

# Intervenční rehabilitace u zmrzlého ramene

Student: Kotvan Timotej

Školitel: Johec Martin, MUDr.

Oddělení klinické rehabilitace FNOL



Lékařská fakulta

Univerzita Palackého v Olomouci



## ÚVOD

Syndrom zmrzlého ramene je stav, kdy dochází k náhlému nástupu bolesti a omezení hybnosti všemi směry v ramenním pletenci na podkladě kontraktury kloubního pouzdra. Obvykle se vyskytuje u lidí v produktivním věku, v 5.-6. deceniu, kdy výrazně ovlivňuje denní aktivity.

Průběh onemocnění můžeme rozdělit do tří fází:

1. fáze bolesti
2. fáze progresivní ztuhlosti
3. fáze návratu pohyblivosti

Často se tyto fáze překrývají navzájem.

K návratu pohyblivosti dochází zpravidla do 2 let.

## CÍLE

Posoudit a srovnat účinnost intervenční rehabilitace s konzervativní terapií u kontrolní skupiny.

## METODIKA

Zařazeno bylo 17 pacientů (sedm mužů a deset žen) diagnostikovaných pro syndrom zmrzlého ramene s průměrným věkem 58 let. U všech pacientů bylo provedeno vstupní vyšetření postižené horní končetiny, dále se měření opakovalo po 2 týdnech, 1 měsíci a 3 měsících od prvního měření.

Zkoumané parametry zahrnovaly rozsah pohybů (flexe pasivně, abdukce pasivně, zevní rotace pasivně), VAS score, quickDASH.

Mezi měřením probíhala intervenční rehabilitace, která zahrnovala standartní rehabilitaci, aplikaci kortikoidů, hydrodilataci, případně i periferní blok s následným rozrušením srůstů.

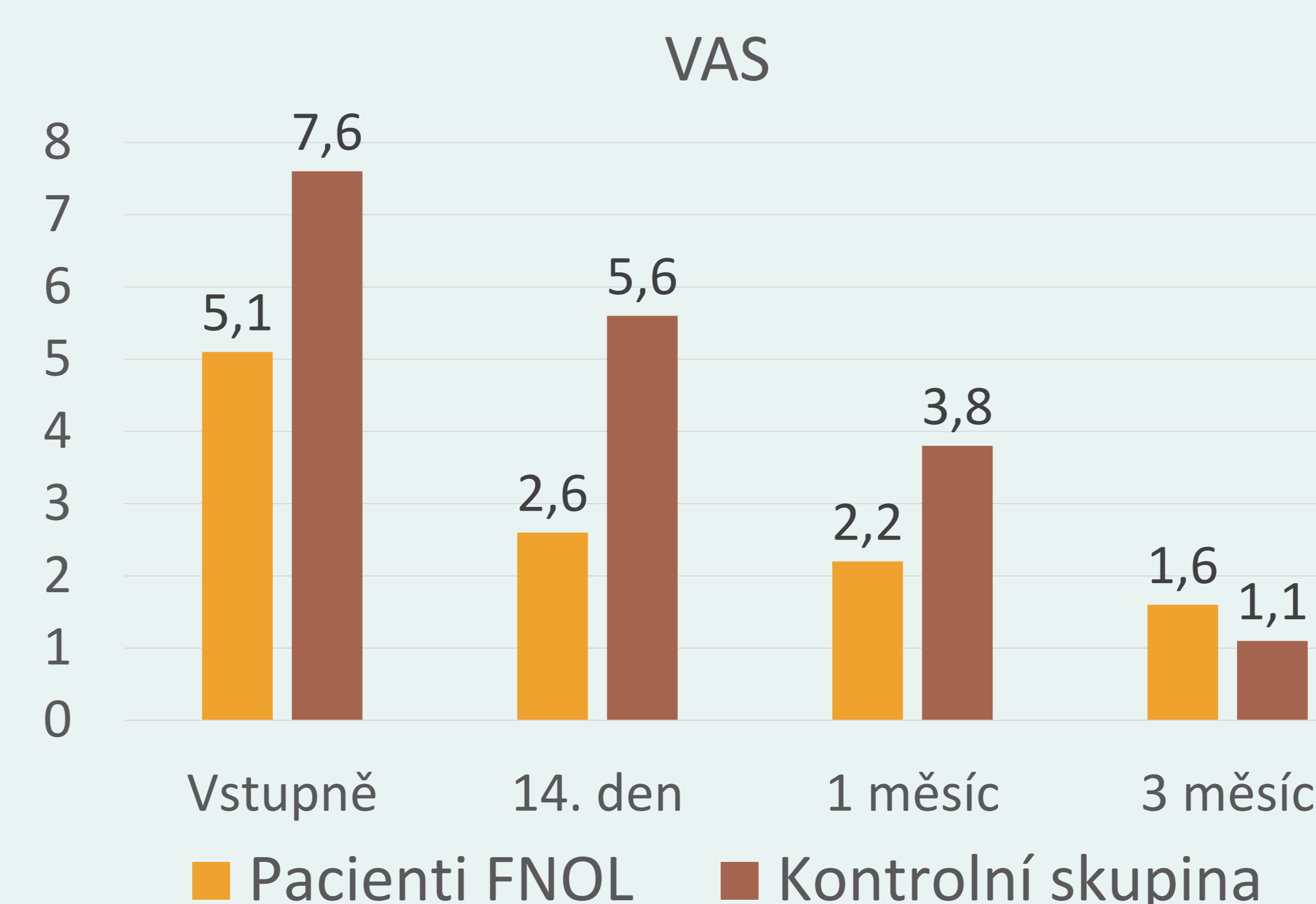
Výsledky se následně porovnali s kontrolní skupinou ze studie, kde bylo pozorováno 34 pacientů (dvacet dva mužů a dvanáct žen) s průměrným věkem 64 let.

## VÝSLEDKY

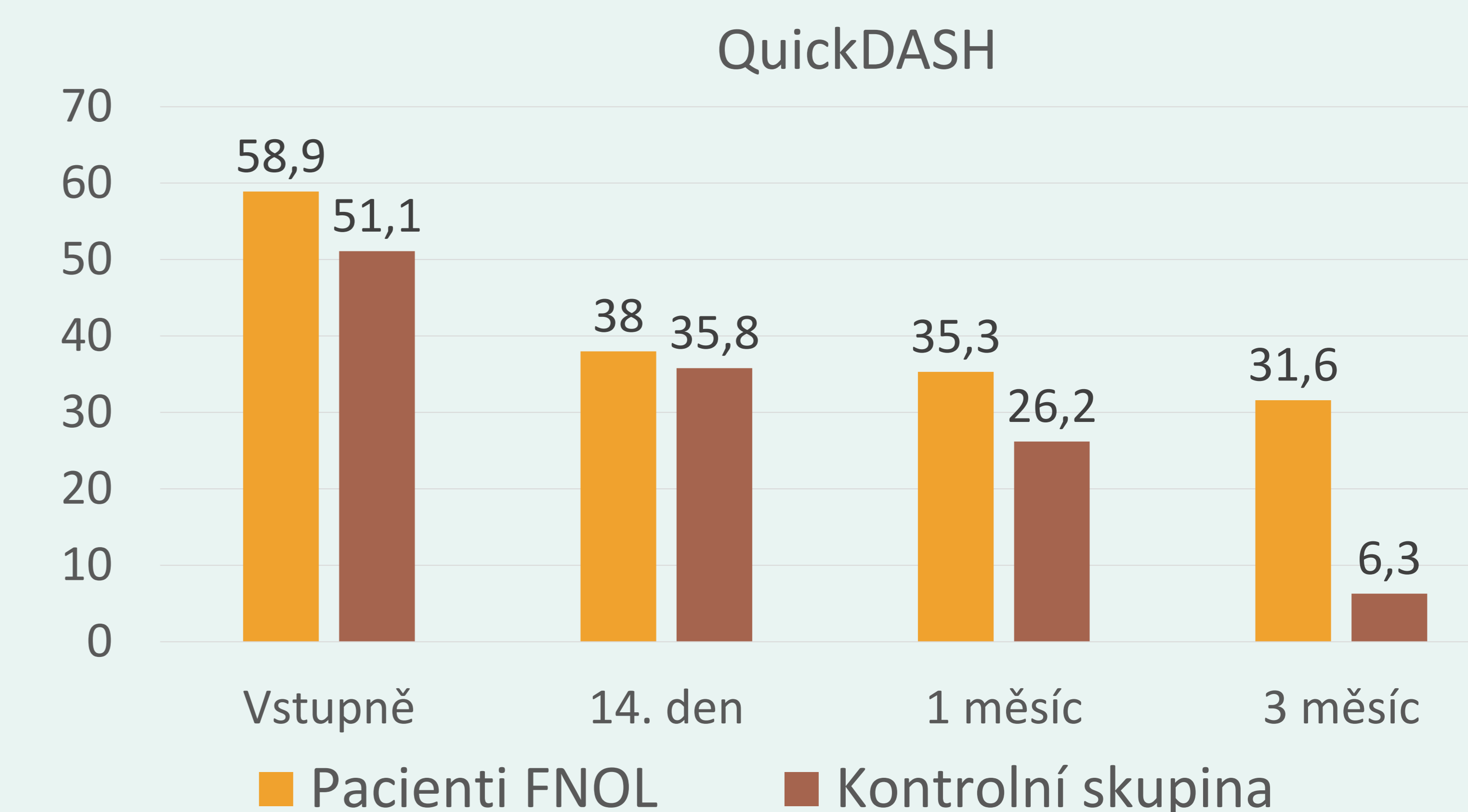
U pacientů sledovaných ve FNOL došlo k výraznému zvětšení rozsahu pohybů. Při měření po 14 dnech byl nárůst nejmarkantnější, progres byl patrný i v dalších měřeních. Ve srovnání s kontrolní skupinou léčenou konzervativně, sme tak mohli pozorovat, že právě největší rozdíl nastal ve výsledcích měření po 14 dnech, kde výsledky pacientů FNOL dosahovaly srovnatelné hodnoty, jako kontrolní skupina v měření po 3 měsících.

Pacienti FNOL				
	Vstupně	14. den	Po 1. měsíci	Po 3. měsících
Flexe pasivně	118,8°	172°	176°	180°
Abdukce pasivně	93,2°	164°	173°	180°
Zevní rotace	22,4°	45,3°	65°	75°
Kontrolní skupina				
Flexe pasivně	123,6°	130,2°	136,1°	155,3°
Abdukce pasivně	82,4°	86,9°	88,1°	124,1°
Zevní rotace	27,9°	33,4°	41,6°	49,5°

Tabulka č.1: Průměrné hodnoty rozsahu pohybů



Graf č.1: Průměrné hodnoty VAS



Graf č.2: Průměrné hodnoty QuickDASH

## ZÁVĚR

Intervenční rehabilitace zaměřena na myofasciální ošetření pletence u syndromu zmrzlého ramene vede k výraznému zlepšení rozsahu pohybů v časové periodě kratší než u klasické konzervativní terapie.

## ZDROJE:

Ranalletta M, Rossi LA, Bongiovanni SL, Tanoira I, Elizondo CM, Maignon GD. Corticosteroid Injections Accelerate Pain Relief and Recovery of Function Compared With Oral NSAIDs in Patients With Adhesive Capsulitis: A Randomized Controlled Trial. Am J Sports Med. 2016 Feb;44(2):474-81. doi: 10.1177/0363546515616238. Epub 2015 Dec 9. PMID: 26657263.