



Oier GOROSABEL
Fisioterapeuta

Konpartimentuen sindromea

Imajina ezazu zerra-motor batekin hanka ebakitzen dizudala. Zure izterra trontzatu eta gero, muinoaren muturrean muskuluak agerian utziko dizkizut, paketeak osatuz, erdian ebakitako hezuraren borobila dagoela. Urdaiazpiko batean ere berdin-berdin ikusi ahal izango dugu, noski; baina ogi tartean ikustera ohituta gaude-nez, ez diogu kasu handirik egiten. Gainera, ez didazue ukatuko hanka zerra-motorraren ebakitzea askoz ere hasiera hobea dela artikulu baterako, batez ere gabon bezperetan. Konparaziorik ere ez!

Bueno, zuen arreta trikimailu bikain honekin erakarri eta gero, hanketan eta besoetan ditugun muskulu pakete horiek hobeto azaldu ditzakegu. Normalean konpartimentu hauetan bilduta, funtzio bertsuak dituzten muskuluak, edo elkarren lagungarri direnak aurkitzen ditugu, faszia izeneko zuntzezko ehun batez estalita. Urdaiazpikoaren adibidearekin jarraituz (bestea baino atsegina agian), muskulu horiek xerraren haragi gorria izango lirateke; faszia, berriz, haien inguruan suma ditzakegun zuntz horixka gogorrenak.

Hanka adibidetzat hartuta, bakoitzean lau konpartimentu nagusi ditugu: bi izterrean eta bi bernan. Izterrearen aurreko konpartimentua, esate baterako, belauneko muskulu hedatzaileek betetzen dutena da; haien artean, koadrizepsa. Atzekoa, berriz, muskulu antagonista da: belauna kizkurtzen duten iskiotibialak dira ezagunenak. Bernan, oster, aurreko konpartimentua oin-punta igo-tzen duten muskuluena da, eta atzekoa, oina jaitzekoena: tartean, bikiak. Besoetan muskuluen antolakuntza bertsua da, baina ez dugu zehatz azalduko: uste dut honezkero pasatu zaretela urdaiazpiko-xerra 2D ikuspegitik, hanka osoko 3D egituraren faszia konpartimentuak irudikatzen.

Konpartimentuen sindromea zer da, beraz? Pakete hauetako muskulu eta beste egiturek (nerbioek, odol hodiekin) hantura baten aurrean izan dezaketenez arazo da. Izan ere, konpartimentuotako batzuk oso faszia gogor eta estuz inguratuta daude, berna aurrekoa, esate baterako. Kolpe baten eraginez hematoma edo edema sor daitezke, eta horrelakoetan ehunek bolumen handiagoa hartzen dute. Konpartimentua inguratzen duten faszia elastikoak direnean, arazo ez da hain larria: handitutako egiturek min emango duten arren, badute nora irten. Baina esandako gune estuetan gertatu ezker, handitutako ehunek ez dute ihesbiderik, eta konpartimentuaren barruko presioa handitzen da, berrezko minaren arazoari odolaren zirkulazioaren oztopoarena gehituz.

Bistan denez, arazo hau gradu ezberdinetan gerta daiteke: modu akutuan gertatuz gero (hezurren hausturak eta menbrua zanpatzea izaten dira arruntenak), sintomak larriak izaten dira eta egoerari sei bat orduren barruan erantzun behar izaten zaio, muskulu eta nerbioetan kalte iraunkorrak

gerta ez daitezke; normalean onena konpartimentuaren presioa kirurgikoki jaistea izaten da. Besteetan, berriz, arazoak modu kronikoan ager daitezke; alegia, sintoma ez hain larriekin, atsedenarekin baretzen diren sintomekin. Kasu hauek aktibitate fisikoaren ondorioz gertatu ohi dira (normalean korrika edo bizikleta), eta fisioterapiarekin eboluzio ona izaten dute: teknika antiinflamatorioek konpartimentuaren presioa jaisteko balioko digute, eta ariketa fisikoa ere egokitu beharko da noski, arazo sortu duten praktika desegokiak hobetze aldera. •



Konpartimentuen sindromea kirolaren ondorio izaten da batzuetan. GETTY