**A növekedés során jelentkező csontosodási zavarok. (Osteochondrosisok I.)**

Növekedési fájdalmak között említi a közbeszéd azokat a panaszokat, melyek a gyermekek végtagjain jelentkezik.

Mindenek előtt le kell szögeznünk, hogy a növekedés egy természetes folyamat, az nem fáj. A fájdalom mindig valamilyen baj, elváltozás tünete. A növekedő életkor alatt jelentkező fájdalmak egy része a csontnövekedés zavarával függ össze.

Ismerkedjünk meg a csontok növekedésének folyamatával.

Az újszülöttek csontváza szinte kizárólag porcból áll. Ebben a szövetben a születés után csontosodási központok alakulnak ki, melyek növekedve a csontváz fejlődését indítják meg. A végtagok hosszú csontjainak végein lévő csontosodási centrum segítségével növekednek hosszúságukban, míg vastagságukban a csonthártya felől gyarapodnak. Vannak a csontokon olyan kisebb területek, melyek különálló centrumból növekednek. Ezek rendszerint nagyobb izmok rögzülésére szolgáló területek, vagy ízületi felszínek.

Azok a csontjaink, melyek más alakúak elsősorban a csonthártya felől, vagy- lapos csontok esetén- annak széle felől, külön részekből csontosodik.

A növekedés során ezek a csontosodási centrumok átmenetileg részben, vagy egészben elveszíthetik a vérellátásukat, elhalnak, majd regenerálódnak. A betegség így a csontok egyes részeinek deformálódásához vezethet. Ezek az eltérések *csak a növekedés* időszakában jelentkezhetnek. Amikor a csontosodás lezáródott, továbbiakban már nem jönnek létre. Pontos eredetüket, kiváltó okaikat nem ismerjük. Egyes feltételezések szerint azokon a területeken ahol fokozott nyomás, vagy húzás érvényesül, nagyobb a betegség létrejöttének esélye. Ezeket a betegségeket közös nevükön „osteochondrosis-nak” nevezzük. Az egyes megjelenési formát rendszerint az első leírójuk vagy leíróik személynevével jelezzük. ( pl. Perthes kór).

A csontváz bármelyik növekedő részét érinthetik. Az egyes részeken más-más életkorban jelennek meg. A fiúkat és a lányokat nem azonos mértékben érintik. Vannak csontok, melyeken viszonylag gyakran, másokon egészen ritkán észlelik.

A hivatásos tánc tanulása 10 és 19 életév közé esik Magyarországon. Az ebbe az életszakaszba eső,- a tánc tanulás során a mozgásszerveket érő - speciális igénybevételekkel is magyarázható betegségeket érintjük.

A betegség vezető tünete a terhelésre jelentkező fájdalom és a helyi érzékenység, egyes esetekben duzzanat. Felismeréséhez a fáradékonyság, a terhelésre jelentkező fájdalom, a végtag kímélete hívhatja fel a figyelmet. Vizsgálatában a röntgen kép készítése alapvetően fontos.

Az előbbi írásunkban említettük a Scheuermann betegséget. Ez a forma a csigolyatestek növekedésének zavara, szintén ehhez a betegség csoporthoz tartozik. Jellemző, hogy mindkét nemben előfordul, a nemi érés kezdetén, a gyors növekedés idején észlelhető.

**Fiúknál** gyakran észlelhető, lányoknál sokkal ritkább a **10-12 éves** korban jelentkező saroktáji fájdalom és nyomás érzékenységgel járó - **Schintz**- betegség. Ez az elváltozás a sarokcsont hátsó részét érinti, itt a növekedési zóna területén tapad a háromfejű lábszár izom (a vádli) ina. A sarokcsontról készült oldal irányú röntgen felvételen jól látszik, hogy a növekedési zóna feltöredezik, árnyéka világosabb lesz, egyes területei szerkezetüket veszítik. Ez a részleges elhalás és a regeneráció jele.

Kezelésében a legfontosabb, hogy hagyjuk a természetet érvényesülni. A terhelés csökkentése érdekében rugalmas sarokemelő használatát, a fájdalmak megszűnéséig kíméletet ajánlunk. Szükség esetén a balett gyakorlatok ideiglenes felfüggesztése (nem abbahagyása !) indokolt lehet.



**A Schintz betegség röntgen képe. A nyíl a sarokcsont feltöredezett növekedési zónájára mutat**

Várhatóan legfeljebb fél év alatt a panaszok megszűnnek, a gyerek folytathatja a balett tanulást. Az ilyen viszonylag enyhe tünetekkel járó betegség kezelése sok türelmet igényel.

Szintén főként **fiúknál, 12-15 éves** korban jelentkezhet a térd alatt, a lábszár elülső felszínén, fájdalmas duzzanat formájában a **Schlatter-Osgood** féle betegség.

Érdekes megjelenési forma, mivel nem az egész csontot, csak egy kisebb részét érinti. A sípcsonton felül, az elülső oldalon van egy külön csontosodó gumó (tuberositas tibiae). Ezen a területen tapad a négyfejű comb izom ína. Ez az izom nagy tömegű, csaknem az egész combot elfoglalja. Már a természetes funkciója során is nagy húzást gyakorol a tapadási helyére, ami a balett, az ugrások során még fokozódik. Ez lehet az oka annak, hogy sportoló, vagy táncos gyerekeken gyakran észlelhető.

Röntgen felvételen a gumó csontosodási centruma feltöredezik, alapjától elkülönül.

**** ****

**A Schlatter-Osgood betegség megjelenése, 15 éves fiú térdén. A röntgen képen a csontosodási zóna feltöredezett, egy kis rész külön áll (nyíl)**

Kezelésében a nyugalom, a kímélet alapvető. Hasonlóan a Schintz betegséghez türelmes kímélet meghozza az eredményét. Előfordulhat, hogy az elhalt csontosodási centrum „letokova” a helyén marad, körülötte új csont alakul ki, a gumó lényegesen megnagyobbodik. Ebben az esetben a csontosdás lezáródása után műtéti megkisebbítés szóba jöhet (rendkívül ritkán kerül sor rá). Ebben az esetben sem szükséges a tánc tanulmányok végleges megszakítására. Ilyen betegség után a táncos fejlődése zavartalan lehet. (Ma is vezető táncosként működik olyan művész, aki átesett ezen a betegségen)

Ritkán jelentkezik a 12-16 éves leányokon a **csípőlapát** növekedési peremének csontosodási zavara. A balettet tanuló lányoknál érthető, hogy a hasizmok tapadásának helye az átlaghoz képest nagyobb húzási terhelésnek van kitéve. A panaszok a medencecsont peremének tartós fájdalmasságából, mozgásra fokozódó érzékenységéből állnak. Nem ritka, hogy valamilyen belszervi betegség tüneteire hasonlíthat ez a fájdalom (pl. vesehomok, vesekő). Diagnózisában egy sajátos, kivetített röntgenfelvétel nagy segítségre lehet.

Legfontosabb segítség az ilyen ritka betegségek felismerésében, hogy *gondolni kell* erre a lehetőségre is. Néhány havi kímélet a panaszokat megszünteti. Különleges kezelést nem igényel.