A sérülékeny térd

A térdízület hatalmas kiterjedésû, lágyrészekkel kevésbé védett ízület, amely számos olyan elemet tartalmaz, melyeknek sérülése, szakadása, kopása panaszok forrásává válhat. A legtöbb térdsérülés hobbisportolás közben alakul ki. Leggyakrabban a szalagok és a meniscusok érintettek.

A térdsérülések megértéséhez ismernünk kell a térdízület felépítését.

Az ízület a következõ részekbõl áll: a combcsont ízülete, a lábszárcsont ízülete és a térdkalács (patella), mely a combcsont vályulatában helyezkedik el. A térdkalácsot erõs ín köti a lábszárcsonthoz. Ez teszi lehetõvé, hogy felette található négyfejû combizom segítségével kinyújthassuk vagy megfeszítve tarthassuk a térdet.

A belsõ és a külsõ rögzítõ szalagok segítenek abban, hogy a térd mozgásai közben a térdkalács ne mozduljon ki a helyérõl. Az ízfelszíneket tükörsima felületû, úgynevezett üvegporc borítja. Az üvegporcot mintegy kiegészítve a sípcsont lapos ízületi felszínén két félhold alakú rostos-rugalmas porc, a külsõ és belsõ meniscusok helyezkednek el. Ezek növelik a terhelési felszínt, valamint csökkentik az ízeletet érõ dinamikus terheléseket. A térdízületet alkotó részeket különféle szalagok, valamint az ízületi tok köti össze. Sérülési gyakoriság alapján négy szalag a legfontosabb: a két oldalszalag (belsõ és külsõ) és a két keresztszalag (elülsõ és hátulsó). A szalagok, inak, ízületi tok, meniscusok feladata, hogy megakadályozzák a mozgás során az ízületet alkotó csontok kóros mértékû elmozdulását.

Belsõ meniscus sérülés

A leggyakoribb térdsérülés, mely általában direkt trauma következtében

jön létre. Többnyire focizás, kosárlabdázás, kézilabdázás és síelés közben jön létre. A sérülés következtében a beszakadt vagy leszakadt meniscus darab becsípõdik a csontvégek közé, ami heves fájdalommal és a
térd ún. teljes elakadásával járhat. Az elakadás azt jelenti, hogy a térd hajlított helyzetben rögzül, a beteg azt kinyújtani nem tudja. A meniscus sérülés véglegesen arthroscopos (ízületi tükrözés, mely során
bizonyos beavatkozások is végezhetõk) módszerrel gyógyítható. A tükrözés
során korábban a sérült meniscust eltávolították. Napjainkban lehetõség
szerint a meniscus részleges, vagy teljes megtartására, rekonstrukciójára törekednek. Ennek oka pedig az, hogy a meniscus teljes
eltávolítása után megnõ az ízületi felszínre ható terhelés, mely korai
ízületi kopáshoz (arthrosis) vezethet.

Külsõ meniscus sérülés

A külsõ meniscus sérülése jóval ritkább, mint a belsõé. A sérülés következtében guggoláskor a megnagyobbodott ízület „fájdalmasan kattog".
Ellátása szintén arthroscopos mószerrel történik.

Térdszalagsérülések

Leggyakrabban a belsõ oldalszalag és az elülsõ keresztszalag sérül. Általában nagyobb energiájú sérülések vezetnek a szalagok szakadásához. A
keresztszalagok szakadása azonban focizás, síelés, kosárlabdázás, kézilabdázás közben kialakuló csavarásos sérüléskor is bekövetkezhet. Térdszalag sérüléskor éles fájdalmat érez a beteg. A térd megduzzad, instabillá, „lötyögõssé" válik. A beteg guggolni, futni nehezen, illetve
egyáltalán nem tud. A szalagszakadással egyidejûleg a belsõ meniscus is
megsérülhet, mely a térd elakadásához vezethet. A térdszalag sérülések
kezelése általában mûtéti, melyet szintén arthroscopos módszerrel végeznek. Ennek során a sérülés mértékétõl függõen a sérült szalagot megvarrják. Többnyire azonban az ún szalagplastica módszerrel végzik a rekonstrukciót. Ennek során általában saját ínnal, vagy mesterséges úton
elõállított anyaggal erõsítik meg a sérült szalagot. Mûtét után 6-8 hétig limitált mozgást biztosító sínnel rögzítik a térdízületet.

Térdízületi felszín sérülése

A térdízületi felszín sérülése során porcos vagy rostos szabad testek képzõdhetnek. Ezek az ízületi felszín üvegporc borítékából, vagy a meniscusokból törnek ki. Az így képzõdött szabad testek az ízületben vándorolva a csontok közé ékelõdhetnek, ez erõs fájdalomhoz és a térd elakadásához vezethet. A szabad porcdarabokat arthroscopos eljárással távolítják el. Amennyiben a teherviselõ felszín porcborítéka sérült, mozaik-plasztika segítségével a terhelésmentes felszínrõl ép porc szigeteket ültetnek át a sérült területekre.

Dr. Horváth Balázs