

Wyszukaj w serwisie

Aktualności

## Ile wydamy na zabiegi ortopedyczne w tym roku?

7 stycznia 2010

Z raportu NZOZ Primus w Brudzowicach, ośrodka medycznego, który mieści się niedaleko od lotniska w Pyrzowicach wynika, że na kontuzje nóg narażone są głównie osoby młode, w przedziale wiekowym od 18 do 25 roku życia. **Zdaniem specjalistów ważna jest edukacja jak dbać o nogi i wiedza, że można leczyć je bezinwazyjnie. Możliwości na refundację zabiegów z NFZ są dość ograniczone, prywatnie na zabieg czeka się niespełna miesiąc.**

7 tysięcy złotych kosztuje rekonstrukcja więzadeł kolanowych w Primusie - to bardzo częsty zabieg u sportowców, m.in. narciarzy, których na Śląsku coraz więcej, chociażby ze względu na bliskość gór. Taka cena za zabieg jest jedną z najtańszych w Polsce, bo w innych placówkach cena sięga nawet ponad 10 tysięcy zł. Brudzowicki NZOZ Primus, tworzy obecnie specjalną strefę na stronie internetowej, przeznaczoną dla sportowców z poradami jak dbać i leczyć urazy powstałe np.: w wyniku szaleństwa na stoku. Primus specjalizuje się bowiem w zabiegach artroskopii i rekonstrukcji więzadeł kolanowych.

Specjaliści Primusa za pomocą nowej strony internetowej będą komunikować się ze sportowcami i radzić im jak uchronić się przed urazami. Bezwzględne dotarcie do zakładu opieki zdrowotnej dla kontuzjowanego narciarza to sprawa kluczowa. Każdy poszkodowany myśli o szybkim zneutralizowaniu bólu. Położenie zakładu NZOZ Primus na trasie Katowice - Warszawa i niedaleko od pyrzowickiego lotniska, umożliwi dogodny dojazd, a tym samym sprawia, iż w krótkim odcinku czasowym, kontuzjowani, otrzymują kompleksową i profesjonalną pomoc. - Zaplanujemy także cykl spotkań w sportowych klubach młodzieżowych na terenie Katowic i miast ościennych, chcemy wyedukować wszystkich amatorów sportów i pomóc dobrze przygotować się do wejścia na stok - mówi Krzysztof Wypiór, z-ca dyrektora NZOZ Primus.

Jak podkreśla dr n. med. Marek Bożek z NZOZ Primus, który wykonuje ok. 350 zabiegów rocznie w Primusie, na tego typu urazy narażone są 3 grupy pacjentów. Pierwsza z nich między 18 a 25 rokiem życia, po urazach sportowych, związanych z uprawianiem takich sportów jak piłka nożna czy narciarstwo. Druga to pacjenci w wieku 35-45 - ludzie, którzy swoją przygodę ze sportem zaczęli zbyt późno i na dodatek ciągnie ich w kierunku ekstremum: zjazdy rowerami górskimi, surfing, kitesurfing, czemu często towarzyszą urazy kolan i stawu ramiennego. Ostatnią grupę stanowią pacjenci w przedziale 55-70 z problemami zwyrodnieniowymi.

*- Przeważnie kontuzje narciarskie dotyczą łąkotek i więzadeł krzyżowych. Kolana stanowią amortyzację, a wiadomo dobry amortyzator tłumi wszystko. Problemy ze stawami kolanowymi wynikają także z przetrenowania, powstają zakwasy, a uparci sportowcy - amatorzy nadal trenują. Człowiek mający zakwasy, ma mniejszą siłę, traci stabilność i to może przyczynić się do licznych urazów- mówi Maciej Stojanowski, instruktor jazdy na nartach.*

NZOZ PRIMUS to szereg małoinwazyjnych zabiegów dających szansę na przywrócenie aktywności zawodowcom i amatorom sportów zimowych. Wśród zabiegów warto wymienić m.in. operacje artroskopowe, w tym naprawy uszkodzonych łąkotek oraz więzadeł krzyżowych. Artroskop jest urządzeniem stosowanym nie tylko podczas operacji, ale również w [leczeniu](#) chorób chrząstki stawowej i zwyrodnieniu kolana, co znakomicie minimalizuje inwazyjność poszczególnych zabiegów.

*- Trafiają do nas młodzi ludzie - sportowcy amatorzy, którzy zapominają o wskazówkach instruktora i o tym, że sport jest dla nich, a nie oni dla sportu. Ta grupa szczególnie narażona jest na urazy stawu kolanowego - mówi doktor Marek Bożek, specjalista ortopeda z 10-letnim stażem.*

**Rozmowa z dr n. med. Markiem Bożkiem, spec. ortopedą-traumatologiem z NZOZ Primus**

## Najczęstsze urazy u narciarzy...

Kontuzje narciarskie, to głównie urazy stawów kolanowych. Moim zdaniem, zawsze należy mieć świadomość, iż staw ten może być uszkodzony. Z taką świadomością należy podejść do uprawiania sportu w zakresie wyboru dyscypliny. Podkreślić należy, iż takie dyscypliny jak narciarstwo, piłka nożna czy inne gry zespołowe są bardziej narażone na uszkodzenia stawu kolanowego. Jeżeli jednak zdecydujemy się zaryzykować uprawianie tych sportów, powinniśmy rozpocząć pierwsze kroki pod opieką trenera, instruktora, który zadba o odpowiednie przygotowanie w postaci ćwiczeń, rozgrzewki a potem wypracowanie prawidłowej techniki. Tylko takie postępowanie może zmniejszyć ryzyko uszkodzeń stawów kolanowych.

## **Ból prowokuje ludzi do zabiegów?**

Przyczyny zmian zwyrodnieniowych stawu kolanowego można ogólnie podzielić na pierwotne i wtórne. W tych pierwszych przyczyna najczęściej jest nieznana i ich powstanie, dynamika zależą od uwarunkowań genetycznych. Zmiany wtórne są spowodowane różnymi czynnikami, takimi jak urazy, przeciążenia zawodowe, nadwaga, [choroby](#) metaboliczne, infekcje. W pierwszym etapie zmian zwyrodnieniowych dochodzi do uszkodzenia chrząstki stawowej, czyli tzw. chondromalacji. Następnie pojawiają się wtórne zmiany kostne, osteofity i ostatecznie deformacje. Jednak głównym [objawem](#) zmian zwyrodnieniowych, który skłania chorego do udania się do lekarza, jest ból. Początkowo występuje on przy wysiłku, w nocy a ostatecznie jest bólem całodobowym. W skrajnych przypadkach nie tylko ogranicza aktywność fizyczną, ale i wykonywanie czynności dnia codziennego. Niestety zmiany zwyrodnieniowe są procesem nieodwracalnym i postępującym. Ale odpowiednie prowadzenie chorych, leczenie, zarówno zachowawcze jak i operacyjne (artroskopia stawu), może ten proces odsunąć w czasie.

## **Efektom nieliczenia może być niemożność uprawiania sportu?**

Podczas urazu stawu kolanowego może dojść do uszkodzenia łąkotek czy więzadeł. Właściwym leczeniem, w tego typu uszkodzeniach, jest leczenie przyczynowe. W przypadku uszkodzenia łąkotek jest nim zeszywanie uszkodzonej łąkotki, a w przypadku uszkodzeń więzadłowych, ich plastyka, rekonstrukcja. Jeżeli nie zszyjemy uszkodzonej łąkotki to, poza bólem czy ograniczeniem ruchomości stawu, dochodzi do nieodwracalnych uszkodzeń chrząstki stawowej czyli do szybszego rozwoju zmian zwyrodnieniowych stawu kolanowego. Podobnie jest w przypadku nieleczenia uszkodzeń więzadłowych. Niestabilność stawu, w przebiegu uszkodzeń więzadłowych, to niemożność uprawiania sportu i większe prawdopodobieństwo wtórnych uszkodzeń stawu, ze zmianami zwyrodnieniowymi włącznie. Dlatego uszkodzenia stawu kolanowego, w przebiegu urazu, powinny być zdiagnozowane przez specjalistę i odpowiednio leczone. Tylko takie postępowanie zapewni przywrócenie prawidłowej funkcji stawu a tym samym możliwość uprawiania sportu, z jednej strony i zabezpiecza przed wtórnymi zmianami zwyrodnieniowymi.

## **Powiązane informacje:**

- [Od nowego roku na półkach zabraknie wiele naturalnych preparatów terapeutycznych](#)
- [Gonartroza](#)
- [Choroba zwyrodnieniowa stawu kolanowego](#)
- [Zwyrodnienie stawu kolanowego](#)
- [Higiena i zabiegi kosmetyczne związane ze skórą i paznokciami](#)

**Wiesz coś, czego nie wiedzą inni? Masz ciekawą opinię na ten temat? Podziel się swoją wiedzą**