

## **ROTATORKRAAG BEKLEMMING**

### **Oorsig:**

'n Deel van die rotatorkraag word deur been omring. Wanneer 'n besering van die rotatorkraag senings plaasvind kan hulle swel en begin wryf teen die aanliggende been. Dit ly tot irritasie van hierdie senings. Beklemming verwys na die meganiese druk en skaaf van die rotatorkraag senings en kan 'n voorloper van rotatorkraag skeure wees.

### **Oorsaak:**

Die mees algemene area van beklemming is die supraspinatus sening. Wanneer 'n persoon sy arm bokant sy kop lig klem die supraspinatus sening en bursa teen die akromion en korakoakromiale ligament. Die vasknyp van die tendon veroorsaak inflammasie en as dit aanhou beskadig dit die tendon wanneer herhalende bewegings uitgevoer word en dit mag ly tot verdikking van die tendon. Swelling in die tendon en spierweefsel verminder bloedvloei en gevolglik kan die tendon verfraiing. Been uitgroeisels op die aanliggende been skuur ook teen die sening en spier en veroorsaak irritasie en kan ook ly tot fraiingformasie. Verbening van die korakoakromiale ligament wat volg op vorige trauma, kan ook ly tot beklemming. Beklemming-sindroom kan alleenstaande ontwikkel of in kombinasie met bursitis en rotatorkraag onsteking.

### **Simptome:**

Rotatorkraag beklemming simptome begin tipies met 'n geleidelike aankoms van pyn wat vererger wanneer die arm bokant skouerhoogte gelig word en die arm na buite geroteer word. Pyn word die ergste ervaar aan die voorkant van die skouer en dit kan versprei oor die buitekant van die bo-arm tot by die elmboog. Soos tyd verloop kan die pyn voortduur en vererger tot so 'n mate dat dit nagrus belemmer.

### **Klassifikasie:**

Verskeie klassifikasies is teenwoordig. Die een wat gereeld gebruik word is die sisteem deur Neer wat gebaseer is op die verskillende stadia van beklemming. Stadium 1 kom gewoonlik voor in persone in hulle mid 20's en is gewoonlik omkeerbaar. Dit ontstaan weens herhalende bewegings van die skouer. Stadium 2 is die verdere ontwikkeling van stadium 1 en is meer algemeen in mense van hul mid 20's tot veertiger jare en behels onomkeerbare tendonveranderinge. Stadium 3 word gewoonlik aangetref in mense van 40 jaar of ouer en volg op jarelange kroniese ontsteking van die rotatorkraag tendons waarin tendonskeure kan ontwikkel.

### **Behandeling:**

Behandeling van rotatorkraag beklemming sindroom begin gewoonlik by verandering van aktiwiteite, rus, koue pakke op die skouer, nie-steroïed anti-inflammatoriese medikasie en oefeninge wat omvang van beweging van die skouer herstel sonder dat irritasie veroorsaak word. Wanneer pyn voortduur kan kortikosteroïed inspuitings plaaslik toegedien word wat inflammasie kan verminder wat deur die beklemming veroorsaak word. Dit mag verskeie weke neem voordat die simptome met bogenoemde behandeling opklaar. Wanneer simptome nie opklaar nie of wanneer dit herhaal kan chirurgie aangedui wees. Chirurgiese tegnieke is daarop gemik om beklemming op te hef en ontsteekte weefsel te verwyder. Dit behels gewoonlik ook verwydering van 'n gedeelte van die oorliggende been om die wrywing oor die tendons te verminder.