

### Bolezni in poškodbe kosti:

Odrasla kost, ki je trda in toga, se lažje zlomi kot kost pri majhnem otroku, pri katerih je

količina organskih snovi v kosteh še velika, tako, da prehud pritisk povzroči le delen ali vejičast zlom. Ker se prožnost pri odraslih postopoma zmanjšuje,

postaja kost bolj krhka in zato manj odporna proti zlomom.

### Poškodbe kosti:

#### **ZLOMI**

Prelomi kosti ali frakture so pogosta poškodba, do katere lahko pride v kateri koli starosti.

Med poškodbe štejemo vse od majhnih razpok v površinskem delu kosti (fisure), do popolnih prelomov vzdolž celotne kosti.

Vrste zlomov:

-Prečni prelom

-Kominutivni zlom (če je kost razbita na več kot dva dela)

-Spiralni zlom (diagonalni zlom kosti, deli na mestu preloma so nazobčani)

-Paličasti zlom (poka na zunanji strani kosti)

Pri vseh vrstah zlomov je potrebno mesto poškodbe imobilizirati, da bi omogočili normalen zarast kosti.

Pri večini napravimo to z opornico, mavčnim ovojem ali posebnim plastičnim odlitkom, pri nekaterih pa je potreba operacija.

### Kostne bolezni:

Zgradbo in trdnost kosti lahko prizadanejo presnovni, hormonski in drugi dejavniki.

Nekateri ljudje se rodijo z deformacijo kosti. Telesne vaje in kalcijevi nadomestki lahko upočasnijo napredovanje okvar kosti.

#### **OSTEOPOROZA:**

V drugi polovici življenja postanejo kosti občutno tanjše in bolj porozne. Nenadna izguba ženskega spolnega hormona estrogena v menopavzi vpliva na izrazitejšje oblike osteoporoze pri ženskah. Zaradi zmanjšanja gostote so kosti, ki jih prizadene osteoporoza mnogo bolj nagnjene k zlomom.

Ko z leti osteoporoza napreduje, se kolagenska mreža in nanosi mineralov razgrajajo veliko hitreje, kot se tvorijo. Kanali, ki povezujejo osteocite, se širijo, zato v matičnem tkivu nastajajo vrzeli, ki oslabijo trdnost kosti.

#### **OSTEOMALACIJA:**

Pri tej bolezni so kosti oslabiljene zaradi pomanjkanja kalcija in fosforja. Pri tem ne prihaja do izgube matičnega tkiva. Podobno obolenje pri otrocih imenujemo RAHITIST.

Glavni vzrok je pomanjkanje vitamina D, ki omogoča absorpcijo kalcija in fosforja iz črevesja. Vzrok je lahko premajhna izpostavljenost sončni svetlobi.

#### **PAGETOVA BOLEZEN:**

Pri Pagetovi bolezni (osteitis deformans) je motena normalna zgradba kosti. Kost se razgrajuje zelo hitro, nadomesti pa jo nenormalna kostnina. Bolezen je precej redka, prizadene pa kosti lobanje, hrbtenice, medenice in spodnjih okončin.

#### **KOSTNI RAK:**

Rak lahko izhaja iz kosti same (primarni rak) ali pa je posledica razrasta rakavih celic iz drugega dela telesa (sekundarni rak). Primarni kostni rak se navadno pojavlja pri mladih ljudeh. Najpogostejša vrsta je OSTEOSARKOM, ki prizadene dolge kosti.

HONDROSARKOM se pojavlja predvsem v medenici, rebrih in prsnici. Zdravljenje je možno z kostnim presadkom.

Sekundarni kostni rak pa se pojavlja pri starejših ljudeh. Prizadene lobanjo, medenico, rebra, prsnico, stegenico in nadlahtnico. Zdravi se z kemoterapevtiki, ter z obsevanji, ki zmanjšujejo velikost tumorja

#### **ZDRS MEDVREtenČNE PLOŠČICE:**

Hrustančne medvretenčne ploščice, ki ločujejo sosedna vretenca, sestavljata trdni zunanji obroč in zdrizasta sredica. Obraba ploščice zaradi staranja ali močan pritisk lahko povzročita raztrganino v zunanjem obroču, tako da sredica zdrsne skozenj in pritisne na živčno korenino. Najbolj poznana bolezen je IŠIAS.

**Poškodbe sklepov:**

#### **POŠKODBE VEZI:**

Najpogostejša poškodba kosti je zvin gležnja, ki je posledica nenadnega vleka, pri čemer se natrgajo vezi v sklepu. Temu običajno sledi oteklina, bolečina ali mišični krč.

#### **POŠKODBE HRUSTANCA:**

V kolenu sta dve hrustančni ploščici imenovani meniskusa, ki sta narejeni iz vezivnega hrustanca in verujeta kosti pred obremenitvami. Če se meniskus natrga, kar se lahko zgodi med športnimi aktivnostmi, lahko z meniskotomijo odstranimo ves ali le del poškodovanega hrustanca.

#### **IZPAH SKLEPA:**

Nenaden, močan premik obeh kosti v sklepu iz njunega običajnega stičnega položaja imenujemo izpah. Običajno je boleč, pogosto ga spremljajo poškodbe sklepnih vezi, ter zlom ene ali obeh udeleženih kosti. Lahko poškoduje tudi živce in bližnje krvne žile. Oklica sklepa je neobičajne oblike.

**Bolezni sklepov:**

#### **REVMATOIDNI ARTRITIS:**

Gre za avtoimunsko obliko artritisa, ko imunski sistem, običajno spodbujen z antigenom, pri genetično nagnjeni osebi začne napadati lastna tkiva. Sklepi postanejo vneti, otekli in okoreli. Zgodnji znaki bolezni so povišana telesna temperatura, oslabelost in bledica. Če je bolezen kronična, so lahko okvarjena tudi tkiva v očesu, koži, srcu, živcih in pljučih.

#### **PROTIN(putika):**

Je vrsta s kristali povzročenega artritisa. Ponavadi prizadene samo en sklep(baza palca na nogi) in povzroči hudo bolečino, rdečino in oteklino. Bolezen je posledica prevelike količine sečne kisline v telesu. Le-ta se običajno raztopi in izloča z urinom, pri protinu pa se nabira v sklepih v obliki igličastih kristalov.

#### **OSTEOARTRITIS:**

Bolezen okvari ponavadi le en sklep, običajno zaradi naravne obrabe sklepa. Propadanje sklepa je lahko pospešeno tudi zaradi prirojene okvare, poškodbe, vnetja ali debelosti.

Ker se hrustanec z leti obrablja, so oblike osteoartritisa pogostejše pri ljudeh po 60. letu starosti.

#### **BOLEZNI KOLKOV PRI OTROCIH:**

Neppravilno oblikovan ali boleč kolk je lahko posledica prirojene okvare, vnetja kosti ali pridobljene bolezni.

##### **a.)Prirojeni izpah kolkov:**

Pri tej bolezni se kroglasta glavica stegenice ne prilega v sploščeno ponvico medenice. Otrok šepa, izpah pa zdravimo z opornicami.

##### **b.)Perthesova bolezen:**

Pri tej bolezni gre za moteno preskrbo rastočega stegnjeničnega okrajka s krvjo in je pogostejša pri dečkih. Navadno je prizadet en kolk in pojavi se šepanje. Bolezen je treba zdraviti s počitkom, opornico, včasih tudi operativno.

##### **c.)Zdrs epifize:**

Zgornji rastoči konec stegenice, epifize, lahko zdrsne iz svojega položaja zaradi padca ali poškodbe. Še pogosteje pride do zdrsa postopno, verjetno zaradi zmehčanja tkiva, ki ga povzročijo rastni hormoni med puberteto. Navadno je potreben operativni poseg, ko premaknjeni del kosti namestimo v pravilen položaj in ga utrdimo s kovinskimi žebli.