

Problémy se stabilitou kolene



Časté problémy s nestabilitou kolene bývají často způsobeny důsledkem poškození vazů...

Nestabilní (*prolamující*) koleno vzniká na základě **poškození kolenních vazů**. Nejdůležitější je **přední a zadní křížový vaz**. Ty mají na starost **stabilizaci kolene při jeho ohybu**.

Nejčastější způsob poškození je vlivem rotačního pohybu. Stává se tak při různých sportech - fotbal, hokej. Zranění se v prvopočátku projevuje jako prudká bolest doprovázená slabým rupnutím v části kolene. Po chvíli jde cítit **nepříjemná bolest uvnitř kolene**. **Následkem toho vzniká otok** a naplnění prostoru krví. Postupem času **nastávají problémy při chůzi** (*podklesávání kolene*) ze schodů, nerovném povrchu...

Při návštěvě u lékaře se zjišťuje stav kolenního kloubu, míru poškození křížových vazů (*test ohnutí kolene do nepřírozené polohy*). Pozor při rentgenu nejde zjistit poškození vazů, pouze případný stav artrózy. Přesné vyšetření zajistí až **artroskopie**.

Rehabilitace a léčba poškozeného kolenního vazů

Při rehabilitaci kolenního vazů se zaměřuje na **posílení stehenních svalů**, zpevnění kolene ortézou...

V případě, že pacient chce sportovat, provádí se **plastika předních zkřížených vazů**. **Artroskopickým zásahem** dojde k **náhradě poškozeného vazů**. Provrtá se holenní a stehenní kost v místě původního zkříženého vazů. Pomocí speciálních šroubů se zafixuje odebraný štěp ze šlachy. Po operaci je nutná rehabilitace společně s posilováním stehenních svalů. Došlápnout plnou vahou můžete až cca po 6 týdnech. **Sportovat můžete až po 6 měsících**.

Náročnější na operaci je plastika **zadního zkříženého vazů**, který se provádí pouze na specializovaných pracovištích.

Pokud je pacient starý či má pokročilou artrózu, tak se nedoporučuje plastika. Mohla by vést ke zhoršení stavu vlivem špatného stavu kloubu. Zde zbývá jen **posilování svalů, stabilizace pomocí ortézy a redukce váhy**. Nedoporučuje se poškozené místo zatěžovat nadměrným sportem ani zátěží.

Autor článku oKloubech.cz, článek byl napsán 23.10.2012.
URL článku: <http://okloubech.cz/uvod/problemy-se-stabilitou-kolene>.