



**Oier Gorosabel - @Txikillana**  
Fisioterapeuta

## Sorbaldako luxazioak

**noiz aipatu dugu, ebolutiboki, primate-ondako nolako abantaila den sorbaldan garatu dugun mugikortasun handia. Hori esker, ordenu honetako espezieok eskua gorputzeko edozein lekutara eraman dezakegu, eta hori oso lagungarria da janaria eskuratzeko, borrokatzeko edo oinarrizko beste funtzio askotarako. Mugikortasun handi horrek, ostera, badu bere prezioa: aurreko artikulubatean tendoietako arazoak azaldu genituen, eta, gaurkoan, hausturekin batera muskulu-eskeletu sisteman arruntenak diren arazo traumatologikoez arituko gara: luxazioak.**

Giltzadurak, oro har, hezur bi edo gehiagoren arteko loturak dira: kapsula batean bilduta daude, eta lotailuek egonkortasuna ematen diete; egitura horiek malguak dira eta, neurri handiagoan edo txikiagoan, giltzadurari mugitzeko aukera uzten diote, tope batzuen artean. Tope horiek gainditzen badira (mugimendu gogor edo kolpe baten ondorioz, eskuarki) luxazio bat gertatu dela esaten dugu.

Bistan denez, asko erabiltzen diren eta mugikortasun handia duten artikulazioek dute luxazio bat sufritzeko aukera gehien; horietako bat da sorbalda. Sorbaldako luxazio gehienetan lotailuen euste-ahalmena gainditu egiten da, baina kapsula ez da hondatzen. Kasu batzuetan, giltzadura berez itzultzen da postura normalera (hezurak berriro "bere lekuan sartuz"), baina beste batzuetan ez: horrelakoetan, pazienteak ezin izaten du besoa erabili, eta min handia izaten du. Hori horrela, lehenatasuna luxazioa erreduzitzea izaten da. Osteon, analgesia (lehen momentuotan lotailu eta kapsuletan hantura mingarria baita nagusi) eta immobilizazioa; horrekin, lesionatutako egiturak bere luzera normalera itzultzea bilatzen da, batez ere gehiegi luzatutako lotailuak.

Immobilizazio fasearen ostean, pazienteak sorbalda gogortuta izan ohi du. Mugikortasuna berreskuratzeko kinesi-



Luxazioa sufritzen duten pazienteen arazoa epeak izaten dira. GAUR8

terapia eta ariketak erabiltzen ditugu, betiere tope normalak gainditu barik. Hori garrantzitsua da, lotailuak oraindik ez baitira gai sorbaldako mugimenduei eusteko, eta, topeak gaindituz gero, luxazioa berriro gerta baitaiteke. Oro har, falta den mugikortasuna berreskuratzeko ez da denbora askorik behar izaten; eta, segituan, hain zuzen ere, helburua gehiegizko mugikortasuna ekiditea izango da. Hori muskuluak indartuz lortuko dugu: muskulu indartsuek nola bait artikulazioari falta zaion egonkortasuna emango diote, eta, euskarri horrekin babestuta, epe ertainera lotailuei beraien sendotasuna berreskuratzen lagunduko diete.

**Luxazioa izan duten pazienteen arazo nagusia epeak dira. Izan ere,**

**behin lehen faseak gaindituta, pazienteak ez du minik eta ustez ondo aurkitzen da.** Bere egoeraz jabetzen ez bada, oso erraza da sorbalda behartzea eta, lotailuek duten ahuleziarengatik, sorbalda berriro ateratzea. Hori gertatzen denean, giltzaduraren lotailuak berriro luzatzen dira gehiegi, baina alde batekin: lehen derrigorrez luzatutako egiturak, orain egitura laxoak dira. Laxotasun hori betikotzen bada (behin eta berriro luxatuz), sorbaldaren ezegonkortasuna kroniko bihurtu daiteke, eta horrek dakartzan arazoez gain (edozein momentutan sorbaldak huts egin ahal izatea), lekuz kanpoko mugimenduok giltzadura inguruko beste egiturak ere honda ditzakete, hala nola omoplatoko zulo inguruko kartilagoa edo humeroaren buruko kartilagoa bera. Horregatik, luxazioen osteko berrabil-tze prozesuak sorbaldako beste lesioenak baino diziplina handiagoa behar du. Osatzea ez da bereziki gaitza (fin ibiliz gero emaitzak onak izaten dira), bai ordea pazienteari ulertaraztea, minik ez izan arren, sorbalda indartzen eta egonkortzen jarraitu beharko duela. •