
Postępowanie rehabilitacyjne w leczeniu ostrogi piętowej

FORUM



Spis treści

Charakterystyka ostrogi piętowej	5
Objawy kliniczne ostrogi piętowej	6
Diagnostyka ostrogi piętowej	6
Leczenie ostrogi piętowej	7
Postępowanie profilaktyczne	8
Postępowanie rehabilitacyjne	8
Inne metody terapeutyczne	12
<i>Piśmiennictwo</i>	13

Postępowanie rehabilitacyjne w leczeniu ostrogi piętowej

Charakterystyka ostrogi piętowej

Ostroga piętowa (*calcar calcanei*) jest adaptacyjną naroślą kostną w okolicy wyrostka przyśrodkowego guza piętowego kości piętowej, powstałą na skutek rozwoju zmian zwyrodnieniowych guza piętowego kości piętowej [1]. Proces tworzenia się ostrogi piętowej związany jest z procesami starzenia i utraty elastyczności powięzi podeszwowej [1, 2].

Za przyczynę powstania ostrogi piętowej uważa się przewlekły stan zapalny więzadeł stopy rozciągna podeszwowego [1]. Przyczyną inicjującą powstawanie ostrogi piętowej jest moment, w którym dochodzi do przeciążenia rozciągna podeszwowego, co inicjuje wytworzenie się stanu zapalnego. Długotrwały, powtarzający się proces zapalny prowadzi do odkładania złogów wapnia w okolicy guza piętowego, czego konsekwencją jest tworzenie się ostrogi, czyli dziobastej narośli kostnej (entezofitu) [2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9].

Wg Czernego [8] ostrogi piętowe skierowane swoim ostrym końcem w kierunku palców nie są związane z patologią rozciągna i dotyczą przewlekłej patologii ścięgna m. zginacza krótkiego palców.

Dolegliwości bólowe mogą być wywołane zapaleniem powięzi podeszwy czy atrofią poduszki podeszwowej pięty. Zmianom może towarzyszyć ostroga piętowa [10].

Ostroga piętowa zlokalizowana jest w górnej okolicy wyrostka przyśrodkowego guza piętowego lub na tylnej powierzchni kości piętowej. Podeszwowa ostroga piętowa wrasta w rozciągno podeszwowe wzdłuż linii nacisku kości piętowej, a ostroga grzbietowa – wrasta w ścięgno Achillesa [3, 5, 11]. Wielkość ostrogi nie jest uzależniona od dolegliwości bólowych, jakie wywołuje. Zwykle osiąga od 2–4 mm, zdarzają się skrajne przypadki wielkości 20 mm [5, 12].

Ostroga piętowa występuje w podobnej liczbie u mężczyzn i kobiet oraz u osób starszych, częściej po 50. r.ż., zdarzają się diagnozy w wieku młodszym. Częstość występowania mieści się w zakresie od 10% do 80% całej populacji [2, 5, 7].

**Przyczyny
powstania
ostrogi
piętowej**

Ból
