

Patellofemorális szindróma kezelése
izomerősítéssel és szenzomotoros fejlesztéssel
– pilot study

Molnár Ágnes, Dr. Majzik Ernő

2016.06.09-10

Definíció

- **E. Witvrouw definíciója szerint:** „Sérülés nélkül megjelenő, legalább 6 hete fennálló, a térd elülső részére lokalizált fájdalom, és emellett megjelenő crepitatio, bizonytalanság-érzés.”
„Olyan típusos panaszok kísérik, mint: retropatelláris fájdalom – futás közben és után, hajlított térdek melletti ülést követően, guggolás közben, lépcsőn járáskor és vagy ugráskor.”

Előzmények

- Formái és kialakító tényezői
- Kezelések áttekintése, mozgásterápia

Tünetei

- Fájdalom
 - Peripatelláris
 - Retropatelláris
 - A patella anteromediális oldalán jelentkező
 - Bizonytalan lokalizációjú
 - Változó időben, terhelésre, érzettel jelentkezik
- Krepitáció
- Ízületi duzzanat
- Bizonytalanság érzése
- Pszichés elváltozások

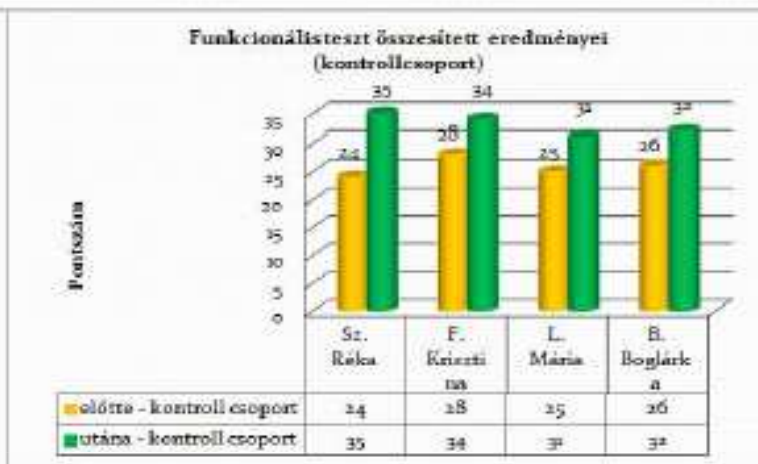
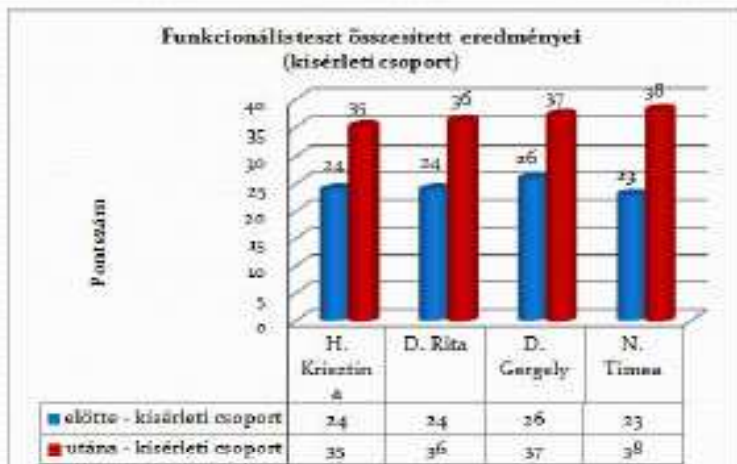
Kutatás célja és teszt módszerek

- Kutatásunk célja annak az összehasonlítása volt, hogy a **szenzomotoros – neuromusculáris fejlesztéssel összekötött kezelés hatékonyabb-e, mint az izomerősítő torna ebben a kórképben.**
- **A vizsgálatokat a következő módszerekkel végeztük:**
 - Kujala kérdőív
 - Szubjektív panaszok felvétele: kórtörténet, jelen panaszok
 - A szubjektív panaszokat testtésképen rögzítettük
 - Kiegészített FMS vizsgálólap
 - Vizsgálólap a kezdeti és záró fizikális paraméterekkel, speciális tesztekkel

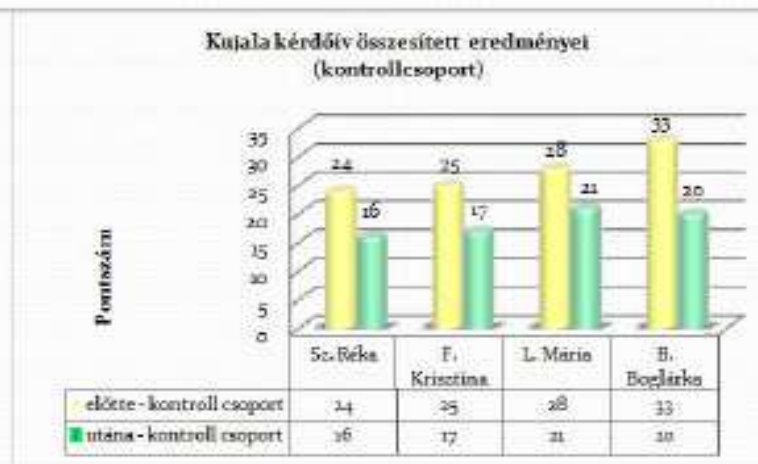
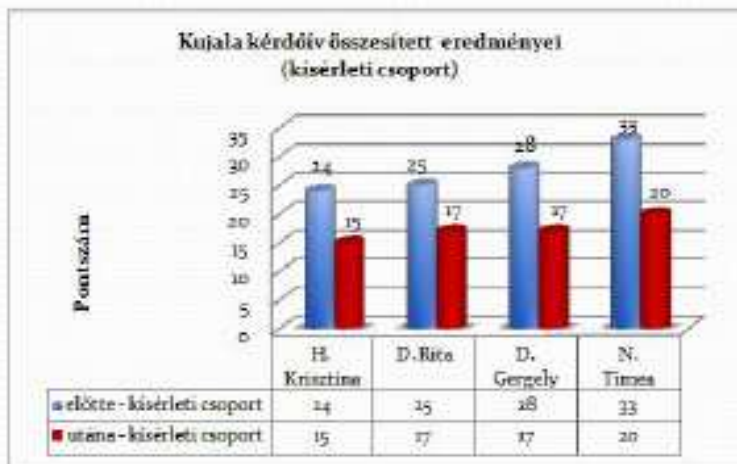
A kezelés leírása

- A betegek kezelésében az első lépés a **módosítható tényezők felmérése** volt. A felmérésben található eredményeket a **vizsgálólapokon rögzítettük**. A **betegeket** egyenként vizsgáltuk meg, és **véletlenszerűen osztottuk két csoportba** őket.
- A kontroll csoportnál csak **izomerősítő gyakorlatokat** végeztünk, kísérleti csoportnál ugyanezeket a gyakorlatokat, de **kombinálva instabil felületeken végzett szenzomotoros fejlesztéssel.**

Eredmények

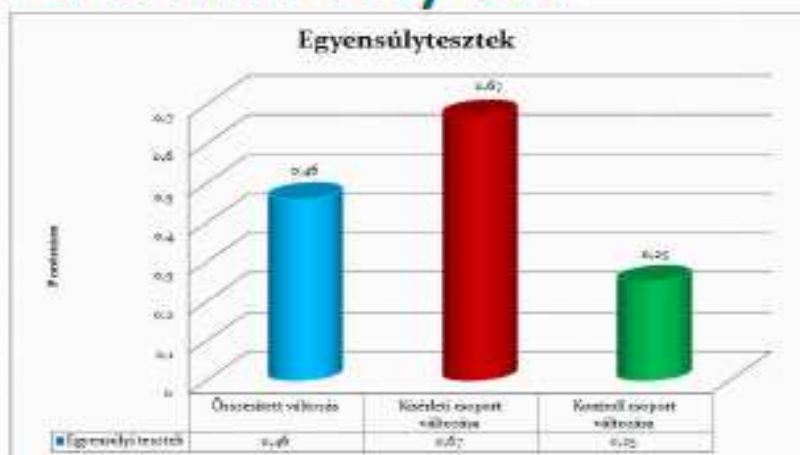


A **funkcionális tesztek** összesítésében a kísérleti csoport eredménye 24.25 pontról 36.5 pontra változott (12.25 pont), míg a kontroll csoport 25.75 pontról 33 pontra változott (7.25 pont)



A **Kujala kérdőív**nél a kísérleti csoport eredménye a kutatás előtt 27.5, utána 17.25 pont (10.25 pont) volt, a kontroll csoport eredménye a kísérlet előtt 28.5, utána 18.5 pont (10 pont)

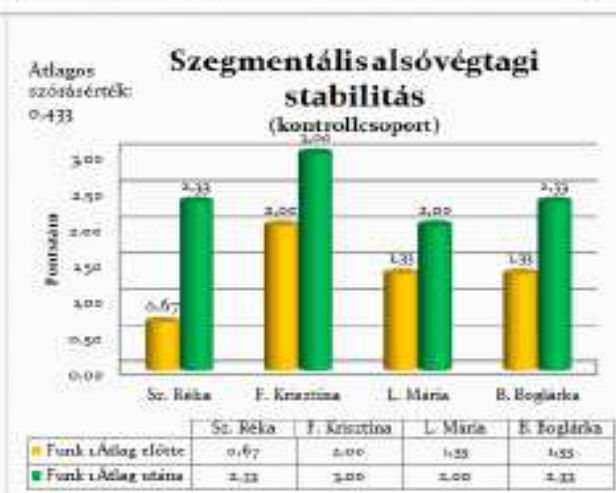
Eredmények



Az egyensúlytesztek összesített eredménye a kutatás előtt 1.333 pont, utána 1.792 pont volt. Az összesített változás 0.458 pont lett, melyből a kísérleti csoport 0.667 pontot, a kontroll csoport 0.25 pontot változott



A törzsstabilitási teszteknel az összesített fejlődés a két csoportban együttesen (2.1 pont előtte és 2.7 pont utána) 0.6 pont lett, melyből a kísérleti csoport 0.8 pont változást, a kontroll csoport 0.4 pont változást ért el.



A szegmentális stabilitási tesztekben a két csoport együttesen 2.125 pont növekedést ért el, amelyből a kísérleti csoport eredménye 1.75, a kontroll csoporté pedig 0.75 pont volt

Konklúzió

- **A szenzomotoros fejlesztéssel és izomerősítéssel kezelt betegek funkcionális mozgásai jelentősebb mértékben javultak, mint a csak izomerősítéssel kezelt betegeké. Nagyobb mértékben javult a szagittális, és frontális szegmentális stabilitásuk, az egyensúlyuk, és a törzs stabilitásuk, mint a kontroll csoporté.**
- Az eredmények alapján kimondhatjuk, hogy érdemes egy átfogóbb kutatást elvégezni ezzel a módszerrel.

Köszönjük a figyelmet!

Molnár Ágnes, Dr. Majzik Ernő