

## ΦΛΕΓΜΟΝΕΣ ΣΤΟΥΣ ΤΕΝΟΝΤΕΣ

# Νέες Βιολογικές Θεραπείες Βάζουν Τέλος στις Τενοντίτιδες

ΕΑΝ Η ΤΕΝΟΝΤΙΤΙΔΑ ΣΤΟΝ ΩΜΟ, ΤΟΝ ΑΓΚΩΝΑ Ή ΤΟ ΓΟΝΑΤΟ ΣΟΥ ΣΕ ΤΑΛΛΙΠΩΡΕΙ, Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ PRP ΘΑ ΣΕ ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΕΙ. ΟΣΟ ΓΙΑ ΤΟ ΑΜΕΣΟ ΜΕΛΛΟΝ, Η ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΔΙΕΡΕΥΝΑ ΤΙΣ ΝΕΕΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ ΠΟΥ ΔΙΝΟΥΝ ΤΑ ΒΛΑΣΤΟΚΥΤΤΑΡΑ ΣΤΗΝ ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΗ.



ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΤΟΝ  
**Δρ. ΣΤΕΦΑΝΟ Δ. ΚΟΥΤΣΟΣΤΑΘΗ,**  
 ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟ ΧΕΙΡΟΥΡΓΟ, ΤΕΧΣ ΕΠΙΜΕΛΗΤΗ  
 ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ ΚΑΤ, ΕΙΔΙΚΕΥΘΕΝΤΑ ΣΤΗΝ  
 ΑΡΘΡΟΣΚΟΠΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ  
 ΚΑΚΩΣΕΩΝ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ, ΔΙΔΑΚΤΟΡΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ  
 ΣΧΟΛΗΣ ΑΘΗΝΩΝ ΜΕ ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ  
 ΣΤΗΝ ΑΝΟΣΟΛΟΓΙΚΗ ΚΑΙ ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥ-  
 ΣΗ ΤΗΣ ΕΠΟΥΛΩΣΗΣ ΤΟΥ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟΥ  
 ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ, ΤΑΚΤΙΚΟ ΣΥΝΕΡΓΑΤΗ ΟΜΙΑΔΟΥ  
 «ΥΓΕΙΑ-ΜΗΤΕΡΑ» ΚΑΙ ΚΛΙΝΙΚΗΣ «DOCTORS'  
 HOSPITAL» ΑΘΗΝΑ ([www.koutsostathis.gr](http://www.koutsostathis.gr)).

**Ο** χρόνιος πόνος των τενόντων είναι πολύ συχνό πρόβλημα, τόσο στους επαγγελματίες όσο και στους ερασιτέχνες αθλούμενους. Εάν έχεις τλαιπωρηθεί από μια χρόνια τενοντίτιδα στον ώμο, τον αγκώνα ή το γόνατο, έχεις λάβει σωστή φαρμακευτική και φυσικοθεραπευτική αγωγή, και τα ενοχλήματα επιμένουν, τη λύση δίνουν τα PRPs (Platelet Rich Plasma, πλάσμα αίματος πλούσιο σε αιμοπετάλια).

## Τι Είναι τα PRPs;

Παράγωγο του αίματός σου το οποίο λαμβάνεται με μία απλή αιμοληψία. Μετά από ειδική επεξεργασία (φυγοκέντρηση)

προκύπτει ένα παχύρρευστο υγρό με συγκέντρωση αιμοπεταλίων έως και 6 φορές υψηλότερη από αυτήν του αίματος. Θεωρούνται ένα από τα «hot topics» στην ιατρική έρευνα, ένα πεδίο όπου η έρευνα παντρεύτηκε, αποτελεσματικά, με την κλινική πράξη.

## Είναι Επώδυνη Θεραπεία;

Όχι περισσότερο από μία απλή ένεση. Η έγχυση γίνεται τοπικά, με σύριγγα αποστειρωμένη, σε επίπεδο τακτικού ιατρού, στην ίδια συνεδρία που γίνεται και η λήψη του αίματος. Ο ορθοπαιδικός θα κρίνει αν χρειάζεται να χρησιμοποιήσει ή όχι υπέρηχο για να κατευθύνει την έγχυση με ιδανικό τρόπο στην περιοχή που σε πονάει.

## Υπάρχουν Κίνδυνοι;

Στην πράξη τα PRPs είναι αυτόλογο μόσχευμα, δηλαδή από τον ίδιο τον οργανισμό σου. Δεν έχουν περιγραφεί επιπλοκές ή ανεπιθύμητες ενέργειες.

## Υπάρχει Θεωρητικό Υπόβαθρο στη Χρήση τους;

Σαφώς ναι. Η επούλωση των χρόνιων τενοντίτιδων απαιτεί αναγέννηση ιστών, καθώς δεν είναι πια μια απλή φλεγμονή, αλλά

μια εγκατεστημένη αλλοίωση της υφής τους. Σε αυτήν ακριβώς τη διαδικασία ο ρόλος των αιμοπεταλίων είναι κομβικός. Σήμερα αναγνωρίζεται ότι τα αιμοπετάλια είναι πολύ περισσότερο από απλά κύτταρα για την πήξη του αίματος: αρχικά ανακαλύψαμε το σημαντικό τους ρόλο στη δημιουργία νέων αγγείων, παράγοντα πολύ σημαντικό στην ιστική αναγέννηση. Μόλις τη δεκαετία του '90 αναγνωρίστηκαν ως ρυθμιστές της διαδικασίας ιστικής αναγέννησης, καθώς εκκρίνουν ένα πλήθος από μόρια-«σήματα» που ενορχηστρώνουν τοπικά την εξαιρετικά πολύπλοκη διαδικασία επούλωσης. Το σκεπτικό είναι απλό: αν χορηγηθούν στην περιοχή της αλλοίωσης του τένοντα υψηλές συγκεντρώσεις αιμοπεταλίων, αυτά μπορούν να επηρεάσουν ευνοϊκά το αποτέλεσμα.



**ΤΟ ΠΛΟΥΣΙΟ ΣΕ ΑΙΜΟΠΕΤΑΛΙΑ ΠΛΑΣΜΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΣΤΗΝ ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΕ ΠΟΛΥΕΥΡΥ ΠΕΔΙΟ. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΑ ΣΤΗ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΑ, ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΙΑΤΡΕΥΣΗ ΣΤΗΝ ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΗ.**