



**Αθανάσιος
Κουκάκης**

Ορθοπαιδικός Χειρουργός
Δ/ντής Ιδιωτικής
Ορθοπαιδικής Κλινικής

Θεραπεία της οστεοαρθρίτιδας

Η μέθοδος της αρθροπλαστικής ελάχιστης επεμβατικότητας αντιμετωπίζει την καταστροφή του αρθρικού χόνδρου του γόνατος με το ελάχιστο δυνατό τραύμα.

Το ανθρώπινο σώμα είναι σχεδιασμένο για να περπατάει, να τρέχει, να κινείται. Η κουλτούρα του Δυτικού Κόσμου όμως επιβάλλει πλέον να περνάμε ένα μεγάλο μέρος της ζωής μας καθιστοί μπροστά σε έναν υπολογιστή, σε μία τηλεόραση, στο αυτοκίνητο ή τα μέσα μαζικής μεταφοράς. Η καθιστική ζωή περιορίζει το σώμα μας και το καταπονεί. Πρέπει, λοιπόν, να κινούμαστε και να γυμναζόμαστε όσο περισσότερο μπορούμε, ώστε να διατηρούμε σε καλή κατάσταση το μυϊκό μας σύστημα. Είναι σημαντικό, επίσης, είτε στην καθημερινότητά μας είτε κατά τις αθλητικές μας δραστηριότητες, να προσέχουμε για να αποφεύγουμε συνεχόμενους μικροτραυματισμούς. Δεν πρέπει να ξεχνάμε τη διατήρηση του σωματικού βάρους σε φυσιολογικά επίπεδα και να φροντίζουμε να ακολουθούμε μια ισορροπημένη διατροφή. Ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα που συναντάμε στην άρθρωση του γόνατος είναι η οστεοαρθρίτιδα, κατά την οποία κα-

ταστρέφεται ο χόνδρος και κατά συνέπεια προκαλείται σωρεία προβλημάτων, όπως δυσκαμψία, παραμόρφωση, πόνος, δυσχέρεια βάδισης. Και μην ξεχνάμε ότι το σύνολο των παραπάνω δυσκολιών έχει προεκτάσεις και στην ψυχική υγεία των ασθενών, εφόσον αναγκάζονται να μειώσουν τις δραστηριότητές τους, δεν είναι σε θέση να ανταποκριθούν είτε στις επαγγελματικές είτε στις κοινωνικές τους υποχρεώσεις και πολλές φορές «παροπλίζονται», με αποτέλεσμα να νιώθουν ανάπηροι ή ανίκανοι.

Η οστεοαρθρίτιδα είναι μία εκφυλιστική νόσος των αρθρώσεων που προσβάλλει κυρίως άτομα άνω των 50 ετών και είναι συχνότερη στις γυναίκες συγκριτικά με το ανδρικό φύλο. Η πάθηση αυτή αφορά στην καταστροφή του αρθρικού χόνδρου, του προστατευτικού ιστού που ελαχιστοποιεί τις τριβές μεταξύ των οστών που σχηματίζουν την άρθρωση. Τα αίτια της οστεοαρθρίτιδας δεν έχουν αποσαφηνιστεί, φαίνεται όμως ότι έγκεινται σε γενετικούς, κληρονομικούς

παράγοντες οι οποίοι καθορίζουν την ποιότητα του αρθρικού χόνδρου. Επίσης, παίζουν ρόλο οι τραυματισμοί, το αυξημένο σωματικό βάρος σε συνδυασμό με ένα αδύναμο μυϊκό σύστημα και καθιστική ζωή. Όταν φθείρονται σημαντικά οι αρθρώσεις μας και χρειάζονται επέμβαση, εδώ και πολλά χρόνια αυτό αντιμετωπίζεται με τις αρθροπλαστικές. Γίνεται δηλαδή αντικατάσταση των αρθρώσεων στα γόνατα. Η νέα τάση είναι η αντικατάσταση αυτή να γίνεται με το ελάχιστο δυνατό τραύμα. Δεδομένου ότι εφαρμόζουμε τη μέθοδο ελάχιστης επεμβατικότητας από το 2009, σε τέτοιου είδους επεμβάσεις η εξειδίκευση και η εμπειρία του χειρουργού καθώς και η εξέλιξη και τελειοποίηση των εργαλείων παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο. Με τη μέθοδο ελάχιστης επεμβατικότητας η τοποθέτηση της πρόθεσης γίνεται με ειδικό εξοπλισμό που επιτρέπει μικρή τομή δέρματος 8-10 εκ. και ελάχιστη διατάραξη μαλακών μοριών, με αποτέλεσμα την ταχύτερη κινητοποίηση του ασθενούς. Ο ασθενής εξέρχεται από την κλινική σε τρεις ημέρες, περπατά την επομένη της επέμβασης και εγκαταλείπει τα μέτρα στήριξης (μπαστούνη-πατερίτσες) σε δύο ημέρες, ενώ με την παραδοσιακή μέθοδο ο χρόνος αυτός μπορεί να ξεπεράσει και τις σαράντα ημέρες. Επίσης, ελαχιστοποιείται η απώλεια αίματος και ο μεταεγχειρητικός πόνος. Η μέθοδος ελάχιστης επεμβατικότητας συνδυάζεται και με ρομποτικό σύστημα.

Τις νέες αυτές τεχνικές τις εφαρμόζουμε με την ομάδα μου από το 2009. Έκτοτε χειρουργηθεί περίπου 4.000 ασθενείς με αποτελέσματα εξαιρετικά, εφάμιλλα κέντρων του εξωτερικού. Τα τελευταία, δε, χρόνια έχουμε υποδεχθεί προς εκπαίδευση ιατρούς του εξωτερικού.

