

## **Urheilijan jalkaterävaivat**

Kimmo Mattila, LT, dosentti, osastonylilääkäri, Varsinais-Suomen Kuvantamiskeskus, TYKS A-rtg

Nilkan ja jalkaterän vammat ovat yleisiä urheilijoilla. Urheilijan ura on usein vaakalaudalla nilkka- ja jalkaterävammojen yhteydessä. Tarkka diagnoosi on hyvän hoidon kulmakivi. Molemmat tarvitaan, jotta urheilija sadaan palaamaan tasolleen vamman jälkeen. Kliininen tutkimus nilkan tasolla on usein vaikea ehkä lukuunottamatta yksinkertaista nyrjähdystä tai malleolimurtumia, joiden hoito usein akuutissa vaiheessa on aika suoraviivaista ja selkeää. Röntgenkuva kliinisen tutkimuksen ohella usein riittää diagnostiikkaan. Mutta mikäli ei murtumaa ole, ligamenttivammojen ohella jännevammat, sekä osteokondraaliset vammat, akuutit tai krooniset usein tuottavat diagnostisia ongelmia ja viivästyttävät urheiluharjoitteluun paluuta.

Krooniset jänteiden, bursien tai jännetupen vaivat, puhumattakaan jänneluksaatioista tai erilaisista impingement-tyyppisistä vauvoista aiheuttavat erotusdiagnostisia ongelmia. Tarsaalituneli, sinus tarsi tai ylilukuinen os tibiale externum sattavat olla oireen takana, eikä niitä aina ole helppoa erottaa plantaarifaskian tai kantapatjan taudeista. Stressfraktuura saattaa esiintyä lähes jokaisessa jalkapöydän luussa, yhtä hyvin mediaali malleolissa tai kantaluussa, hiukan eroa on tyypillisissä esintymispaikoissa eri urheilulajien välillä. Jalkapöydässä tai jalkaterässä saattaa esiintyä nilkkavammaan liittyviä, nilkkaröntgenkuvissa okkulteiksi jääviä murtumia ja jopa Lisfrnckin nivelen luksaatiomurtumia. Okkultit gangliot kovaan kuormitukseen liittyen ovat urheilijoilla muita potilaita yleisempiä. Juoksijalle tyypillinen mediaalinen jalkaterän hermopinne tai hiihtokengässä syntyvä lateraalinen pinneoire saattavat aiheuttaa urheilijalle kroonisen vaivan.

Päkiä on tärkeä valtaosassa urheilulajeissa ponnistukseen liittyen. Päkiän vammat sattavat syntyä akuuttiin distensioon tai repämään, yhtä hyvin pienet akuutit tai krooniset ylikuormitusvammat ovat yleisiä urheilussa. Hallux rigidus saattaa syntyä kestävyysjuoksijalla jo nuorella kalenteri-ikällä. Sesamluiden ongelmat, jännevammat, osteokondraaliset vammat ovat yleisiä, plantaarisen nivelkapselin vammat ovat tyypillisiä hyperekstensioon liittyviä kapselivammoja.

Luennolla käydään läpi tyypillisiä urheiluun liittyviä jalkaterän vammaja, niiden diagnostisia tutkimusmenetelmiä ja erotusdiagnostiikkaa.

Luettavaa:

1. Ho, C. Magnetic Imaging of Sports-related Injuries. Magnetic Resonance Imaging Clinics of North America vol 7 (1) 1999.
2. Rosenberg, Z. Update on the Ankle and Foot. Magnetic Resonance Imaging Clinics of North America Vol. 8(3) 2001.
3. Beall D, and Campbell S. Foot and Ankle. Magnetic Resonance Imaging Clinics of North America Vol. 16 (1) 2008.