsze urazy mogą wymagać leczenia operacyjnego.