

Procjena bolnog ramena

PAT 2026.

Primjer

- Pacijent 47 godina, po zanimanju prodavač, dolazi zbog boli u bočnoj strani lijevog ramena koja traje oko 7 dana.

- Bol je osobito jaka pri dohvaćanju predmeta s visokih polica, a prisutna je i tijekom noći. Povremeno se širi u nadlakticu.

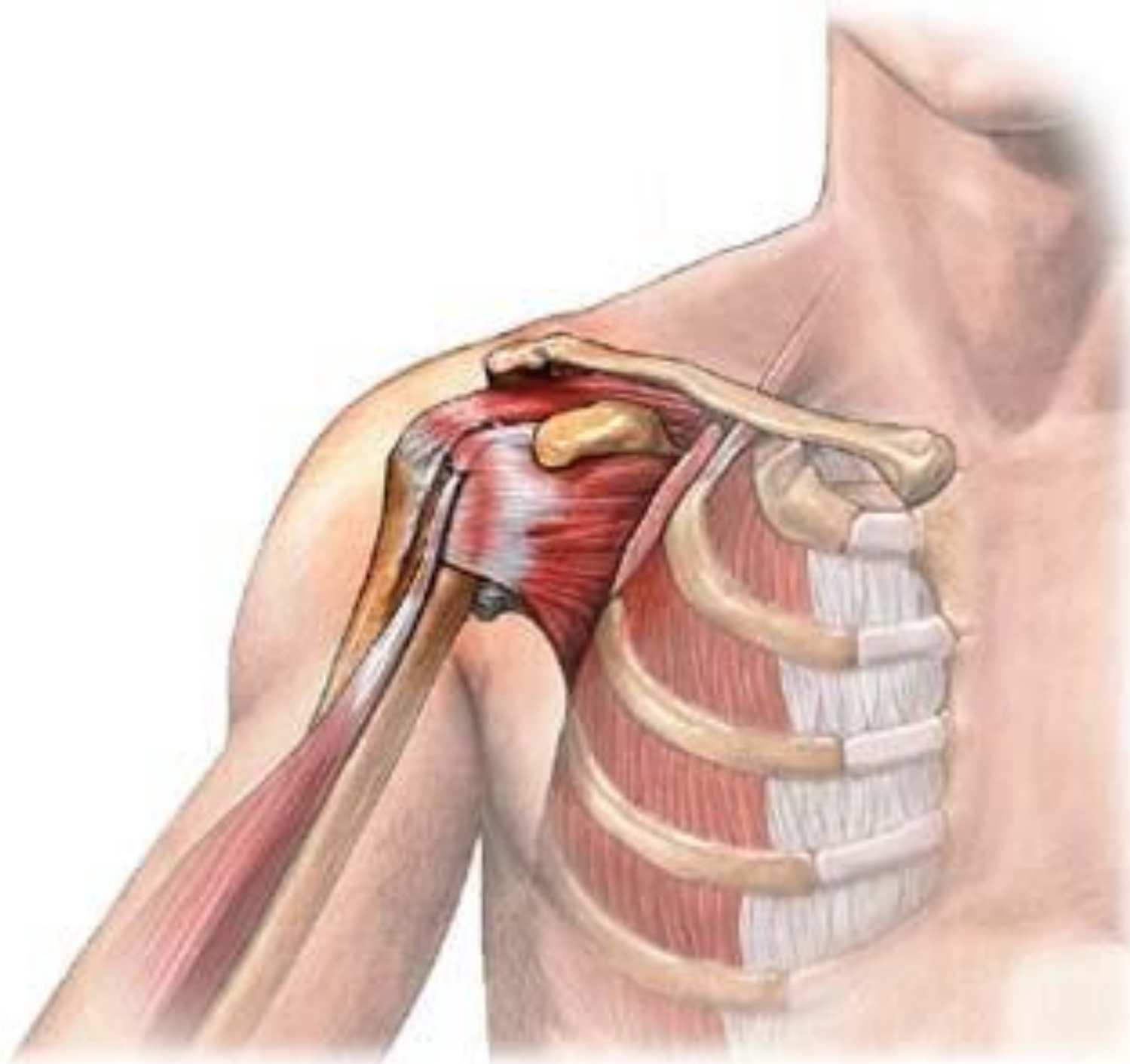
Koji su najčešći koštano-mišićni uzroci boli u ramenu?

- Sindrom uklještenja
- Kalcifirajući tendinitis
- Akromioklavikularni artritis
- Subluksacija i dislokacija ramena
- Stanje nakon traume/fraktura
- Adhezivni kapsulitis
- Cervikalana radikulopatija

Koji su drugi mogući uzroci boli u ramenu?

- **Abdominalni uzroci**
Širenje boli od dijafragme (n.frenikus)
- **Torakalni uzroci**
Srčani
Plućni
- **Ostali**

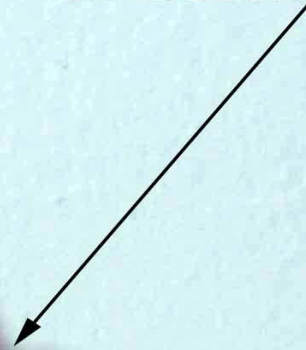
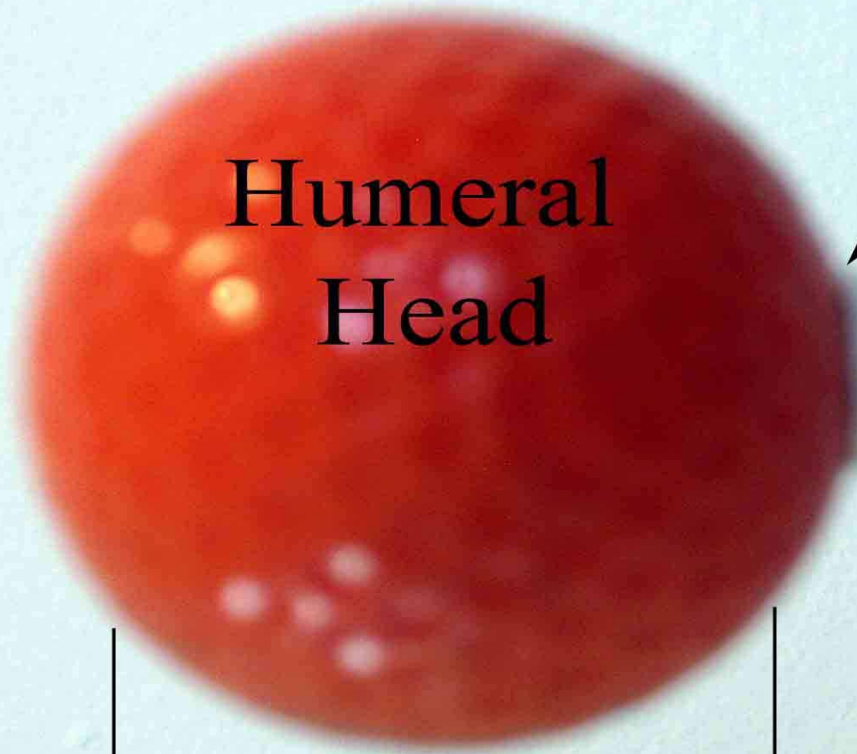
Koja je najvjerojatnija dijagnoza u ovom slučaju?



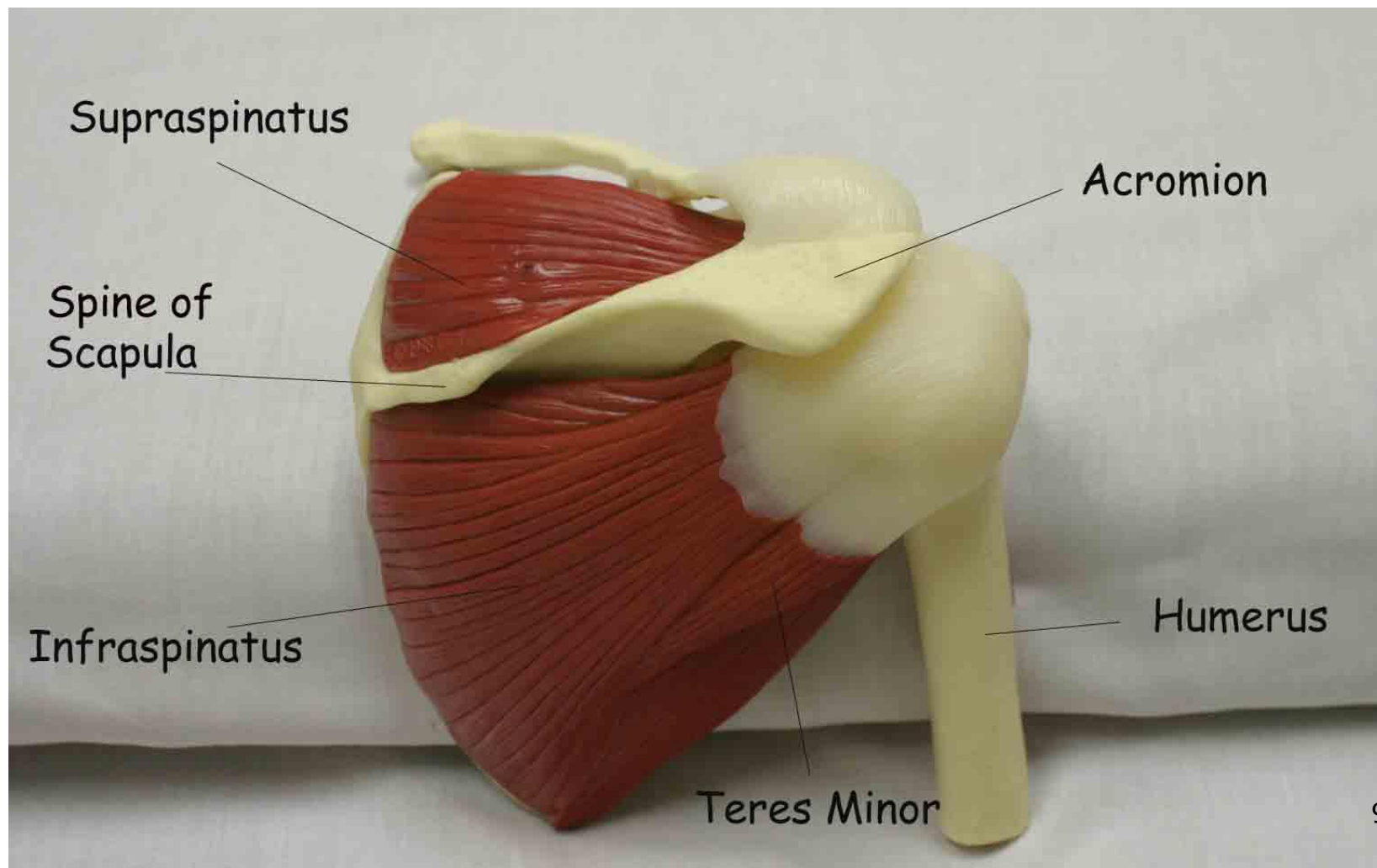
Glenoid

Humeral
Head

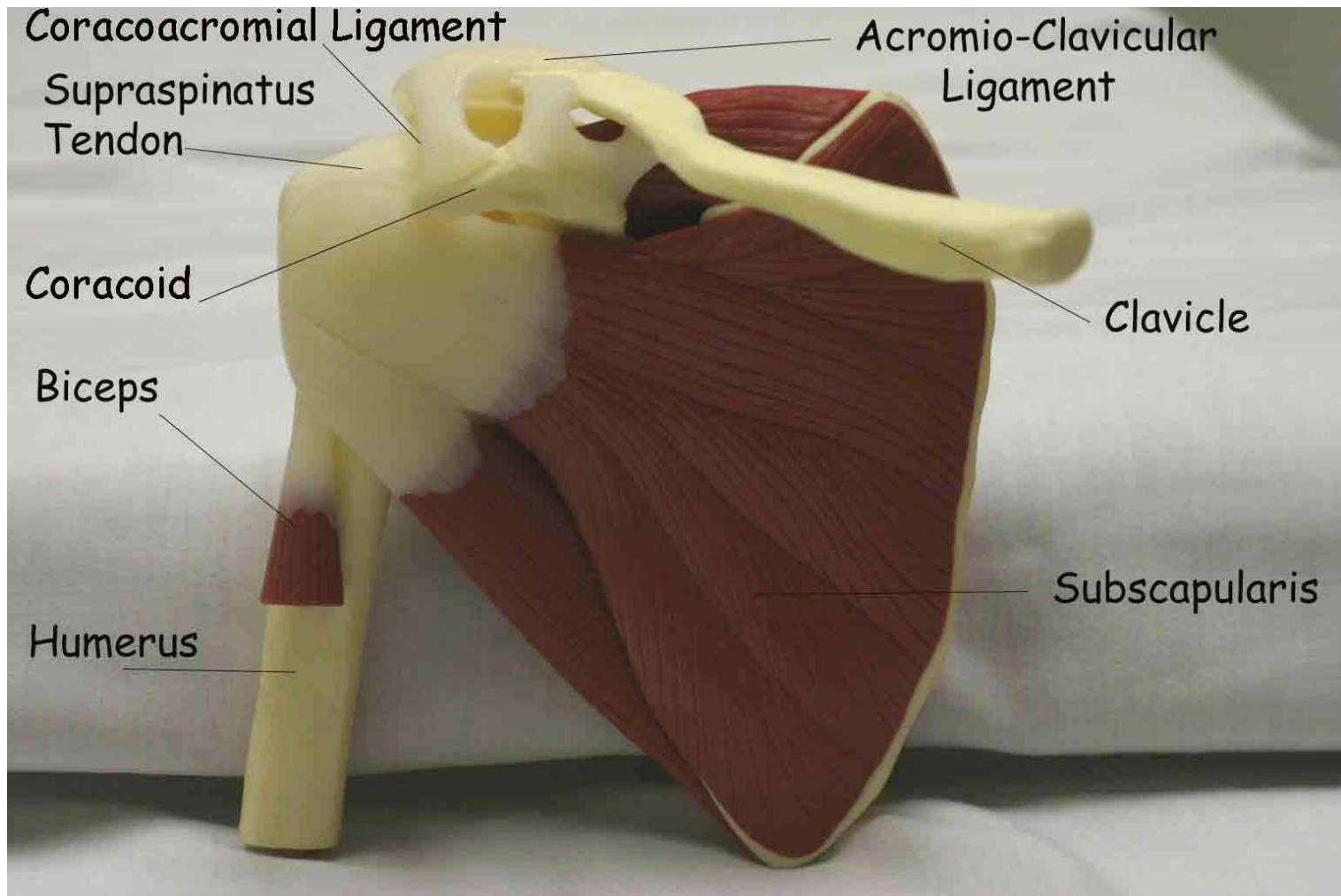
Humerus



Mišići rotatorne manžete – PA pogled



Mišići rotatorne manžete – AP pogled



ROTATORNI CUFF

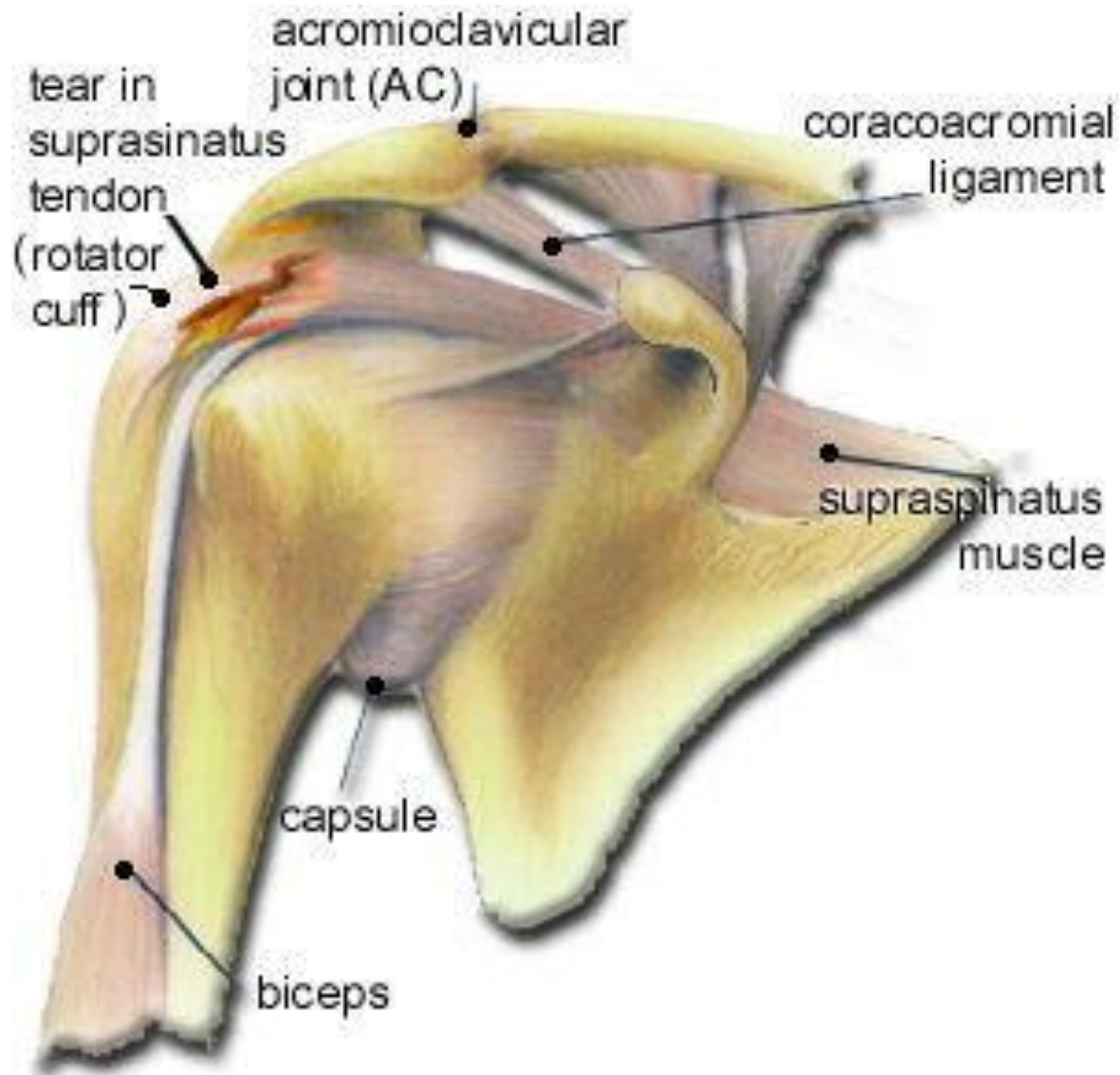
Sastoji se od tetiva četiriju mišića:

3 se hvataju na veliki tuberositas humerusa (posteriorno):

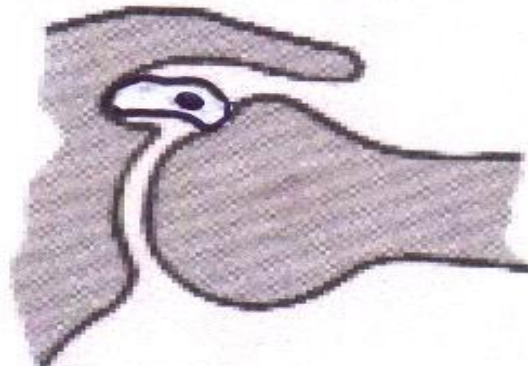
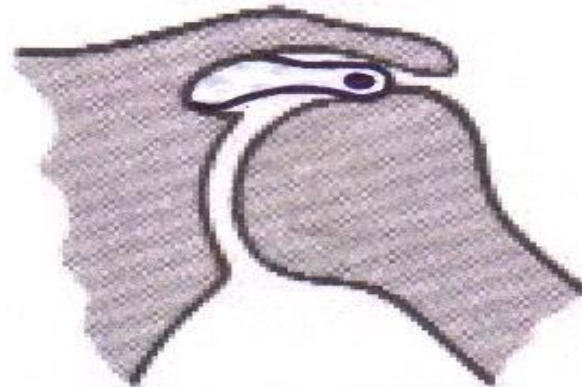
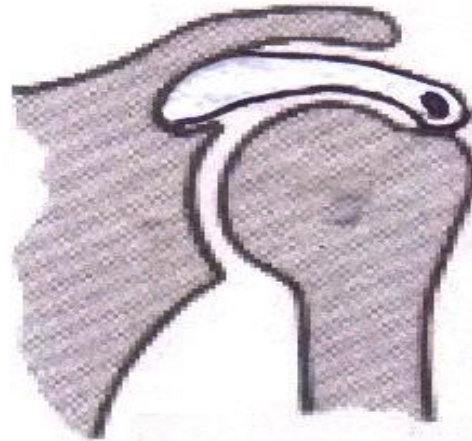
- Supraspinatus
 - Infraspinatus
 - Teres minor
- vanjska rotacija

1 se hvata na mali tuberositas humerusa (anteriorno):

- Subscapularis
- unutarnja rotacija



**Sindrom
bolnog luka
(impingement
sindrom)**



Shoulder Impingement





MOGUĆE POSLJEDICE SY UKLJEŠTENJA

Mišići/tetive

- Tendinitis rotatorne manšete

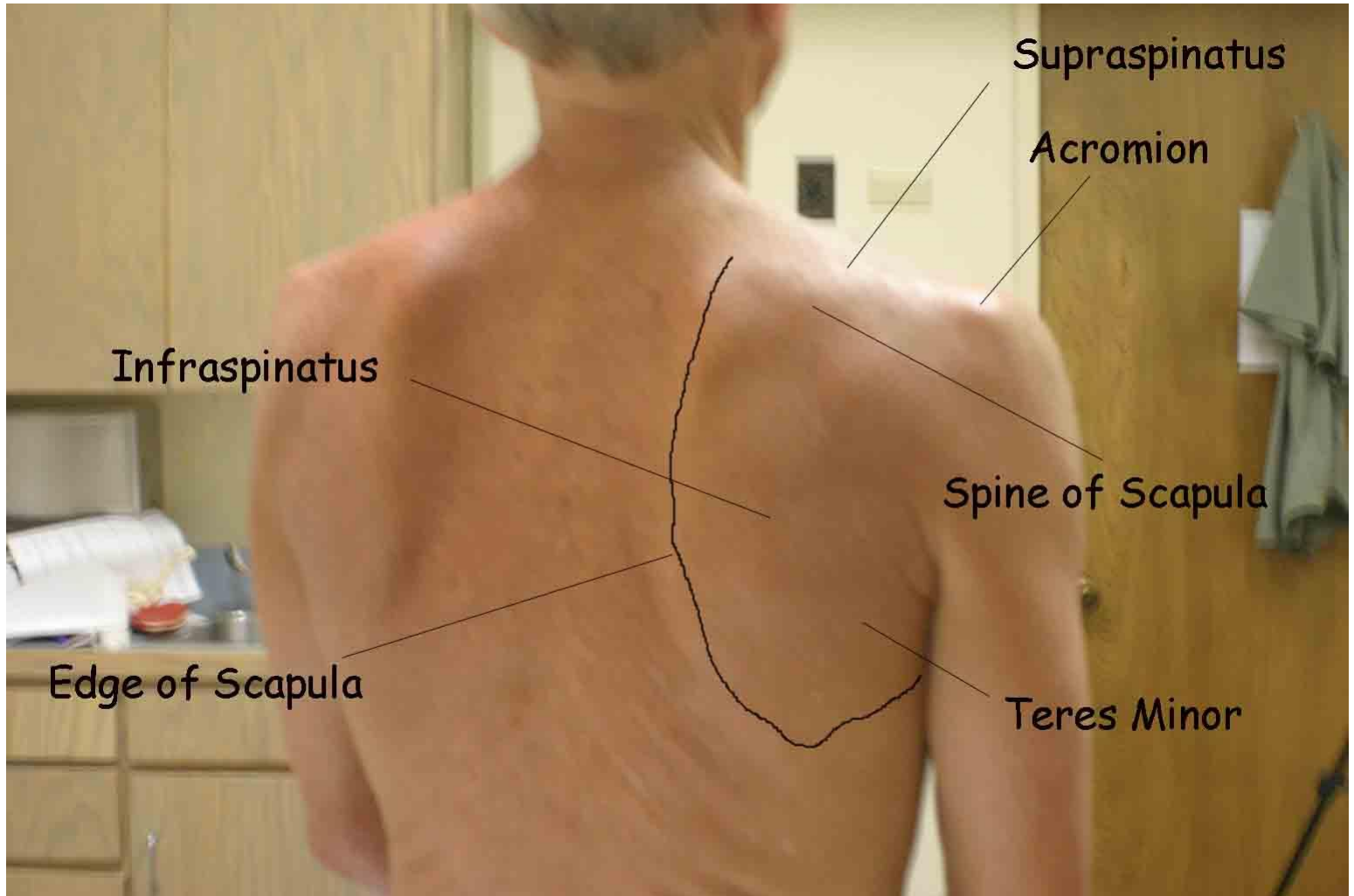
Kosti/zglobovi

- akromioklavikularni osteoartritis

Bursitis

- subakromialni

Fizikalni pregled bolnog ramena



Brazda bicepsa



Subakromialna burza



Pregled

Opseg pokreta

- Aktivna pokretljivost
- Pasivna pokretljivost

+

Provjeriti klavikulu, skapulu i lakat

+

Neurološki pregled-motorni, osjetni i refleksi

Fleksija



Vanjska rotacija





Apley scratch sign This maneuver screens the overall rotation function of the shoulder. The patient is asked to scratch the lower back and place the thumb as high up on the back in the midline as is comfortable. One side can be compared with the other side. Courtesy of Bruce C Anderson, MD.

Neurološki pregled gornjih ekstremiteta

Motorna funkcija

C5: abdukcija glenohumeralnog zgloba >30'

C 5/6: fleksija podlaktice

C7: ekstenzija podlaktice

C8: adukcija prstiju

Senzorna funkcija

C5: gornji dio ruke (Deltoid)

C6: palac

C7: srednji prst

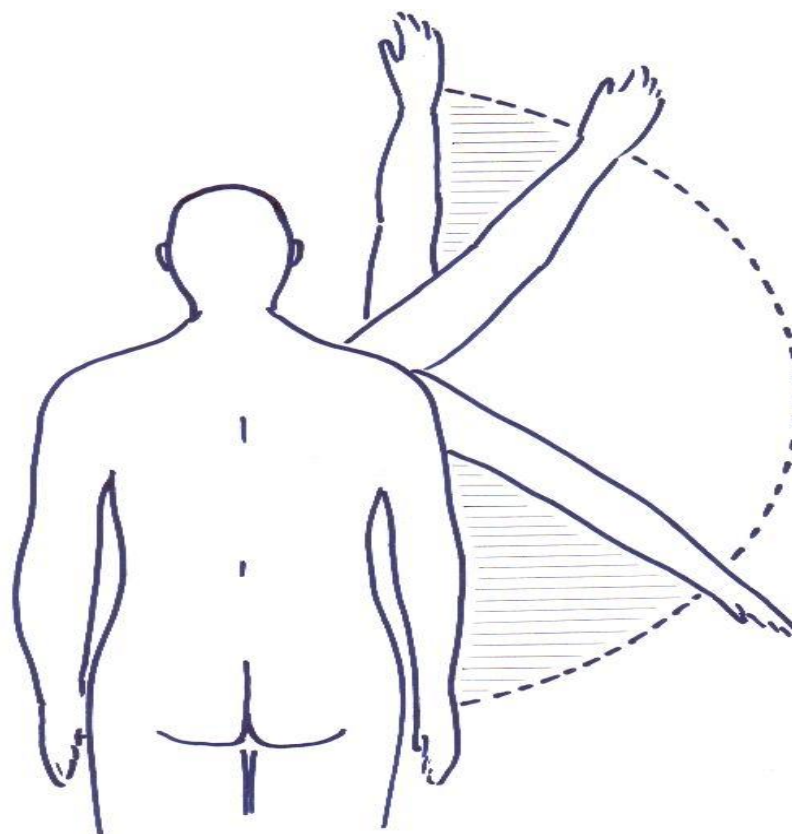
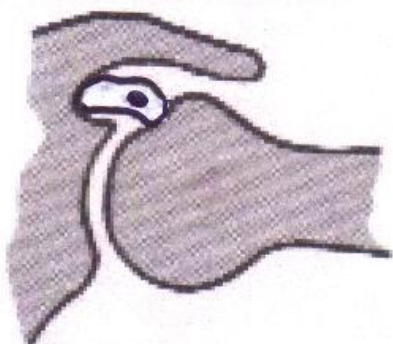
C8: 5th prst

SPECIFIČNI TESTOVI

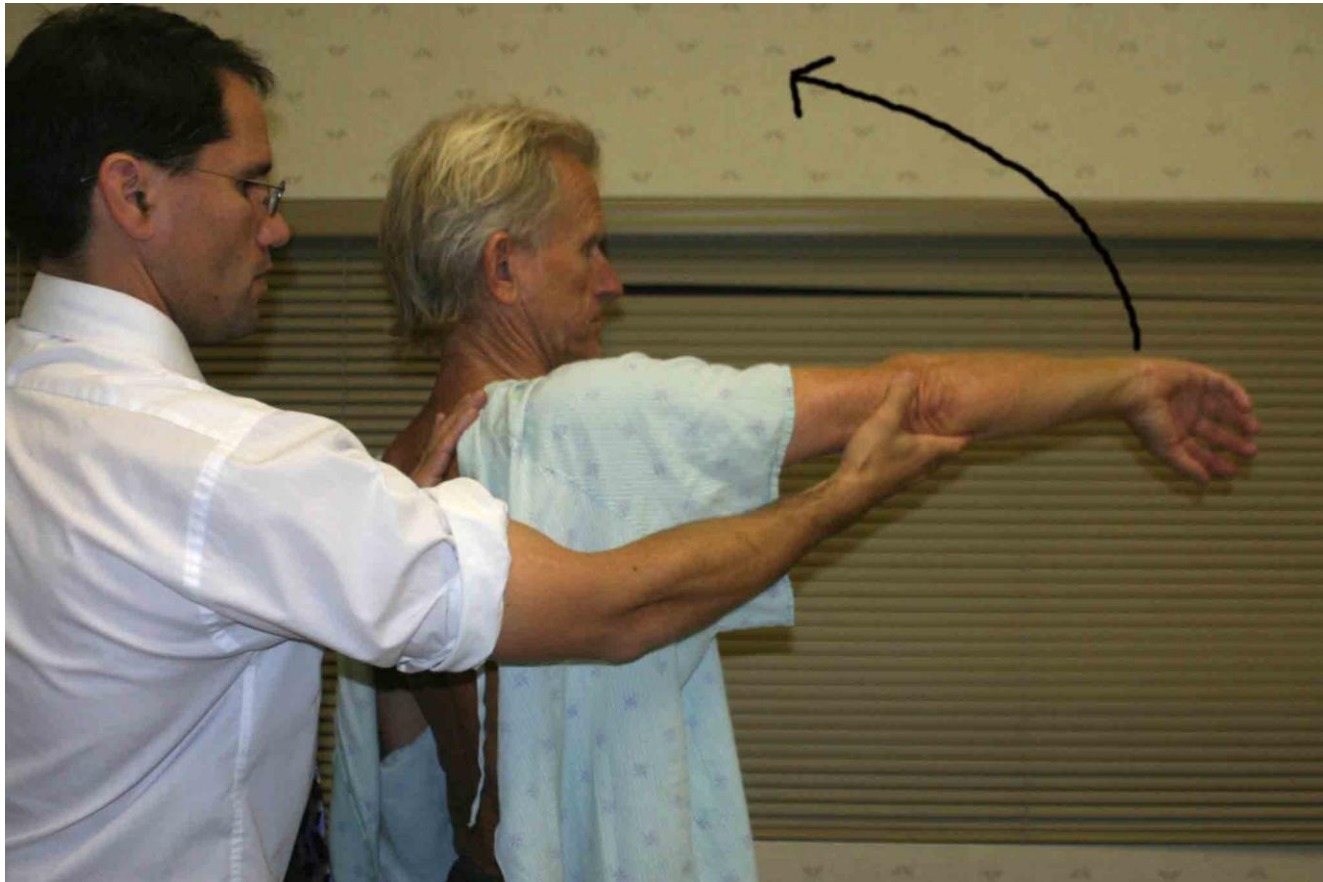
- Test bolnog luka
- Neerov test
- Havkinov test



abdukcija bolna između 45° i 160°



Neer's test



Havkin's test



Pretrage

RTG

UZV

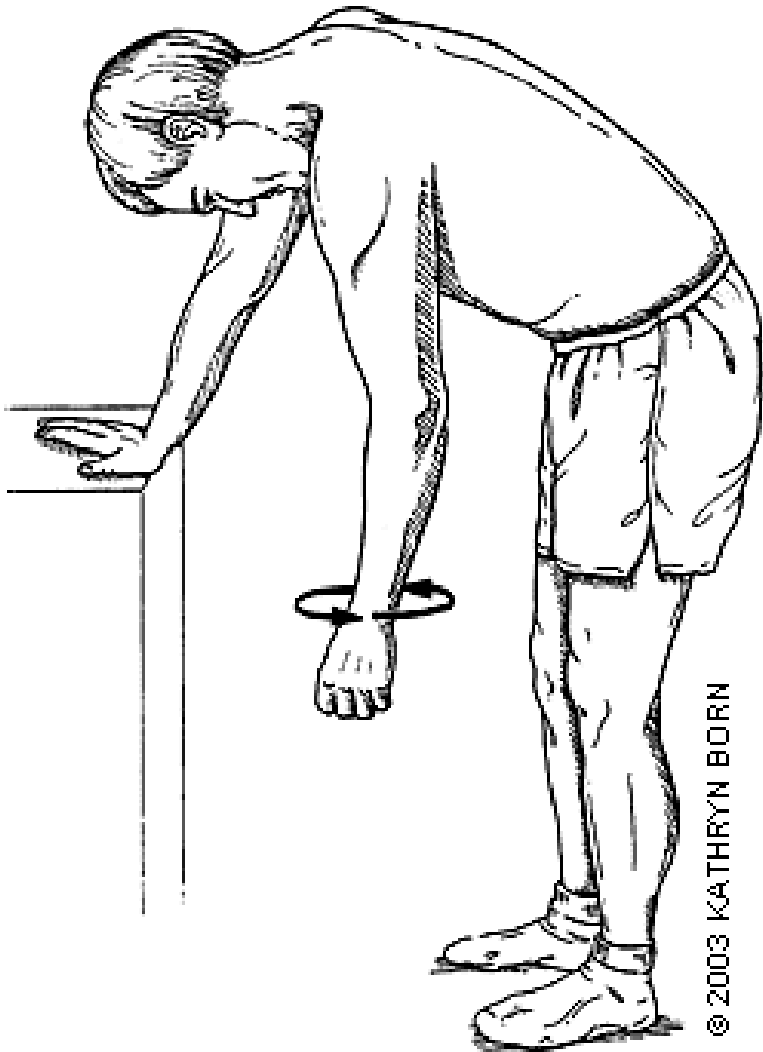
- Za rupturu tetiva rotatora

MRI

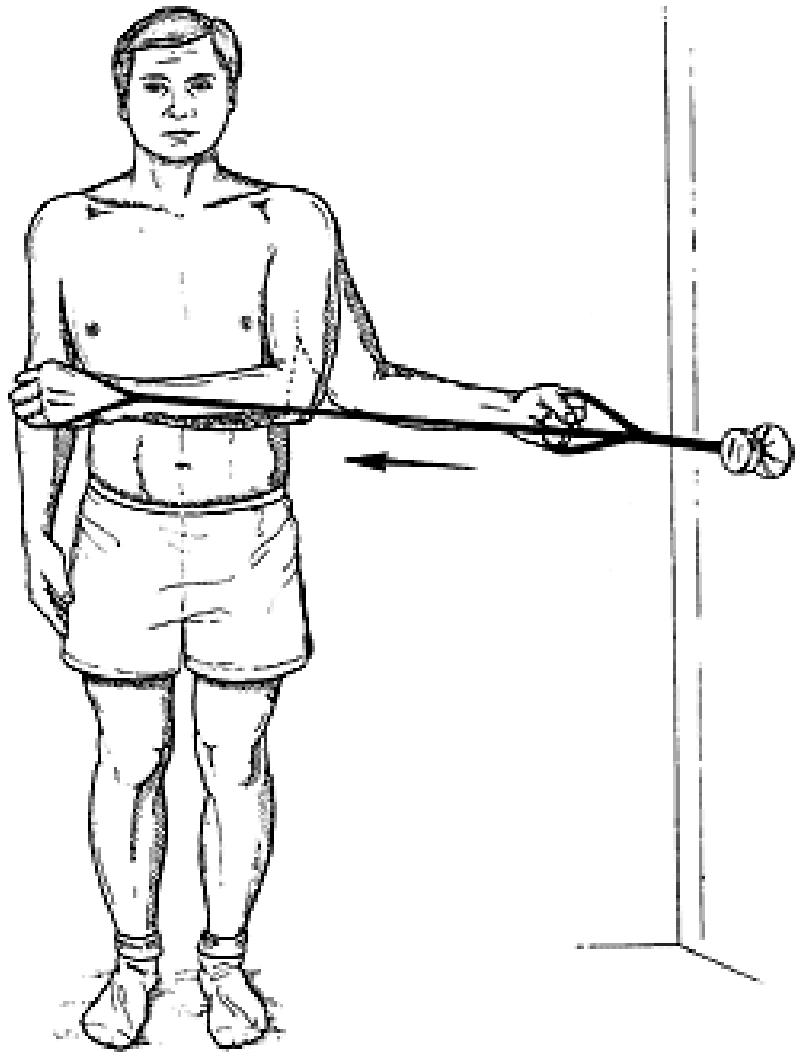
Liječenje

- NSAID
- Rehabilitacija
- Subakromijalne steroidne injekcije
- Kirurški (kod mlađih pacijenata)

Vježbe za jačanje mišića rotatora



© 2003 KATHRYN BORN

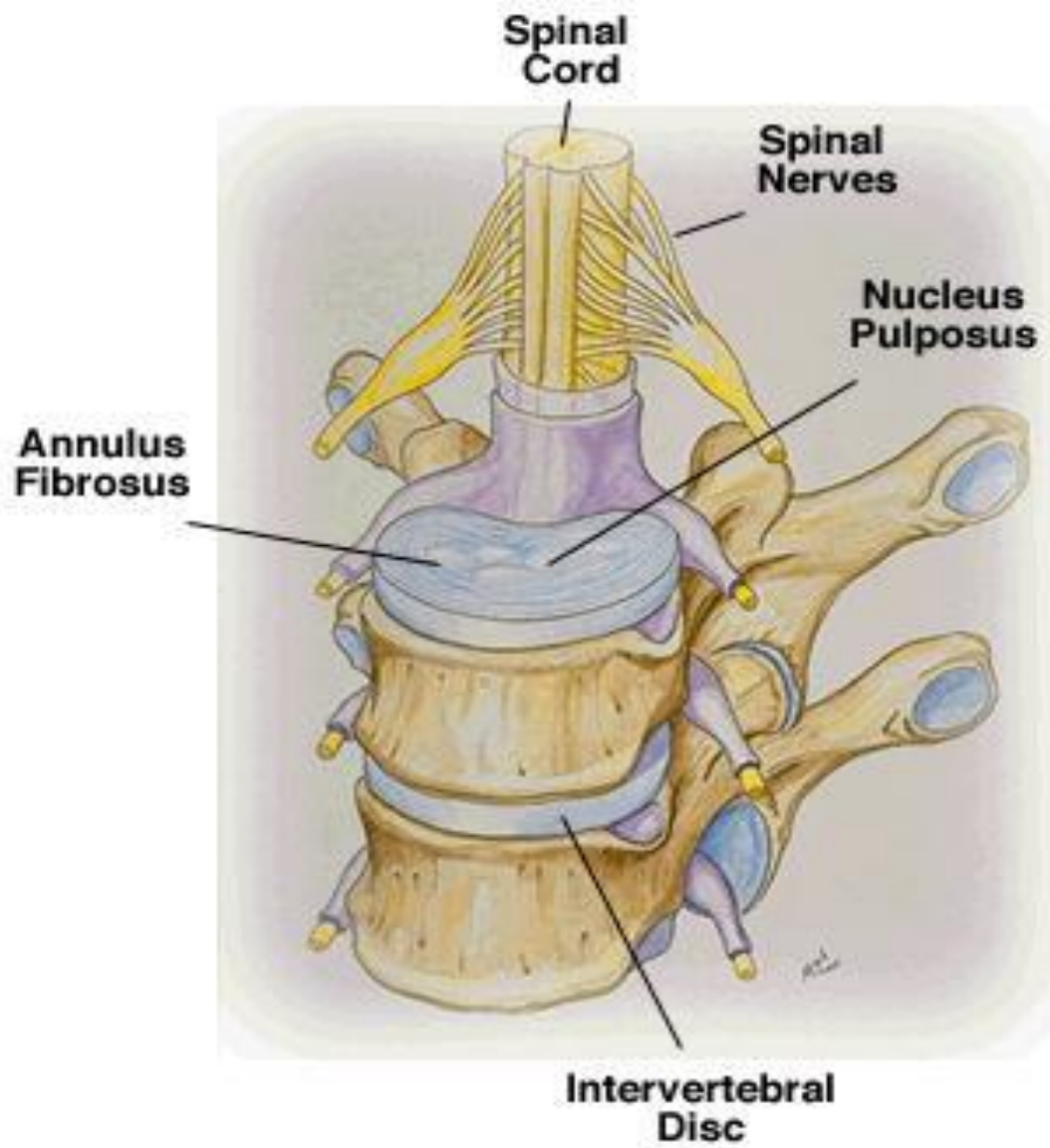


© 2003 KATHRYN BORN



Walk up wall stretch Face a wall about three quarters of an arm length away from it. Using only your fingers (not your shoulder muscles), raise your arm up to shoulder level. Perform sets of 10 to 20 exercises at each session.

Bol u donjem dijelu leđa



Primjer 4

- 54 – godišnji građevinski radnik žali Vam se na bol u donjem dijelu leđa. Bol je počela prije 3 dana nakon podizanja teškog tereta.
- Što još želite saznati iz povijesti?
- Što ulazi u diferencijalnu dijagnozu boli u donjem dijelu leđa?

Povijest bolesti

- Mehanizam povrede
- Trajanje, jačina, kvaliteta, širenje boli
- Precipitirajući faktori
- Olakšavajući faktori
- Ranija povrjeđivanja
- Ostale bolesti i stanja

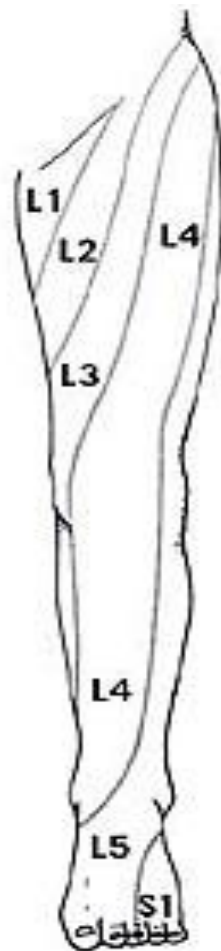
Diferencijalna dijagnoza

- V** vaskularni uzroci
- I** infektivni
- N** neoplazme
- D** degenerativni
- I** jatrogeni
- C** kongenitalni
- A** autoimuni
- T** toksični, trauma
- E** endokrini/okolina

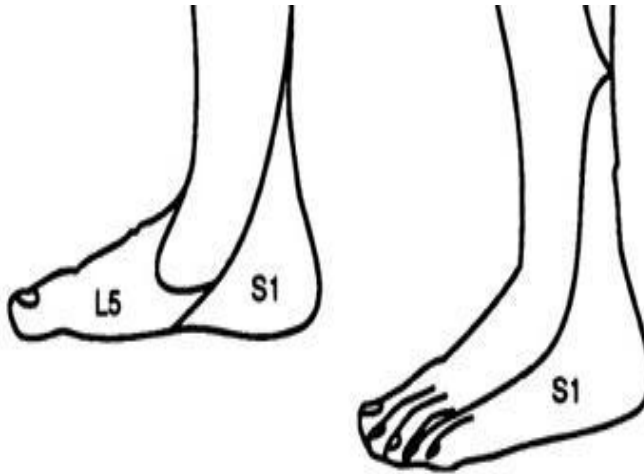
Primjer 4

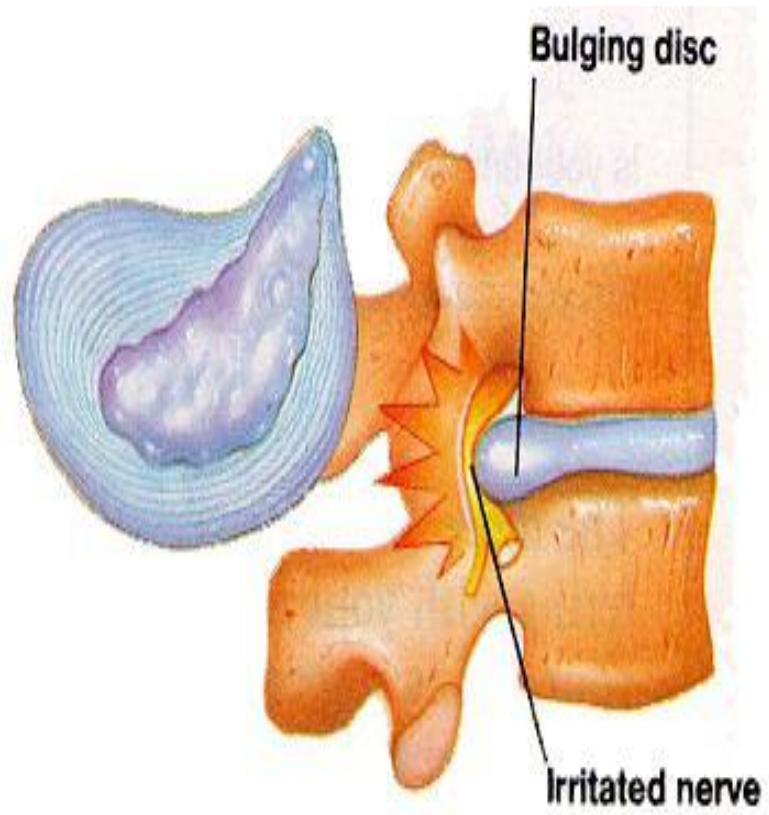
- Pacijent opisuje oštru bol koja se pogoršava pri sagibanju i širi se niz vanjsku stranu noge do vrha stopala.
- Gdje je i što je patologija?

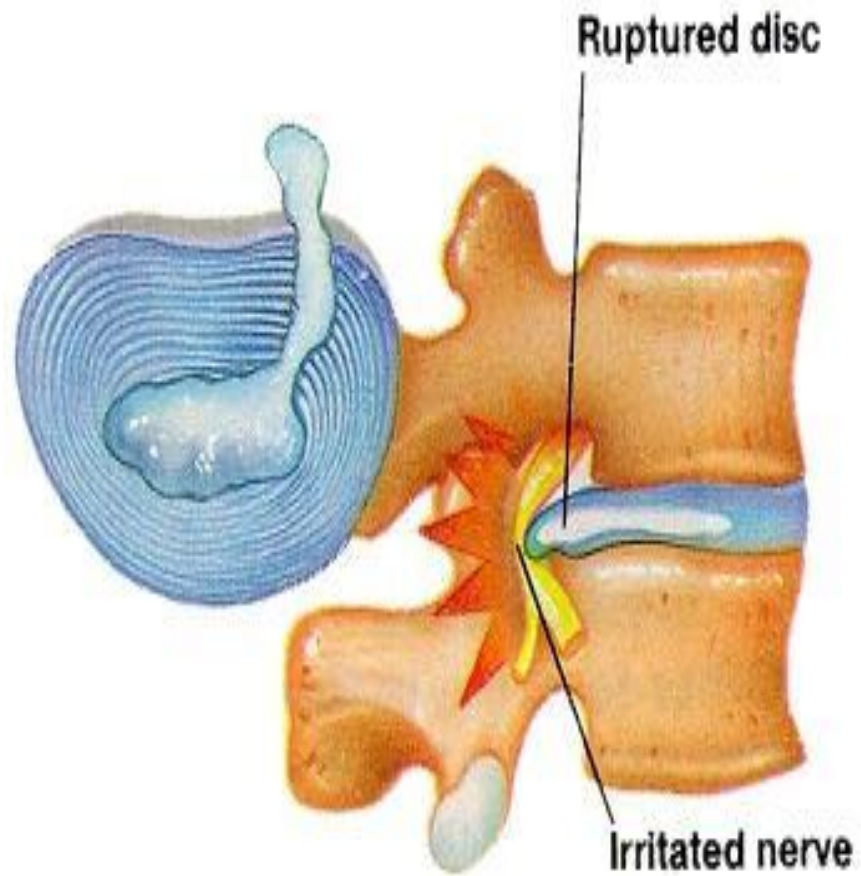
Inervacija



Dermatomi







Slučaj 1

- Što ćete uraditi u fizikalnom pregledu?
- Koje specifične testove ćete napraviti?

Klinički pregled

- Inspekcija
- Palpacija
- Kretnje
- Specifični testovi
- Neurološki pregled

Klinički pregled

- Inspekcija

- kralježnica
- držanje i hod

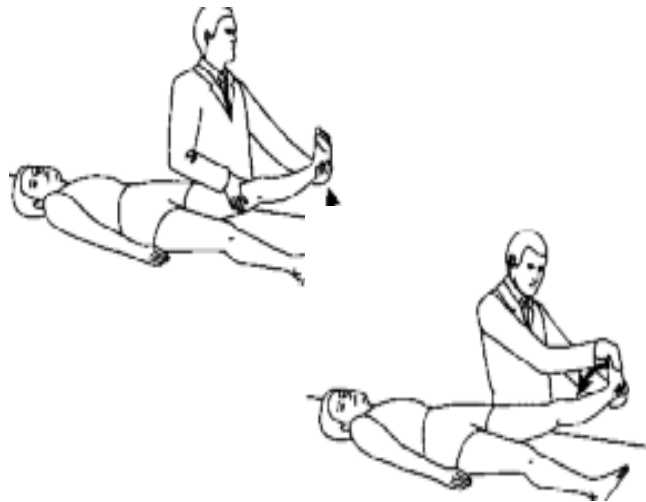
- Palpacija

- Kralješci
- Paravertebralna muskulatura
- Sakro-ilijakalni zglobovi

Klinički pregled

- Specifični testovi
 - Pokreti u 4 ravnine
 - Test ravnog podizanja noge
 - FABERE test
- Neurološki pregled
 - Motorna funkcija
 - Osjet
 - Refleksi

STRAIGHT LEG RAISING



FABERE (PATRICK'S) TEST

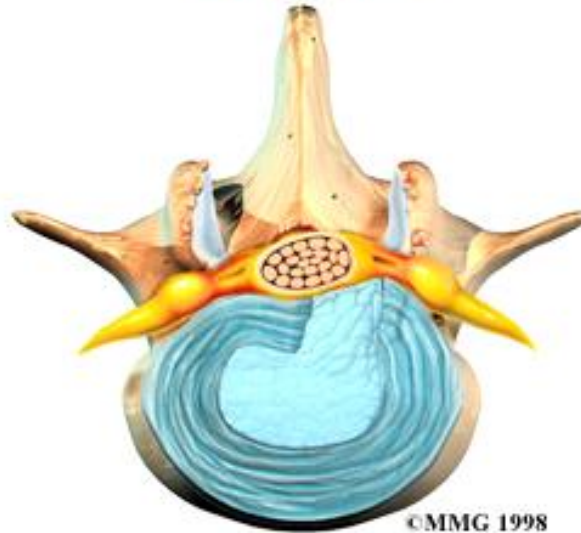


Slučaj 1

- Ako se Vaš pacijent žali da ne može zadržati urin, zbog čega ćete biti zabrinuti?
- Na što ćete obratiti pažnju pri fizikalnom pregledu?

CAUDA EQUINA SYNDROME

Cauda Equina Syndrome



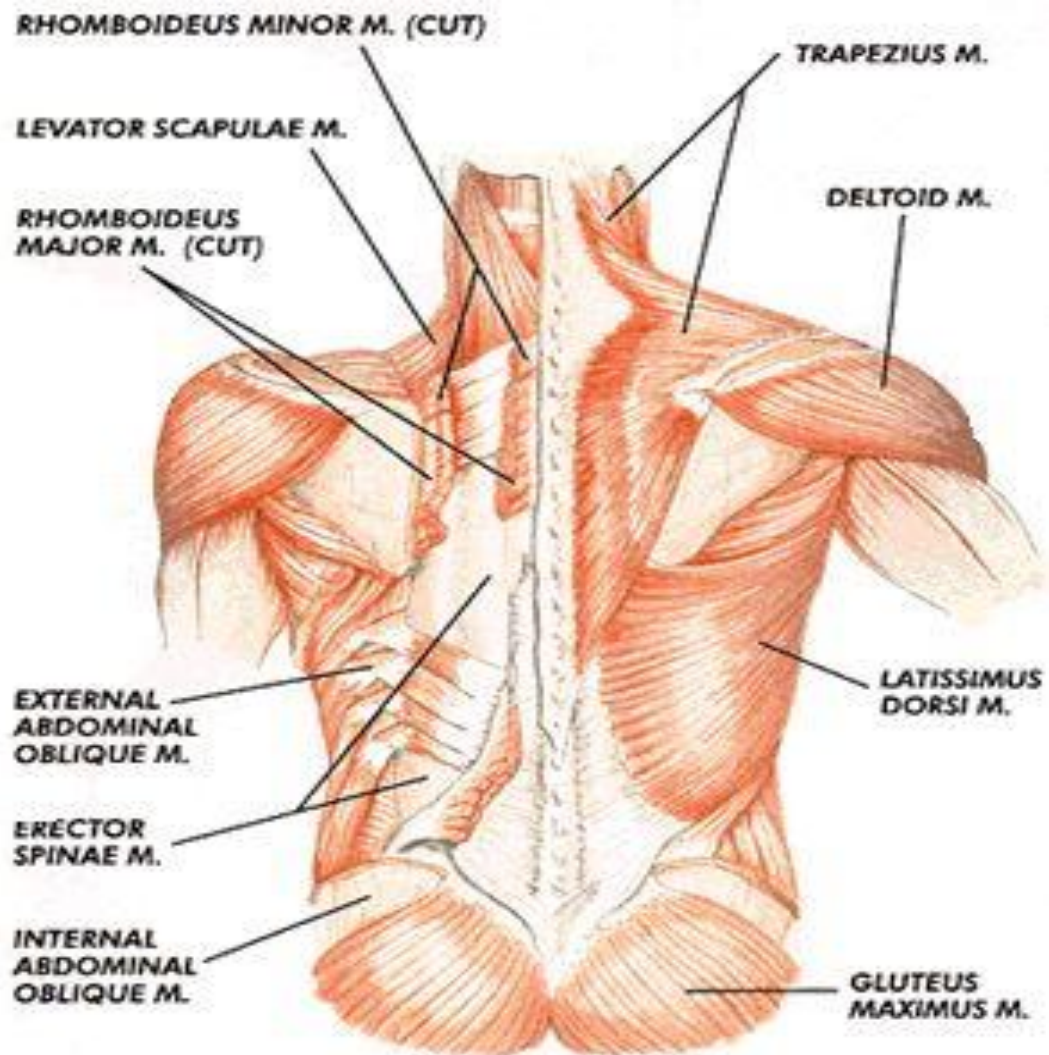
OPASNI ZNACI

- Prva pojava prije 20 ili poslije 55 god. starosti
- Trauma
- Torakalna bol
- Povijest karcinoma
- Temperatura $>38^{\circ}$
- Gubitak težine
- Izraženi neurološki znakovi i simptomi
- Uporaba KS

Opći savjeti za jednostavnu bol u leđima

- Mirovanje u krevetu **nije** preporučeno za jednostavnu bol u leđima
- Ostati umjereno aktivan
- Popravljanje tjelesnog držanja
- Spinalna manipulacija nema efekta
- Uvjeriti pacijenta da će se bol povući unutar 1 mj.

- Smanjenje tjelesne težine može biti razmotreno
- Hernijacija diska – oporavak oko 6 mjeseci



Farmakološki tretman

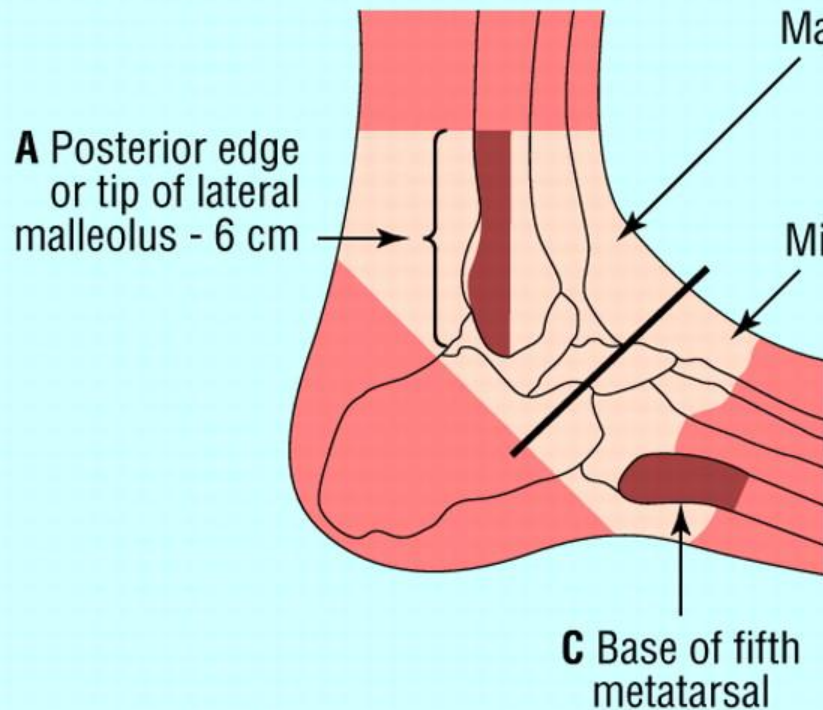
- Paracetamol
- Nesteroidni antireumatici
- Mišićni relaksansi
- Triciklični antidepresivi
- Tramadol



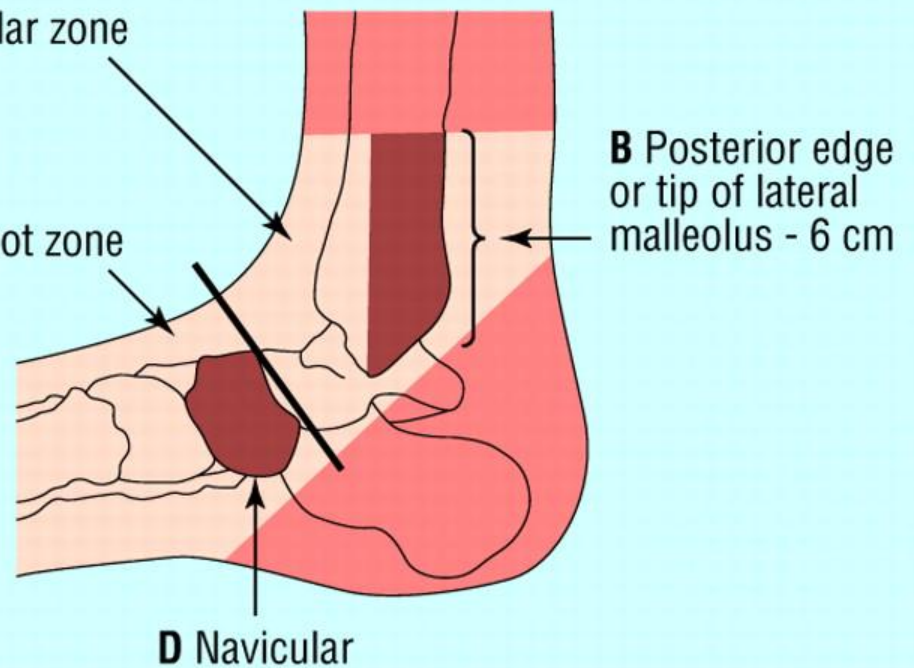
OTTAWA PRAVILO ZA GLEŽANJ

- 18 godišnjeg mladića na pregled dovode dvojica kolega (držeći ga ipod ruke) jer je ozlijedio gležanj igrajući nogomet i ne može stati na ozlijeđenu nogu.
- Što ćete učiniti u ovom slučaju

Lateral view



Medial view



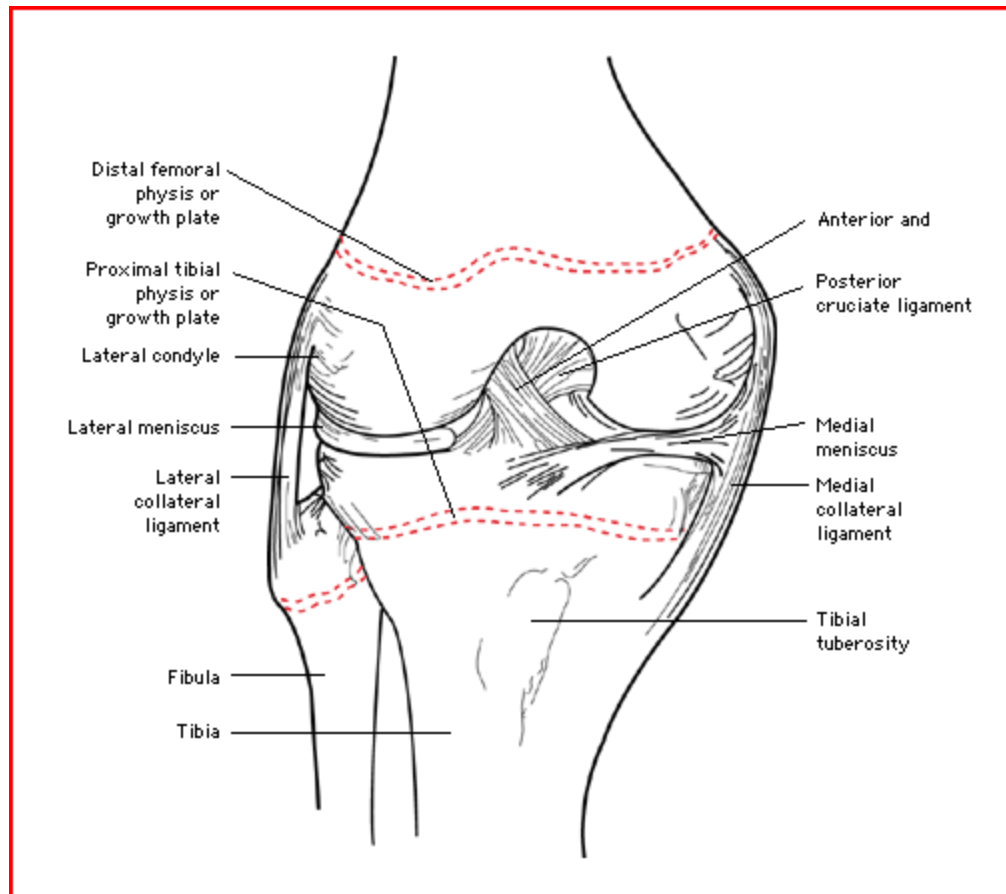
A series of ankle x ray films is required only if there is any pain in malleolar zone and any of these findings:

- Bone tenderness at **A**
- Bone tenderness at **B**
- Inability to bear weight both immediately and in emergency department

A series of ankle x ray films is required only if there is any pain in mid-foot zone and any of these findings:

- Bone tenderness at **C**
- Bone tenderness at **D**
- Inability to bear weight both immediately and in emergency department

OZLJEDA KOLJENA



Anterior anatomy of the knee Anterior view of the knee with the patella removed, demonstrating the relationship between the bones, menisci, and major ligaments.

Klinički pregled

Inspekcija

-

palpacija

Opseg pokreta

- Provjeriti kuk i gležanj
- Aktivni/pasivni – fleksija, ekstenzija
- Specifični testovi – valgus i varus stres test
 - znak prednje i stražnje ladice
 - Mc Murray test

Inspekcija

Gledati obje strane

- Hod i držanje
- Aktivne pokrete
 - sjedanje
 - čučanj
- koljeno
 - hod, edem, crvenilo, eritem, ekhimoze
 - Atrofija, hipertrofija

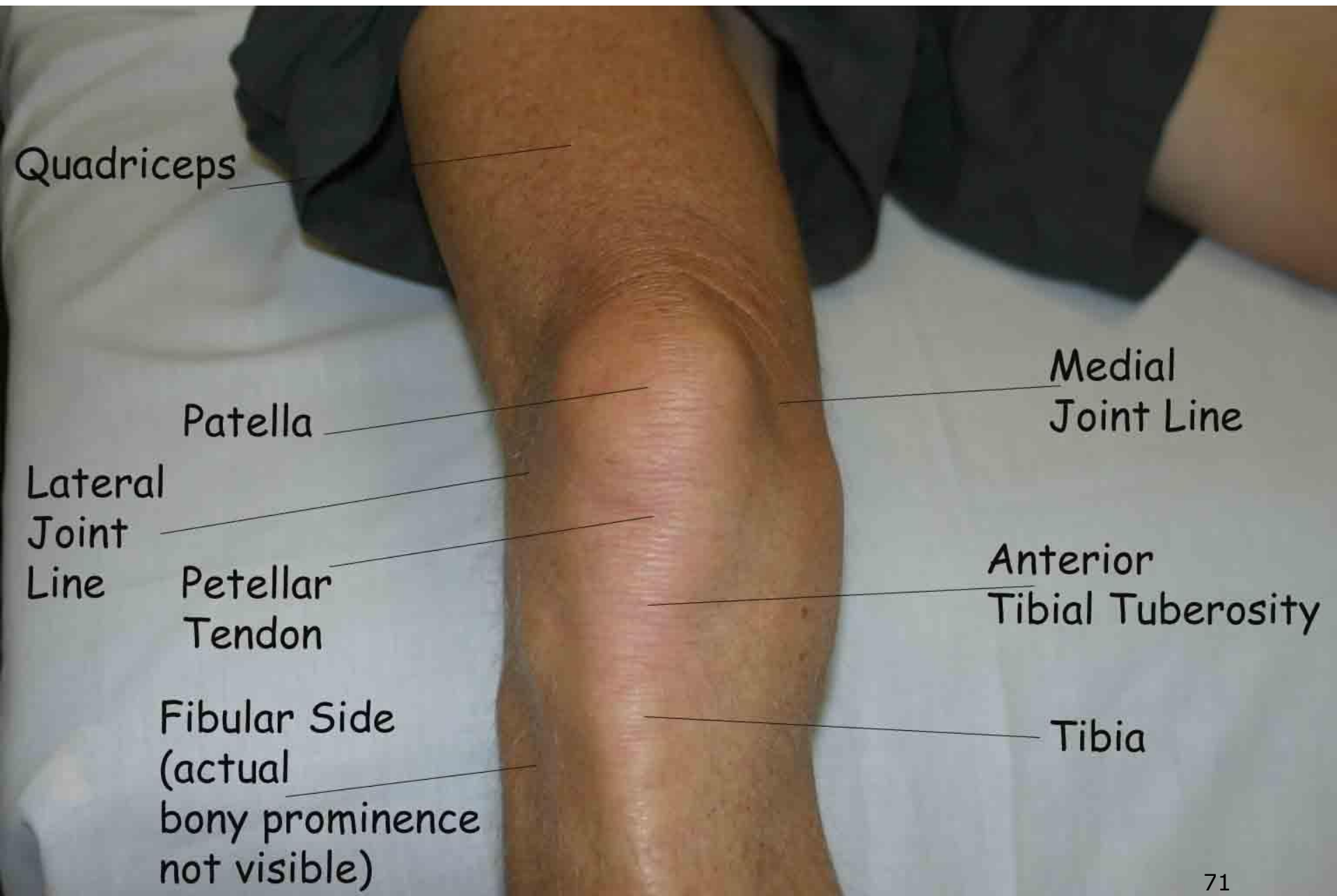


Department of
Veterans Affairs
Property -



PALPACIJA

- Pokazati prstom mjesto najjače boli
 - Patela – krepitacije, balotment
 - Periartikularnu, artikularnu tečnost
 - Patelarni tap, znak ispupčenja
 - Zglobnu pukotinu, insercije ligamenata
 - Poplitealnu udubinu
 - Tuberozitas tibije



Quadriceps

Patella

Lateral
Joint
Line

Petellar
Tendon

Fibular Side
(actual
bony prominence
not visible)

Medial
Joint Line

Anterior
Tibial Tuberosity

Tibia

Patella
(seen thru
patellar tendon)

Tibia

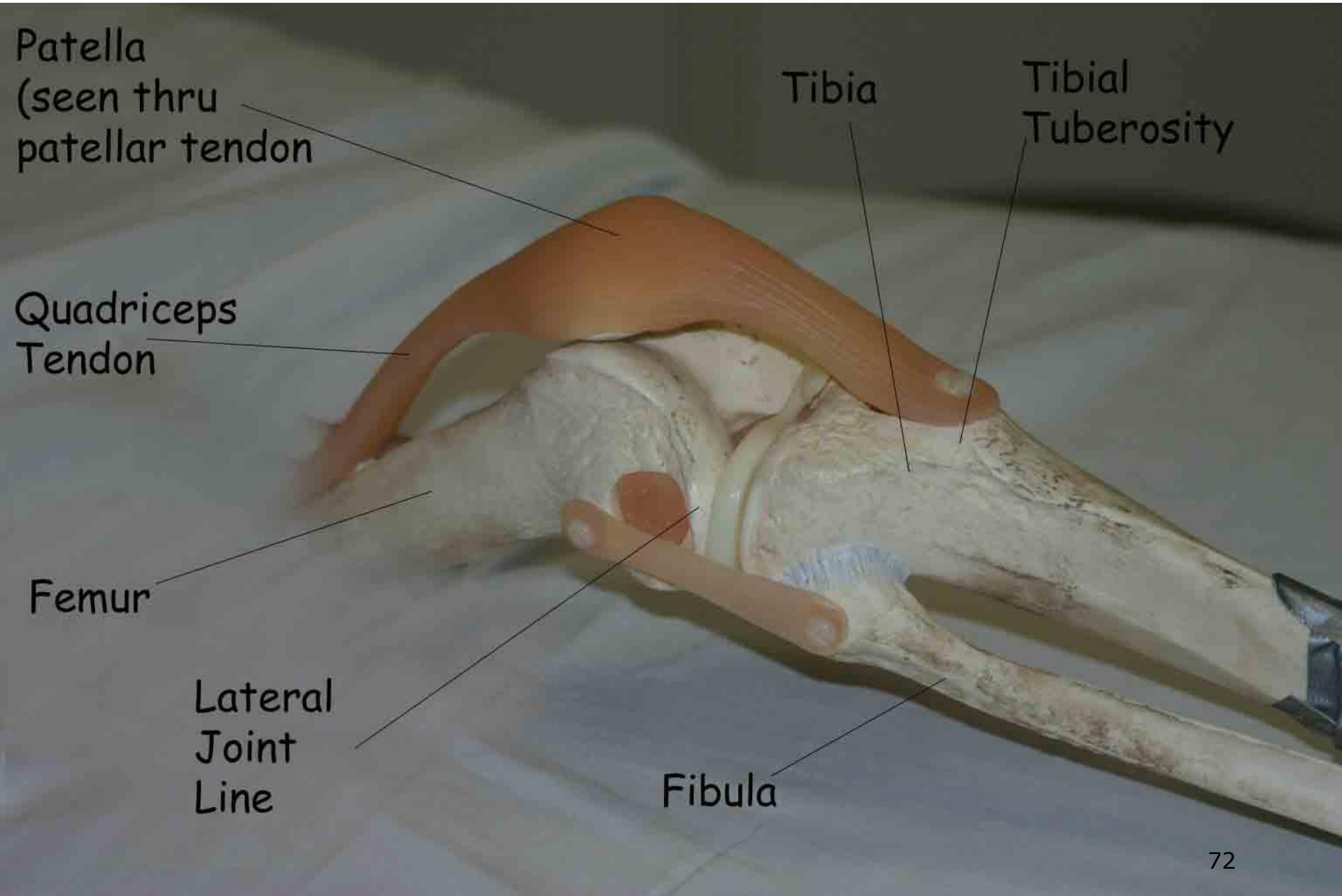
Tibial
Tuberosity

Quadriceps
Tendon

Femur

Lateral
Joint
Line

Fibula



Balotment patele



SPECIFIČNI TESTOVI

Provjeriti pasivne pokrete u kuku i gležnju

Specifični testovi:

- Test kolateralnog ligamenta
 - Varus/valgus stres test
- Test ukrštenih ligamenata (Lachman, Drawer)
- Test za meniskuse - McMurray test

Anterior Drawer test – test prednje ladice (LCA)



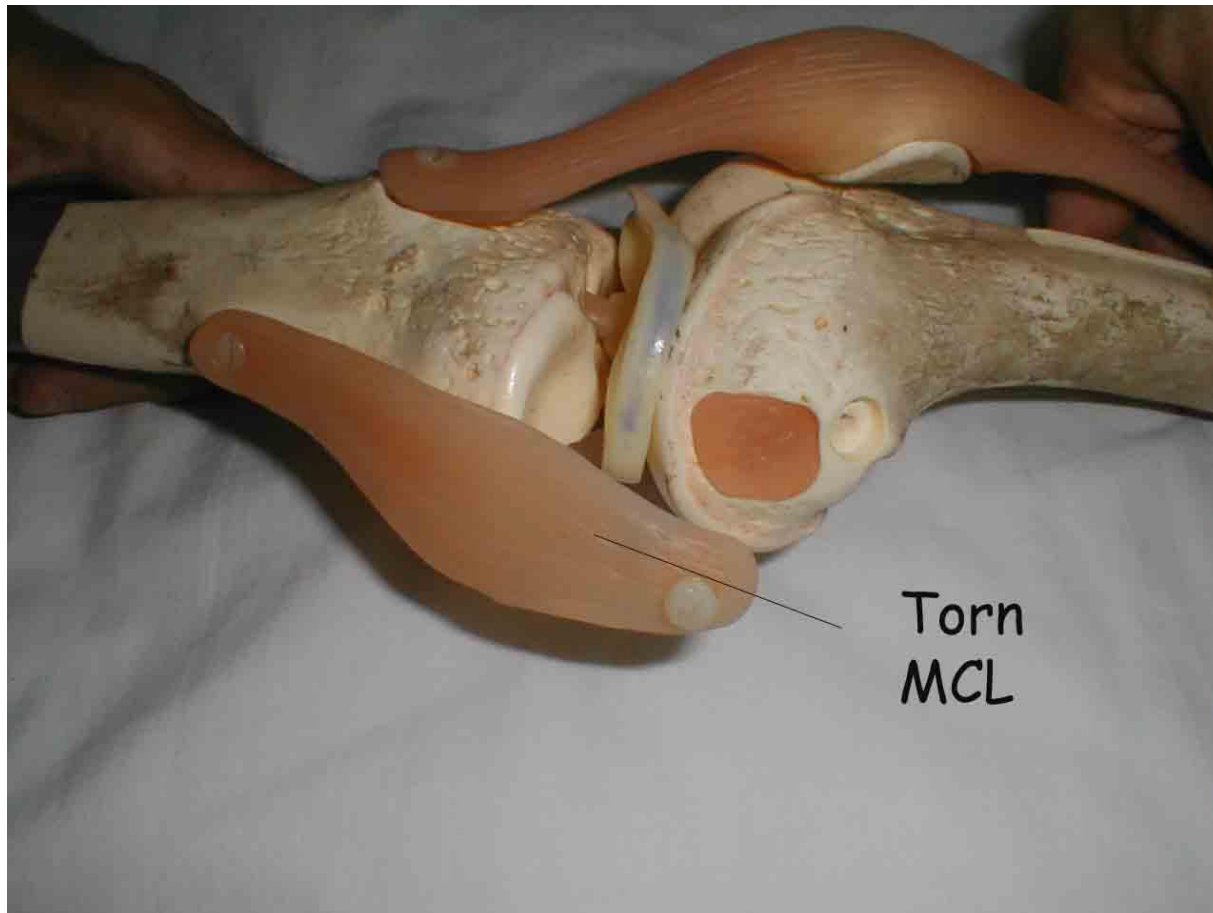
Posterior drawer test – test stražnje ladice (LCP)



Valgus stress test (LCM)



VALGUS STRES



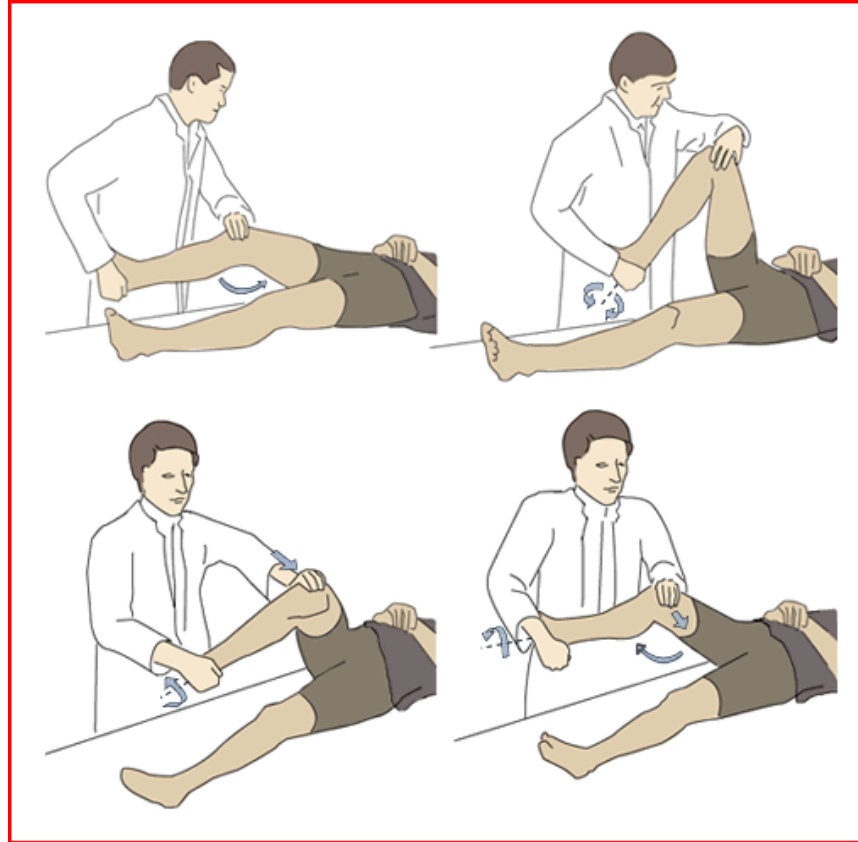
Varus stress test (LCL)





Torn LCL

Mc Murray test



McMurray test Passive flexion and extension of the knee is used to assess the smooth motion of the joint. The examiner's thumb and index fingers are placed on the medial and lateral joint lines. The knee is passively flexed. While applying torque to the foot, the knee is rotated medially to trap the lateral meniscus or laterally to trap the medial meniscus (noted by a painful click). The knee is then passively extended and the maneuver is repeated in a smooth back and forth motion, feeling for a popping sensation along the joint line. The test is positive when there is pain at the joint line, with or without a "thunk," and limited range of motion. A positive test implies meniscal injury.

Mc Murray test (menisc. med.)



Mc Murray test (menisc, lat.)



Tretman

- RICE
 - Rest – mirovanje
 - Ice – led
 - Compresion – kompresija koljena
 - Elevation – podizanje noge
- Lijekovi
- Fizikalna terapija
- Kirurško liječenje
- TENS

Prehrana u prevenciji osteoporoze

- Najbolji način prevencije osteoporoze je kroz unošenje dovoljne količine kalcija u svakodnevnoj prehrani

- 1500 mg za postmenopauzalne žene i muškarce starije od 65 godina
- ukoliko je nedovoljno uzimanje hranom potrebno je nadomjestiti

- uzimati kombinaciju kalcija s vitaminom D
- ne uzimati tabletu kalcija neposredno nakon kave ili crnog čaja
- bolje je uzeti tabletu kalcija od 500 mg tri puta dnevno, nego jednu od 1500 mg,
- kalcij u vidu kalcijum karbonata uzeti za vrijeme obroka, jer je iskoristivost bolja
- kalcijum citrat se može uzeti i na prazan želudac



Ljudi koji veći dio dana provode unutra i imaju vrlo ograničenu izloženost sunčevoj svjetlosti.



Osobe koje pate od hroničnih bolesti (jetre, crijeva ili bubrega).



Ljudi koji konzumiraju hranu s niskim sadržajem vitamina D.



Osobe koje uzimaju određene lijekove (npr. Antiepileptici ili glukokortikoidi).



Trudnice ili dojilje, dojenčad.

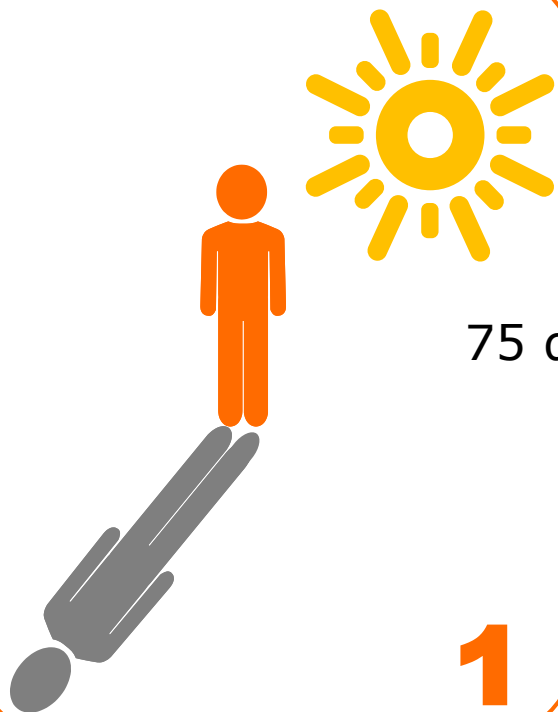


Osobe s tamnom kožom, osobe s prekomjernom tjelesnom težinom, osobe starije od 65 godina, pušači.

Grupe koje su u riziku od nedostatka vitamina D

Zamislite da ste na suncu →

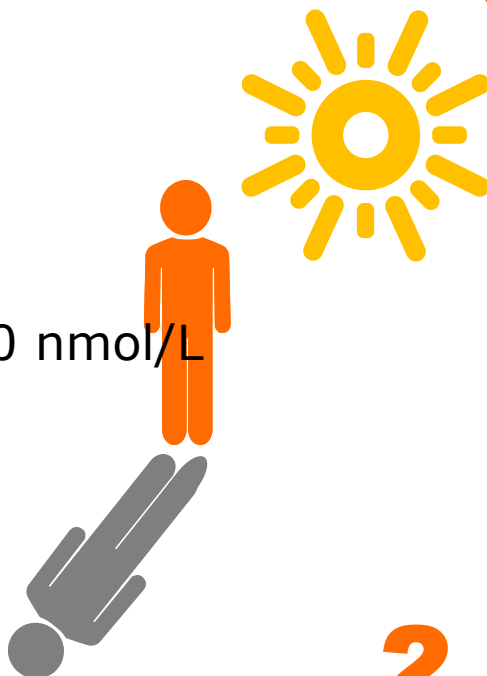
Kada vaše tijelo proizvodi najviše vitamina D?



1

Sjenka je duža od osobe.

75 do 100 nmol/L



2

Sjenka je skoro duga kao osoba.



3

Sjena je kraća od osobe.

Suplementacija vitamina D

- Normalne vrijednosti 75 do 100 nmol/L nije potrebna suplementacija u ljetnim mjesecima
- Insuficijencija 35 – 75 nmol/L – suplementacija 1000 i.j. dnevno
- Deficit < 35 nmol/L suplementacija 3000 i.j. dnevno 6 tjedana nastaviti 1000 i.j. dnevno

Prehrana nakon kirurškog zahvata

- spriječiti zatvor i omogućiti brzo cijeljenje rane
- prednost dati neprerađenoj hrani

Preporuke

- manji i češći obroci
- kruh od punog zrna
- voće (i do 8 porcija dnevno)
- povrće
- cerealije
- bijelo meso i riba
- piti najmanje 8 čaša vode dnevno

Izbjegavati

- mlijeko i mliječne proizvode
- crveno meso
- suho voće
- hranu s oznakom „manje kalorija”
- zaslađivače

Vitamini i minerali

- Vitamine i minerale uzeti kod jako lošeg apetita
- Nemogućnosti uzimanja svježeg voća i povrća

Dijeta kod kronične bubrežne bolesti

- smanjiti unos kuhinjske soli
- izbjegavati hranu koja sadrži mnogo fosfora (mlijeko, mliječne proizvode, leću, grah, toplu čokoladu, gazirana pića)
- unositi dovoljnu količinu proteina (jaja, meso)
- unos tečnosti ne treba mijenjati
- ne uzimati vitamine i minerale bez konzultacije s liječnikom