



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 29. 9. 2023 | Mgr. Martina Karasová

De Quervainova nemoc: Bolest ruky a zápěstí trápí nejen maminky

URL článku: [magazin/clanky/o-zdravi/De-Quervainova-nemoc:-Bolest-ruky-a-zapesti-trapi-nejen-maminky__s10012x20652.html](https://magazin.clanky/o-zdravi/De-Quervainova-nemoc:-Bolest-ruky-a-zapesti-trapi-nejen-maminky__s10012x20652.html)

Máte doma miminko a krom radosti z něj vás trápí bolesti na zevní straně palce nebo zápěstí? Bolí vás jakékoliv uchopení děťátka nebo předmětu a ruka se zdá být oteklá a na dotek bolestivá? Nejste v tom sama, může se jednat o de Quervainův syndrom, častý stesk čerstvých maminek.



Jde o zánětlivé postižení šlach krátkého natahovače a dlouhého odtahovače palce. Postižení zmíněných svalů a jejich šlach znemožňuje jejich volný pohyb při určitých pohybech palcem a zápěstím a projevuje se bolestivostí zápěstí na palcové straně, a to zejména při pohybu zápěstí do stran.

Přítomnost postižení šlach může ozřejmit **tzv. Finkelsteinův test**. Palec vložíme do dlaně a překryjeme ho prsty (vytvoříme pěst s palcem uvnitř). Pohneme zápěstím směrem do strany. Objeví-li se v tomto momentě bolestivost, jedná se pravděpodobně o de Quervainův syndrom, neboli de Quervainovu nemoc.

Nejen čerstvé maminky, ale i kadeřnice

Tato nemoc je často způsobena chronickým přetěžováním zápěstí a ruky stereotypním pohybem. Objevuje se zejména **u žen po porodu**, které často zvedají a nosí dítě, ale trpí jím také například kadeřnice nebo lidé, kteří často píšou textové zprávy na mobilním telefonu, kde je palec vystavován stále stejné poloze.



S návštěvou lékaře neotálejte

Obtíže mohou trvat mnoho měsíců, než se pacient rozhodne svůj problém řešit a vyhledat odbornou pomoc. Intenzita bolestí postupně narůstá. Zpočátku se dají ignorovat, ale v průběhu týdnů a měsíců se bolesti zvětšují, až nakonec znemožní i uchopit jakýkoliv předmět. Dalším příznakem je **omezená síla při stisku ruky**. Pacienti přichází k lékaři zpravidla v momentě, kdy jsou ruka a palec oteklé a pohyb je velmi omezený a bolestivý, což je způsobeno zduřením šlach a jejich obalů, které jsou postiženy zánětem.

Po neúčinné konzervativní léčbě následuje operace

Léčba de Quervainovy choroby je nejdříve konzervativní. **Zpravidla se doporučuje klidový režim, znehybnění ortézou a fyzioterapie.** Tento způsob léčby je často doplněn podáním nesteroidních antirevmatik. Někdy se též přistupuje k lokální aplikaci kortikoidů.



Není-li však konzervativní léčba úspěšná, nabízí se **operační řešení**, které spočívá v uvolnění šlach v kostěně-vazivovém kanálku – respektive v protěti poutka, kterým obtížně procházejí zbytnělé šlachy. Pak opět následuje znehybnění ruky a fyzioterapie.

Zdroj obrázků v textu: Shutterstock.com

Zdroj informací:

www.chirurgie-ruky.info

www.1chirurgie.cz

www.fyzioklinika.cz

[bolest ruky cvičení po operaci fyzioterapie péče po operaci zánět](#)

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz