

## ALBUE og HÅND

Finn Johannsen

## Lidelser omkring albuen

### Case:

20 årig kvinde.  
Håndboldmålmand.  
Smerter diffust i begge albuer.  
NSAID, fysioterapi, kiropraktor uden effekt.  
Træning uden effekt.  
Bandager uden den store effekt  
Fysioterapeut giver aktuelt "UL-knusning".  
Får ondt af håndbold,  
smerterne kan vare flere dage bagefter  
og det gør så ondt blot at skrive og arbejde med PC.  
Ellers udløses smerterne ikke rigtigt i hverdagen.  
Er studerende.

## Lidelser omkring albuen

### de hyppigste

- Osteochondral skade
- Traumatisk synovit
- Olecranon impingement
- Bursitis olecrani
- Ligament skade/Instabil albue
- Epicondylitis lateralis humeri
- Epicondylitis medialis humeri
- Pronator teres syndrom
- Supinator syndrom

## Albuen

### INTRAARTIKULÆR SKADE:

Traumer.

Diffus eller lokal kapselsmerte.

Ansamlng.

Indskrænket bevægelighed.

Evt skuren.

Periartikulære ossifikationer/osteofytter.

Fører ofte til arthrose (primær arthrose sjælden)

## ALBUEN hængslet og drejeled

Hvilestilling: 45 gr fleksion

Kapsulært mønster: fleksion, ekstension



Fleksion: blød endfeel.



Ekstension: hard endfeel

## Albuen

### INTRAARTIKULÆR SKADE:

Traumer

Kapselsmerter

Ansamlng

Indskrænket bevægelighed

Evt skuren.

Periartikulære ossifikationer

Fører ofte til arthrose

### BEHANDLING:

Aflastning

Bevægeøvelser

Bandage for impingement

Blokade (diagnostisk)

Operation

## Albuen

### BURSITIS OLECRANI:

"Studenteralbue"  
mekanisk slid/ traumer  
OBS arthrit

Velafrænset ansamling

### BEHANDLING:

aflastning  
albuebandage  
aspiration (hvis mulig)  
cortison injektion  
ekcision

## Albuen

### INSTABIL ALBUE

Ligament/kapsel skade  
Overbelastning  
Distorsion

Direkte ømhed  
Smerter/løshed ved  
INSTABILITETSTEST

## Albuen



Fig 12.78. Test for mekanisk sideløshed

## Albuen



### INSTABIL ALBUE

Overbelastning  
Distorsion

Direkte ømhed  
Smerter/løshed ved  
INSTABILITETSTEST

### BEHANDLING

Aflastning  
Bandagering  
Operation

## Albuen

### EPICONDYLITIS HUMERI

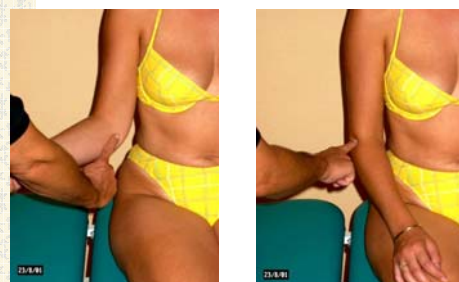
#### Mediale/Laterale:

"Golfalbue"/ "Tennisalbue"  
overbelastning/inflammation

### SYMPTOMER:

smerter direkte  
smerter ved kontraktion  
smerter ved udspænding

## Epicondylitis - undersøgelse



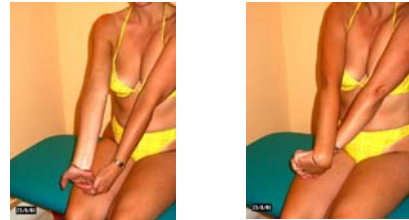
## Epicondylitis - undersøgelse

### Isometrisk kontraktion



## Epicondylitis - undersøgelse

### Passiv udspænding



## Epicondylitis - behandling

Udspænding  
Aktiv aflastning  
Træning



Udspænding  
Aktiv aflastning  
Træning

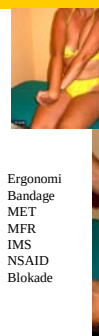


## Epicondylitis - behandling

Udspænding  
Aktiv aflastning  
Træning



Udspænding  
Aktiv aflastning  
Træning



Ergonomi  
Bandage  
MET  
MFR  
IMS  
NSAID  
Blokade

## Albuen

### SUPINATORSYNDROM PRONATOR TERES SYNDROM

Overbelastning af muskler  
Tryk/afklemning af nerver  
(ANT)

#### SYMPTOMER:

n.radialis: radial albuesmerter  
evt nedsat kraft, trefingertest.

n.medianus: sensibilitet, kraft  
smerter ved kontraktion  
smerter ved udspænding

## Pronator/ supinator syndrom

(Palpation), (passiv udspænding), Isometrisk kontraktion



## Albuen

### SUPINATORSYNDROM PRONATOR TERES SYNDROM

**BEHANDLING:**  
udspænding  
aktiv aflastning, træning  
ergonomisk vejledning,  
(bandage)  
MET/ MFR/ IMS  
NSAID/  
cortison injektion  
operation.

## Hånden

Kapsulært mønster: alle retninger, hvilestilling: Metacarp 2 - radius



## Lidelser i Hånden

### Case:

55 årig kvindelig frisør  
Har lige været 1 uge på skiferie  
Efter hjemkomsten skal hun indhente  
den store kundedukkel.  
Har bemærket hævelse omkring håndleddet,  
Som er blevet lidt stift, hvilket generer hende  
i arbejdet.  
Det gør tiltagende ondt som arbejdsdagen skrider frem.  
Hånden er stivere om morgenen.

## Lidelser i Hånden

### de hyppigste

Forstuvning af håndled

Tendovaginitis de Quervain

Tenosynovitis

Carpaltunnels

**Arthrose**  
**Arthritis**

## Hånden

**Forstuvning af håndled**  
**Ligament ødelæggelse**  
**Små bruskkontusioner**  
**Traumatisk synovit**  
**Diskus triangulare skade**  
**Subluksationer/ luksationer**  
**Knoglefrakturer**  
som kan føre til knoglenekrose.

Røntgen, UL scanning, Skintigrafi.

## Test ved forstuvning af håndled

Kapsulært mønster: alle retninger, hvilestilling: Metacarp 2 - radius



## Hånden

### Forstuvning af håndled

#### BEHANDLING:

Aflastning

Bandagering

Evt operation

Rolige bevægeøvelser

Optræning af stab. muskler.

Mobilisering

Blokade

## Hånden

### Forsigtig mobilisering af håndled



© Jørgen Krogsgaard

## Hånden

### Case

28 årig kvinde  
Tidl frisør, nu postbud  
Store belastninger på håndleddet.  
Enkelte fald med små-forstuvninger på håndleddet.  
Smerter i håndleddet.  
Indskrænket bevægelighed, dorsalfleksion kun 30 gr.  
Lille hård hævelse dorsalt i håndleddet.

Tolkes som lunatum subluksation  
Traktion og manipulation lykkes ikke  
Blokade med lille effekt.

### Røntgen

## Hånden

### Tendovaginitis de Quervain

1.kulisse.

Ekstensor pollicis breve  
abduktor pollicis longus

Overbelastning

Hævelse

Direkte og indirekte smerter

## Hånden

### Tendovaginitis de Quervain

#### FINKELSTEINS TEST



© Jørgen Krogsgaard

© Jørgen Krogsgaard

### Tendovaginitis de Quervain



23/4/01

#### BEHANDLING:

Aflastning

Blokade

## Tenosynovitis stenosans

- ✘ "Springfinger"
- ✘ Sene/ seneskede fortykkelse udfor MCP
- ✘ Evt profunde fleksorsene der klemmes mellem den superficielle fleksorsenes to senesnipper.
- ✘ hyppigst finger 2-3,
- ✘ Hyppigt natlige låsninger eller om morgenen. Bedres når pt kommer i gang.

## Tenosynovitis stenosans



### BEHANDLING:

Aflastning  
Blokade  
Operation

## Carpaltunnelsyndrom

- ✘ N.medianus påvirkning, især natlig smerte. paræstesi 3½ radiale fingre (volart) Thenar atrofi
- ✘ Overbelastning af vævet i carpaltunnelen tendovaginitis, arthrose/arthritis, graviditet.

**Differentialdiagnoser?**

## Carpaltunnelsyndrom



### TEST:

Tinnel.  
Phallen.  
Kompression.

## Carpaltunnelsyndrom



### BEHANDLING:

Aflastning  
Udspænding  
MFR  
Blokade  
Operation

## Generelt ved bevægeapparatsskader!

- ✘ Hvilken struktur er overbelastet: direkte test, indirekte test.
- ✘ Aktiv aflastning, evt med tape/ bandager
- ✘ Genetabler funktion: bevægelighed, balance, muskelsymmetri, styrke.
- ✘ NSAID/ blokade er et supplement til behandlingen.
- ✘ Operation er sidst i rækken!

**Faktor opmærksomheden**