

MAHDOLLISET SIVUVAIKUTUKSET JA HAITTAVAIKUTUKSET

Hormoni liuotetaan paikallisesti vaikuttavaan kipulääkkeeseen ennen sen pistämistä hoidettavalle alueelle (esim. *Lidocain* tai *Marcain*) pistoskivun vähentämiseksi. Vaikutus voi kestää 3–4 tuntia. Kipua voi ilmetä kipulääkityksen vaikutuksen lakattua. Myös hermo voi puutua silloin, kun pistokset tehdään lähelle hermoa.

Hormonipistos voi vaikuttaa heti, mutta yleensä vaikutukset havaitaan 3–4 päivän kuluessa ja toisinaan vasta viikon kuluttua. Pistokset lievittävät myös kauempana sijaitsevia tulehduksia eli myös muiden nivelten kipu vähenee.

Mahdolliset negatiiviset sivuvaikutukset ja haittavaikutukset:

- ▶ Ohimenevä verenpaineen nousu.
- ▶ Ohimenevä kasvojen punoitus.
- ▶ Pistoskohdassa voi toisinaan olla pigmenttimuutoksia ja ihonalaiset kudokset voivat surkastua, mutta ne paranevat myöhemmin (4–12 kuukautta). Näitä oireita ilmenee yleisimmin silloin, kun ihonalaisiin kudoksiin tehdään useita hormonipistoksia.
- ▶ Jänteisiin tehtävät hormonipistokset voivat aiheuttaa jännerepeämiä.
- ▶ Myös kuukautiskierto voi häiriintyä.

Hormonipistoksia ei saa tehdä silloin, kun potilaalla on jokin tulehdussairaus tai jos pistettävällä alueella on ollut äskettäin luunmurtumia. Diabetespotilailla verensokeri voi olla korkea useamman päivän hormonipistosten jälkeen. Verenohennuslääkitystä käyttäville potilaille pistoksia tehtäessä on oltava erityisen varovainen.

Oikein käytettynä hormonipistosten haitta- ja sivuvaikutusten riski on yleensä pieni.

HORMONIPISTOKSIIN LIITTYVIÄ VÄÄRINKÄSITYKSIÄ

Yleisimmät hormonipistoksiin liittyvät väärinkäsitykset:

- ▶ “Hormonipistokset ovat todella kivuliaita”
Kipu riippuu pistettävästä alueesta sekä kudosten tulehdusasteesta ja rappeumasta. Kivun kokeminen on hyvin yksilöllistä. Kipu voi kestää 1–2 päivää.
- ▶ “Kortikosteroidit heikentävät ja haurastuttavat luustoa”
Oikein annosteltujen hormonipistosten sisältämä kortikosteroidi ei vaikuta luun tiheyteen.
- ▶ “Kortikosteroidit heikentävät jänteitä ja nivelsiteitä ja aiheuttavat repeämiä”
Suurina määrinä lyhyen ajanjakson aikana käytettäessä hormonit voivat aiheuttaa muutoksia jänteissä ja nivelsiteissä. Siksi hormonimäärät ovat pieniä, eikä samaan kohtaan ole suositeltavaa pistää useammin kuin 3–4 kertaa vuodessa. Pistoksia ei saisi tehdä useammin kuin 3–4 viikon välein.
- ▶ “Steroidit lisäävät lihasmassaa”
Pistoksissa käytetään kortikosteroideja, jotka eivät ole anabolisia steroideja, eikä niillä siitä syystä ole myöskään vastaavaa vaikutusta.

Ortopedia Arstid AS on vuonna 2005 perustettu yksityissairaala, joka tarjoaa korkeatasoista avohoitoa ja kirurgisia toimenpiteitä ortopedian alalla. Tarjoamme palveluja sekä Viron sairauskassassa vakuutetuille henkilöille että itse hoitonsa maksaville potilaille ja niille, joilla on yksityinen sairausvakuutus.

ORTOPEEDIA ARSTID AS

Paldiski mnt. 68a, 10617 Tallinna, puh +372 606 7747
orto@ortopeediaarstid.ee, www.ortopeediaarstid.ee



Hormonipistoksia käytetään ortopediassa erilaisten sairauksien hoitoon ja diagnosointiin. Käytössä ovat keinotekoiset kortikosteroidihormonit (esim. *Kenalog*[®] ja *Depo-Medrol*), joita elimistö valmistaa lisämunaisten avulla. Hormoneilla on erilaisia tehtäviä elimistössä. Hoidettavalle alueelle tehtävät pistokset vähentävät tulehduksia tehokkaasti. Kortikosteroideja käytetään erilaisten nivelien, jänneiden, nivelsiteiden ja niveliä ympäröivien kudosten, limapussien ja sidekudoksen tulehdusten hoitoon sekä loukkaantumisten aiheuttamien tulehdusten ja yllirasitusoireyhtymien hoitoon. Pistokset ovat tehokkaita myös tiettyjen hermojen puristusoireyhtymien hoidossa.



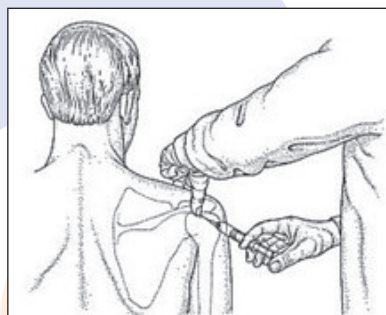
Kuva 1. Esimerkkejä kortikosteroidi-hormonipistoksista

NIVELPISTOKSET

Nivelpistokset ovat ortopedisiä toimenpiteitä, joita käytetään nivelrikon (nivelten kulumisen) ja nivelreuman hoidossa. Pistokset voivat olla tehokkaita myös kihdin, muiden tietynlaisten reumaperäisten sairauksien ja ns. "jäätynneen olkapään" oireyhtymän hoidossa. Kortikosteroidit vähentävät tulehduksia, turvotusta ja kipua ja parantavat siten nivelten liikkuvuutta. Ne toimivat erityisen tehokkaasti akuutin niveltulehduksen hoidossa ja akuutissa hoidossa. Mitä kuluneemmat nivelet ovat, sitä lyhytkestoisempi on pistosten vaikutus erityisesti suuremmissa nivelissä. Pitkään kestäviä vaikutuksia

kortikosteroidipistoksilla on saatu reumaan liittyvien niveltulehdusten hoidossa.

Nivelkapselin ja nivelsiteiden pistokset ovat osa monimuotoista hoitoa yhdessä aktiivisen toiminnan ohjauksen, lastoituksen, fysioterapian, kylmähoitojen jne. kanssa. Pistokset vähentävät tulehdusta ja siten myös kipua sekä parantavat nivelten liikkuvuutta ja edesauttavat paranemista.



Kuva 2. Olkanivelen hormonipistokset

JÄNTEIDEN PISTOKSET

Jännetulehdukset:

- ▶ jännetulehdukset (tendiniitit);
- ▶ jännetuppitulehdukset (tenosynovitis).

Yleensä pistoksilla voidaan poistaa/vähentää kipua 4–6 kuukaudeksi jännettä ympäröiviltä alueilla. Pistokset tehdään jännettä ympäröivään alueeseen. Pistoksia ei tehdä jänteeeseen, sillä jänne voi repeytyä.

LIMAPUSSIEN TULEHDUKSET (BURSIITTI)

Limapussit ovat eräänlaisia iskunvaimentimia kudosten välissä, ja ne voivat tulehtua yllirasituksen tai loukkaantumisen seurauksena. Yleisimmin tulehduksia on olkapään, lonkan, kyynärpään, polvilumpion ja kantapään limapussissa. Limapussitulehdus reagoi yleensä hyvin pistoksiin tulehduksen sijainnista ja kestosta riippuen.

HERMOPINTEIDEN PISTOSHOITO

Hormonipistoksilla voidaan hoitaa myös useita hermopinteitä. Yleisin on karpaalikanavan oireyhtymä, joka parantuu täydellisesti noin 25 %:ssa tapauksista yleensä silloin, kun kyseessä on keskivaikea tapaus ja oireet ovat kestäneet alle vuoden.

YLIRASITUSOIREYHTYMÄT

Yllirasitusoireyhtymiä aiheuttavat työhön tai liikuntaan liittyvät samankaltaisia toistuvat liikkeet, jotka johtavat kudosten "mekaaniseen väsymiseen" ja sitä seuraavaan kudossraappeumaan. Näitä ovat jännetulehdus (epikondyliitti, kantapään jännetulehdus), faskiitti (kantapään sidekudoskalvon tulehdus) ja limapussien tulehdukset.

Epikondyliitissä pistos poistaa akuutin kivun ja pysyvä tulos saavutetaan hyödyntämällä myös muita hoitomuotoja.

Jos kivuliaalle alueelle tehty pistos on tehoton, syy piilee jossain muussa kuin tulehduksessa ja tarpeelliset lisätutkimukset on tehtävä (esim. magneettikuvaus).

TOIMENPITEEN JÄLKEEN

Hormonipistoksen jälkeen on tärkeätä:

- ▶ Välttää toistuvia liikkeitä ja kovaa rasitusta seuraavien 2–3 päivän aikana.
- ▶ Pistosaluetta voi kylmähoitaa (kylmäpussi, jääpussi) 3–4 kertaa päivässä 20–30 minuuttia kerrallaan. Näin voidaan vähentää pistoskohdan kipua. Pistoksen aiheuttama kipu häviää 1–2 päivässä.
- ▶ Kipua hoidetaan myös kipulääkityksellä (esim. *parasetamoli*).