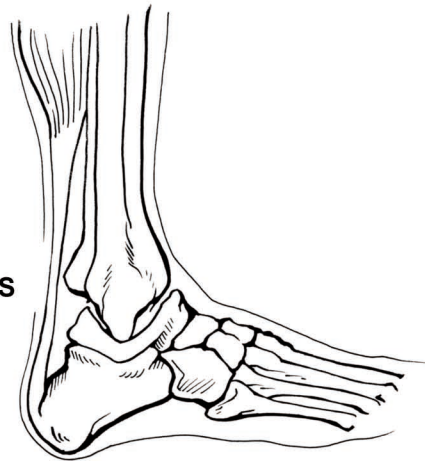


## URAZY ŚCIĘGNA ACHILLESA

### ZARYS:

Ścięgno Achillesa jest największym ścięgnem w organizmie człowieka. Łączy on 2 największe mięśnie łydki – brzuchaty i płaszczkowaty – z kością piętową (guz piętowy). Najczęstsze urazy Achillesa to jego zapalenie, zwyrodnienie i zerwanie.

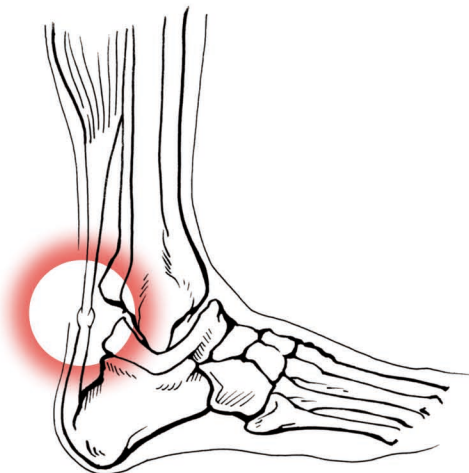
ZDROWY ACHILLES



### ZAPALENIE:

Zapalenie ścięgna Achillesa jest skutkiem jego przeciążenia w pracy lub na treningach. Achilles otoczony jest pochewką ścięgniastą, która podczas zapalenia jest spuchnięta. Objawy obejmują piekący ból w obrębie ścięgna oraz jego nadwrażliwość w trakcie lub po aktywności. Nielezione schorzenie może przyjąć charakter przewlekły. Często niezbędna jest orteza Achillesa ze specjalnymi silikonowymi pelotami zapewniającymi kompresję i działającymi przeciwobrzękowo.

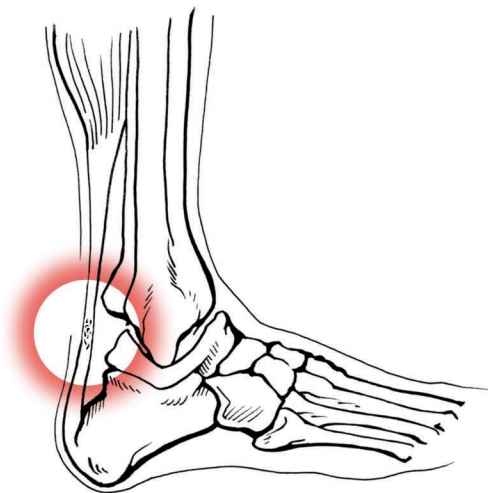
ZAPALENIE ACHILLESA



### ZWYRODNIENIE:

Jego etiologia również polega na przeciążeniu ścięgna Achillesa, natomiast ma ono charakter przewlekły. Powtarzalne przeciążenie powoduje mikrourazy ścięgna i rozrywanie włókien kolagenowych. Schorzenie jest bardzo bolesne i zmniejsza wydolność i ruchomość ścięgna.

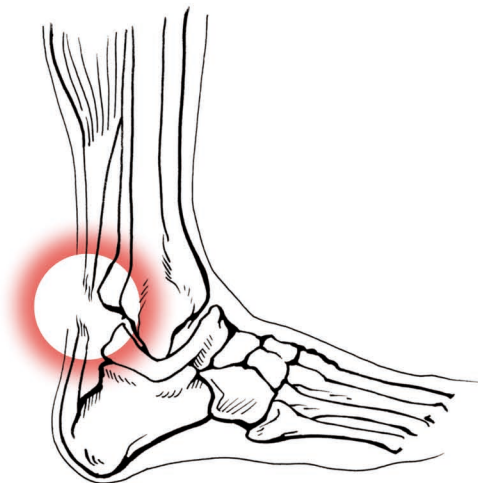
ZWYRODNIENIE  
ACHILLESA



### ZERWANIE:

Zerwanie może być rezultatem powyższych schorzeń lub występować jako skutek bezpośredniego uderzenia w jego okolicy. Najczęstszym patomechanizmem jest sytuacja, gdy mięśnie łydki się kurczą (zginają stopę), podczas gdy nagle siła zewnętrzna działa w kierunku wyprostowania. Uraz charakteryzuje się ostrym bólem, słyszalnym „trzaśnięciem” i opuchlizną w obrębie Achillesa. Pacjent nie ma możliwości stania na palcach.

ZERWANIE  
ACHILLESA



### LECZENIE:

Dla zapalenia i zwyrodnienia ścięgna Achillesa stosuje się odpoczynek, elewację, chłodzenie (krioterapia), farmakologię i fizjoterapię. Rekomendowane jest stosowanie specjalnej opaski Achillesa. Zerwanie jest leczone najczęściej operacyjnie.