

ΡΗΞΗ ΜΗΝΙΣΚΟΥ - ΑΡΘΡΟΣΚΟΠΗΣΗ ΓΟΝΑΤΟΣ

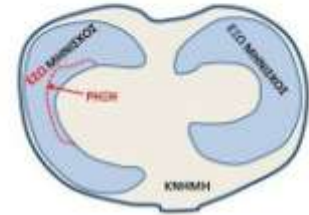
Τι είναι ο μηνίσκος:

Οι μηνίσκοι (έσω και έξω) είναι χόνδρινες κατασκευές σε σχήμα φασολιού που καλύπτουν την έσω και έξω αρθρική επιφάνεια της κνήμης στην άρθρωση του γόνατος. Ο ρόλος τους είναι να απορροφούν την πίεση και τους κραδασμούς κατά την κίνηση του γόνατος και τη βάρδιση, καθώς ο μηρός ολισθαίνει πάνω στην κνήμη. Πρακτικά, προστατεύουν τον αρθρικό χόνδρο και συντελούν στην ομαλή κίνηση του γόνατος.



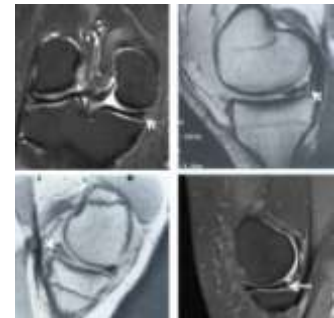
Ρήξη του μηνίσκου:

Αφορά συχνότερα τον έσω μηνίσκο και προκαλείται από στροφική βία που ασκείται πάνω του κατά την κίνηση του μηρού πάνω στην κνήμη. Συνήθως είναι αποτέλεσμα αθλητικών κακώσεων. Μπορεί να συνοδεύεται από βλάβες στον αρθρικό χόνδρο και ρήξη του πρόσθιου χιαστού συνδέσμου. Κύριο σύμπτωμα είναι ο πόνος και μερικές φορές το κλείδωμα / 'μπλοκάρισμα' του γόνατος σε κάμψη.



Διάγνωση:

Βασίζεται στην κλινική εξέταση. Βοηθά η μαγνητική τομογραφία.



Θεραπεία:

Η αρχική αντιμετώπιση περιλαμβάνει αποφόρτιση, πάγο, αντιφλεγμονώδη και φυσιοθεραπεία. Μερικές ρήξεις επουλώνονται ή παύουν να δημιουργούν πρόβλημα μερικούς μήνες μετά τη ρήξη.

Όταν τα συμπτώματα επιμένουν, συστήνεται **αρθροσκόπηση** του γόνατος και **μερική μηνισκεκτομή** (αφαίρεση τμήματος του μηνίσκου) ή **συρραφή** του μηνίσκου (έχει ένδειξη σε νέα άτομα και σε συγκεκριμένους τύπους ρήξεων). Σε περίπτωση συρραφής του μηνίσκου υπάρχουν περιορισμοί σε ότι αφορά τη φόρτιση και την κίνηση του γόνατος για 6 εβδομάδες (καθώς περιμένουμε να επουλωθεί ο μηνίσκος). Μετά από μερική μηνισκεκτομή απαιτείται μερική φόρτιση για λίγες μέρες, με έναρξη φυσιοθεραπείας και σταδιακή επάνοδο στις δραστηριότητες (σε 2-4 εβδομάδες).



Η αρθροσκοπική μηνισκεκτομή μπορεί να συνδυαστεί με καθαρισμό βλαβών του αρθρικού χόνδρου (βλ. παρακάτω) και με αποκατάσταση του πρόσθιου χιαστού συνδέσμου αν υπάρχει ρήξη.