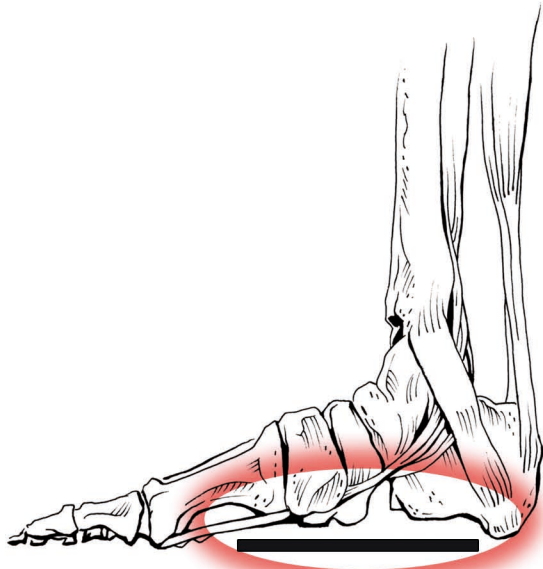


## ZESPÓŁ ŚCIĘGNA MIĘŚNIA PISZCZELOWEGO TYLNEGO (PTTD)



STOPA PŁASKA



NORMALNY ŁUK

### ZARYS:

Zespół polega na nadmiernym naciągnięciu i zapaleniu ścięgna mięśnia piszczelowego tylnego, które biegnie od mięśni łydek spodem stopy w dół. To ścięgno jest jednym z głównych struktur budujących łuk podłużny stopy.

### PRZYCZYNY:

Zespół PTTD powstaje na skutek przeciążenia ścięgna. Długotrwałe aktywności takie jak: chodzenie, bieganie, piesze wycieczki czy wchodzenie po schodach mogą powodować to schorzenie. Poza tym, zaburzenie PTTD jest również obecne jako rezultat urazu.

### OBJAWY:

Pojawia się ból odczuwany wewnątrz stopy i kostki, opuchlizna oraz stopniowe opadanie łuku podłużnego stopy (spłaszczanie) i jej koślawienie. Bywa, iż pięta może być skierowana na zewnątrz, co powoduje ból po stronie kostki bocznej.

### LECZENIE:

Najważniejsze jest uniesienie łuku stopy poprzez specjalną ortezę z pelotą na podłużne płaskostopie. Ponadto, istotne jest stosowanie fizjoterapii i leków przeciwzapalnych w stanie ostrym. Zaawansowany zespół ścięgna mięśnia piszczelowego tylnego może wymagać leczenia operacyjnego.