

# ΟΣΤΕΟΑΡΘΡΙΤΙΔΑ ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ

Συνέντευξη του *Dr. Γιώργου Γκουδέλη,*  
Ορθοπαιδικού Χειρουργού - Διδάκτορα του Πανεπιστημίου Αθηνών.



## Τι είναι οστεοαρθρίτιδα και πότε εμφανίζεται;

Η οστεοαρθρίτιδα αποτελεί τη συχνότερη μορφή αρθρίτιδας η οποία προσβάλλει τους ανθρώπους συνήθως μετά την ηλικία των 50 ετών. Αποτελεί νόσημα φθοράς για αυτό το λόγω η αύξηση του μέσου όρου της ηλικίας των ατόμων καθώς και τα μεγάλα ποσοστά παχυσαρκίας στις σύγχρονες κοινωνίες διόγκωσαν την κλινική αυτή οντότητα. Η μετατραυματική αρθρίτιδα αποτελεί και αυτή μορφή οστεοαρθρίτιδας η οποία εμφανίζεται μετά από έναν τραυματισμό στην άρθρωση ο οποίος διαταράσσει τη φυσιολογική εμβιομηχανική αυτής.

## Πως αντιλαμβάνεται ο ασθενής την οστεοαρθρίτιδα;

Το κυρίαρχο σύμπτωμα της νόσου είναι ο πόνος στην πάσχουσα άρθρωση. Στα αρχικά στάδια μπορεί να είναι κατά τη διάρκεια της κόπωσης αλλά σταδιακά

μπορεί να εμφανιστεί και κατά τη διάρκεια του ύπνου. Επίσης η δυσκαμψία αποτελεί άλλο ένα χαρακτηριστικό σύμπτωμα το οποίο εμφανίζεται ιδιαίτερα μετά από παρατεταμένη ακινησία. Τέλος η μείωση του εύρους κίνησης της άρθρωσης αποτελεί περιοριστικό παράγοντα διαταράσσοντας τη φυσιολογική κίνηση του ατόμου. Το σύνολο των συμπτωμάτων αυτών περιορίζει κινητικά τον ασθενή και αναμφίβολα επηρεάζει και τον ψυχικό του κόσμο.

## Ποια είναι η σύγχρονη αντιμετώπιση της νόσου;

Κατ' αρχάς για να αποφασιστεί ποια είναι η κατάλληλη θεραπεία για τον κάθε ασθενή ξεχωριστά θα πρέπει να κατανοήσουμε σε ποιο στάδιο βαρύτητας βρίσκεται η πάθηση του καθώς και ποιες είναι οι απαιτήσεις και οι προσδοκίες του. Η εξατομικευμένη προσέγγιση αποτελεί σημαντικό παράγοντα της θεραπευτικής επιτυχίας. Στα αρχικά στάδια της νόσου ο ασθενής αντιμετωπίζεται με συντηρητικές θεραπευτικές μεθόδους ενώ στα προχωρημένα στάδια η χειρουργική προσέγγιση ελάχιστης επεμβατικότητας έρχεται να δώσει την οριστική λύση.

## Ποιες είναι οι συντηρητικές μέθοδοι θεραπείας της οστεοαρθρίτιδας;

Η σύγχρονες συντηρητικές μέθοδοι πέραν τη κλασική φαρμακευτική αγωγή και τη φυσικοθεραπεία, βασίζονται κυρίως στις ενδαρθρικές εγχύσεις υαλουρονικού οξέος νέας γενιάς καθώς και το ενέσιμο κολλαγόνο και βέβαια στις κυτταρικές θεραπείες οι οποίες προέρχονται από τα κύτταρα του αίματος, του λίπους ή του μυελού των οστών του ίδιου του ασθενούς - αυτόλογη κυτταρική θεραπεία.

Αναλυτικότερα:

Το **υαλουρονικό οξύ** διασταυρωμένης σύνδεσης (cross-linked hyaluronic acid), αποτελεί προϊόν βιοτεχνολογίας νέας γενιάς

το οποίο προσφέρει σημαντική ανακούφιση στον ασθενή σε σχέση με τα προηγούμενα γενεά υαλουρονικά οξέα λόγω της μεγαλύτερης διάρκειας παραμονής και δράσης εντός της άρθρωσης. Το υαλουρονικό οξύ βελτιώνει τη ποιότητα της κίνησης και την αίσθηση του πόνου του ατόμου.

Το **PRP (Platelet Rich Plasma)**, είναι αιμοπετάλια πλούσια σε αυξητικούς παράγοντες και αποτελεί σήμερα μια καταξιωμένη κυτταρική θεραπεία για τη μέση βαρύτητας οστεοαρθρίτιδα. Η διαδικασία είναι απλή λαμβάνοντας 8-10 ml αίματος από τον ασθενή. Τα αιμοπετάλια απελευθερώνουν τους αυξητικούς παράγοντες οι οποίοι είναι υπεύθυνοι για τη θεραπευτική δυνατότητα του αίματος προάγοντας την αντίδραση επουλώσης των ιστών.

Η **αυτόλογη πρωτεϊνική θεραπεία (Autologous Protein Solution)** αποτελεί τη νέα θεραπευτική κυτταρική προσέγγιση για την αντιμετώπιση του πόνου και την αναστολή της εξελικτικής διεργασίας της οστεοαρθρίτιδας. Το πρωτεϊνικό μείγμα των 2-3 ml το λαμβάνουμε μετά από επεξεργασία 60 ml αίματος του ασθενούς και το εγχέουμε στην πάσχουσα άρθρωση. Τα πρωτεϊνικά κύτταρα του μείγματος έχουν ως στόχο την αναστολή και αδρανοποίηση των κυττάρων φλεγμονής και αποδόμησης του αρθρικού χόνδρου που πάσχει.

Η **θεραπεία με βλαστοκύτταρα** από τον μυελό των οστών ή τον λιπώδη ιστό του ασθενούς αποτελεί και τη κορωνίδα των κυτταρικών θεραπειών. Οι θεραπευτικές ιδιότητες των βλαστοκυττάρων βασίζονται: 1) στη δυνατότητά τους να επικοινωνούν στο σημείο της βλάβης και να διαφοροποιούνται σε κύτταρα του αρθρικού χόνδρου, 2) στην ικανότητά τους να απελευθερώνουν ενεργούς παράγοντες που προάγουν την αναγέννησή του και 3) στην ικανότητά τους να απελευθερώνουν αυξητικούς παράγοντες αναστέλλοντας την εξέλιξη της οστεοαρθρίτιδας.

## Ποιες είναι οι σύγχρονες επεμβατικές μέθοδοι θεραπείας της οστεοαρθρίτιδας;

Τα τελευταία χρόνια η ηλεκτρονική τεχνολογία με τη ραγδαία εξέλιξη της έχει ενσωματωθεί στη σύγχρονη Ορθοπαιδική χειρουργική. Η τελειοποίηση της γνώσης της εμβιομηχανικής των αρθρώσεων σε συνδυασμό με τη ψηφιακή τεχνολογία έδωσε σήμερα στο εξειδικευμένο Ορθοπαιδικό χειρουργό τη δυνατότητα της λεπτομερούς μελέτης της πάσχουσας άρθρωσης προ του χειρουργείου και τον ηλεκτρονικό σχεδιασμό της χειρουργικής επέμβασης (PSI, Patient Specific Knee Arthroplasty). Επίσης η εισαγωγή του ηλεκτρονικού υπολογιστή στη χειρουργική αίθουσα και η χρήση ειδικών συστημάτων πλοήγησης της χειρουργικής διαδικασίας (Navigated or Electronically Assisted Arthroplasty), βελτιστοποιούν το χειρουργικό αποτέλεσμα της αντικατάστασης της προσβεβλημένης άρθρωσης του γόνατος ή του ισχίου αυξάνοντας ταυτοχρόνως και τον δείκτη ασφάλειας αυτής.

Βρισκόμαστε στην εποχή των χειρουργικών επεμβάσεων ελάχιστης επεμβατικότητας MIS, (minimally invasive surgery), που αυτό σημαίνει τη διενέργεια μείζονος χειρουργείου με τον μικρότερο δυνατό τραυματισμό των ιστών περίρι της άρθρωσης.



## ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΓΚΟΥΔΕΛΗΣ MD. PhD. Ορθοπαιδικός Χειρουργός Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Μετεκπαιδευθείς με υποτροφία του Πανεπιστημίου Ruprecht - Karls University Χαϊδελβέργη, Γερμανία και εξειδικευθείς στη χειρουργική του γόνατος και του άκρου ποδός και στην Ορθοπαιδική Αθλητιατρική ενηλίκων και παιδών, στο Center for Knee and Foot Surgery ATOS CLINIC Heidelberg. Συνεργάτης του Ιατρικού Διαβαλκανικού Κέντρου, Θεσσαλονίκη και του Ιατρικού Κέντρου Αθηνών.

Ιατρείο: Τσιμισκή 77, Θεσσαλονίκη  
Τηλ: 2310 276508, κινητό: 6974496334,  
e-mail: goudelismd@yahoo.gr

[www.goudelis.gr](http://www.goudelis.gr)

Ο συνδυασμός των προαναφερθέντων παραγόντων ανοίγει τη νέα σελίδα ταχείας μετεγχειρητικής αποκατάστασης FAST TRACK που στόχο έχει τον λιγότερο δυνατό μετεγχειρητικό πόνο, την άμεση μετεγχειρητική κινητοποίηση του ασθενούς, το μικρό διάστημα νοσηλείας και παραμονής στη κλινική (48 ώρες) και τέλος τη ταχύτερη επιστροφή στις καθημερινές κοινωνικές, επαγγελματικές και αθλητικές δραστηριότητες.

## Τι θα συμβουλευάτε τους ασθενείς που πάσχουν από οστεοαρθρίτιδα;

Κατ' αρχάς ο ασθενής με οστεοαρθρίτιδα καλό θα είναι να συμμετέχει σε πρόγραμμα γυμναστικής το οποίο έχει ως στόχο την ενδυνάμωση των μυών περίρι της πάσχουσας άρθρωσης π.χ. κολύμβηση, Aqua aerobic ή Pilates κ.α. Επίσης να προσπαθεί να διατηρεί το σωματικό του βάρος σε χαμηλά επίπεδα διότι το αντίθετο επιβαρύνει έντονα τις αρθρώσεις. Τέλος να συμβουλευτεί τον Ορθοπαιδικό ο οποίος θα αξιολογήσει τη βαρύτητα και θα σχεδιάσει το θεραπευτικό πλάνο για τον ασθενή με στόχο την επιβράδυνση της εξέλιξης της νόσου και τον έλεγχο του πόνου που οφείλεται σε αυτή.

