

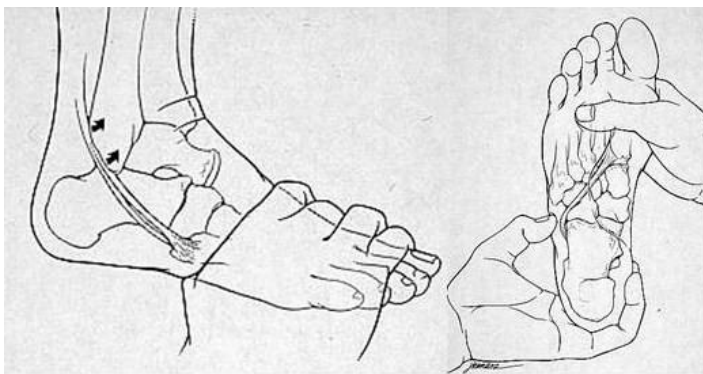
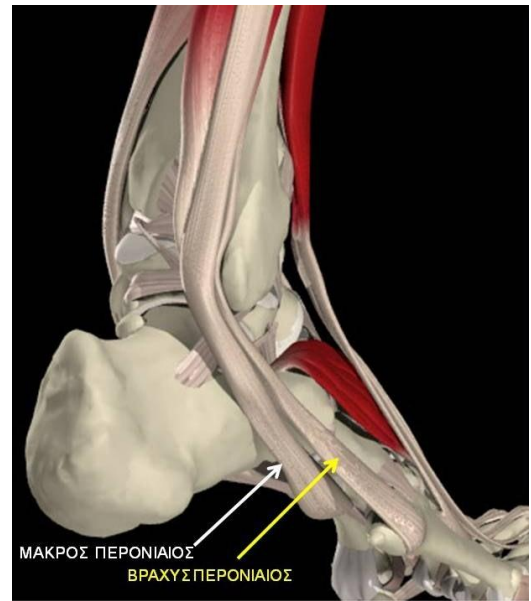
ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΠΕΡΟΝΙΑΙΩΝ ΤΕΝΟΝΤΩΝ

ΠΕΡΟΝΙΑΙΟΙ ΤΕΝΟΝΤΕΣ

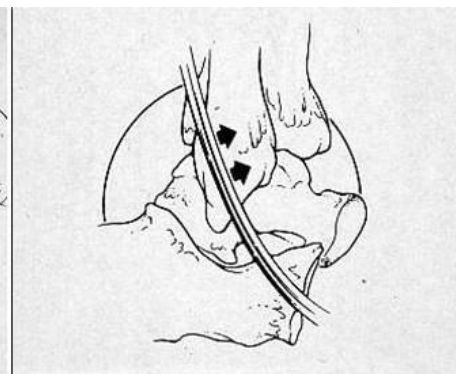
Βρίσκονται στην έξω πλευρά της ποδοκνημικής και οι λειτουργία τους είναι η προς τα έξω κίνηση του ποδιού και λιγότερο η κάμψη. Παίζουν σημαντικό ρόλο στον έλεγχο της σταθερότητας της ποδοκνημικής.

Οι παθήσεις των περονιαίων τενόντων ως αιτία πόνου στην έξω πλευρά του ποδιού, συχνά παραγνωρίζονται.

Ο **πόνος** συνήθως σχετίζεται με τις δραστηριότητες και συνοδεύεται από **οίδημα** (πρήξιμο), ενώ συχνά ο ασθενής αναφέρει ότι νιώθει το πόδι του να κάνει 'κλικ' κατά την κίνηση κάμψης – έκτασης. Μερικές φορές οι τένοντες αναπηδούν και έρχονται μπροστά από την περόνη (εξάρθρωμα των περονιαίων). Μπορεί να πρόκειται για εκφύλιση του τένοντα, ή για επιμήκη ρήξη από τραυματισμό, ή συνδυασμό των δύο καταστάσεων.



ΠΟΝΟΣ ΣΤΟΥΣ ΠΕΡΟΝΙΑΙΟΥΣ



ΕΞΑΡΘΡΗΜΑ ΠΕΡΟΝΙΑΙΩΝ

Η αντιμετώπιση αρχικά είναι συντηρητική και βασίζεται στη **φυσιοθεραπεία**. Εγχύσεις κορτιζόνης μπορεί να προσφέρουν κάποια ανακούφιση. Η **χειρουργική** θεραπεία περιλαμβάνει αφαίρεση του παθολογικού ιστού και επανασυρραφή του τένοντα. Σε περιπτώσεις εξάρθρωματος των περονιαίων απαιτείται αποκατάσταση των συνδέσμων που τους συγκρατούν.

Συχνά (ειδικά σε περιπτώσεις τραυματισμών – διαστρεμμάτων) οι βλάβες των περονιαίων συνδυάζονται με ρήξη των πλαγίων συνδέσμων της ποδοκνημικής, ή και οστεοχόνδρινες βλάβες του αστραγάλου. Σ' αυτές τις περιπτώσεις συνυπάρχει αστάθεια. Η αντιμετώπιση μπορεί να περιλαμβάνει **αρθροσκόπηση** της ποδοκνημικής, μαζί με ανοιχτή συρραφή των συνδέσμων και των περονιαίων τενόντων.

Μετεγχειρητικά, χρησιμοποιείται νάρθηκας και η περίοδος αποκατάστασης ξεπερνά τους δύο μήνες. Αν πρόκειται για αθλητή, απαιτούνται περίπου 4 μήνες για να αρχίσει ελαφρύ τρέξιμο και 6-9 μήνες για πλήρη επάνοδο.

Δρ. Νικόλαος Γκουγκουλιάς - Ορθοπαιδικός Χειρουργός

Διδάκτωρ Ιατρικής Α.Π.Θ.

Εξειδίκευση στη Χειρουργική Ποδιού-Ποδοκνημικής-Γόνατος-Αθλητικές Κακώσεις στη Μεγ.Βρετανία

Consultant Orthopaedic Foot & Ankle Surgeon, UK

Email: gougnik@yahoo.com

Web: www.footsurgery.gr