



# Fizjoterapeutyczne podejście do pacjentów z zespołem Ehlersa-Danlosa

---

dr n. med. Marta Jokieli

Katedra i Klinika Traumatologii, Ortopedii i Chirurgii Ręki Uniwersytetu  
Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

# Pierwsza wizyta

- Wywiad
- Dolegliwości
- Wcześniejsze urazy
- Wcześniejsze leczenie
- Diagnoza ...



zespół ehlersa-danlosa

Google

zespół ehlersa-danlosa

Wszytko Grafika Filmy Wiadomości Mapy Więcej Ustawienia Narzędzia

Okolo 18 600 wyników (0,33 s)

**Zespół Ehlersa-Danlosa (EDS) - objawy i leczenie choroby - Medonet**  
[www.medonet.pl](http://www.medonet.pl) › Ciąża i dziecko › Choroby dziecięce ▼  
Częstość występowania zespołu szacowana jest na 1 na 5 tysięcy żywych urodzeń. Zaburzenia genetyczne, które mogą być przyczyną choroby w równym ...

**Podobne wyszukiwania** ×


- zespół ehlersa danlosa blog ehlers danlos syndrome
- zespół ehlersa-danlosa forum zespół ehlersa danlosa u psa
- ehlers danlos stowarzyszenie jak zbadać poziom kolagenu

**Zespół Ehlersa-Danlosa – Wikipedia, wolna encyklopedia**  
[https://pl.wikipedia.org/wiki/Zespół\\_Ehlersa-Danlosa](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zespół_Ehlersa-Danlosa) ▼  
Zespół Ehlersa-Danlosa, EDS (od ang. Ehlers-Danlos syndrome) – grupa chorób genetycznych charakteryzująca się nadmierną elastycznością skóry oraz ...  
Historia · Obraz kliniczny · Postać naczyniowa

**Zespół Ehlersa - Danlosa - Informacje dla lekarzy**  
[marfan.pl](http://marfan.pl) › MEDYCYNA › Inne zespoły ▼  
Zespół Ehlersa-Danlosa okazuje się się dzisiaj jako kliniczny obraz genetycznego ataku na tkankę łączną, który dotyka wiele organów. Tłumaczy to jego ...

**Zespół Ehlersa - Danlosa - Porady - Stowarzyszenie Marfan Polska**  
[marfan.pl](http://marfan.pl) › MEDYCYNA › Inne zespoły ▼  
Zespół Ehlersa-Danlosa - Co nowego wiadomo już o tym zespole? Publikacja Stowarzyszenia Marfan Polska zawiera tłumaczenia tekstów z witryny

**Zespół Ehlersa i Danlosa | Reumatologia - Medycyna Praktyczna dla ...**  
<https://www.mp.pl> › Dla pacjentów › Reumatologia ▼  
Odróżnia się 6 postaci zespołu Ehlersa i Danlosa (w tym postać klasyczna, postać naczyniowa i inne) wyodrębnionych na podstawie objawów klinicznych i ...



# Czego się dowiadujemy

pl.wikipedia.org

Nie jesteś zalogowany [Dyskusja](#) [Edycje](#) [Utwórz konto](#) [Zaloguj się](#)

Artykuł [Dyskusja](#) [Czytaj](#) [Edytuj](#) [Edytuj kod źródłowy](#) [Historia i autorzy](#)

## Zespół Ehlersa-Danlosa [edytuj]

**Zespół Ehlersa-Danlosa, EDS** (od [ang. Ehlers-Danlos syndrome](#)) – grupa [chorób genetycznych](#) charakteryzująca się nadmierną elastycznością skóry oraz stawów, z często współistniejącym utrudnionym gojeniem się ran.

**Spis treści** [ukryj]

- 1 Historia
- 2 Etiologia
- 3 Obraz kliniczny
  - 3.1 Postać klasyczna
  - 3.2 Postać naczyniowa
- 4 Przypisy
- 5 Bibliografia
- 6 Linki zewnętrzne

### Historia [edytuj | edytuj kod]

Pierwszy opis choroby powstał już w 1682 roku. Holenderski chirurg [Job Janszoon van Meekeren](#) napisał: *w 1657 widzieliśmy w naszym szpitalu (...) młodego Hiszpana o imieniu Georg Albes, który swoją lewą ręką schwyił skórę ponad kością ramienną i naciągnął ją prawie do ust. Potem skóra powoli wróciła do swojego naturalnego położenia*<sup>[1]</sup>. W 1892 zespół opisał Mikołaj Aleksandrowicz Czernogobow<sup>[2]</sup>, a w 1901, niezależnie od siebie, [Edvard Lauritz Ehlers](#)<sup>[3]</sup> i [Henri-Alexandre Danlos](#)<sup>[4]</sup>. Rodzinne występowanie choroby odnotował Johnson w 1949. Jako pierwszy odmienne typy choroby wyodrębnił Barabas w 1967<sup>[5]</sup>.

### Etiologia [edytuj | edytuj kod]

Podłożem zaburzeń obserwowanych w EDS są nieprawidłowości w syntezie lub obróbce [potranslacyjnej](#) kolagenu. Defekty są wynikiem [mutacji pojedynczych genów](#); w większości przypadków dziedziczone są [autosomalnie dominująco](#), lecz część zespołów reprezentuje pozostałe typy [dziedziczenia mendelowskiego](#). Różnorodność zaburzeń leżących u podstawy zespołów Ehlersa-Danlosa spowodowana jest występowaniem wielu typów [kolagenu](#) oraz wysokim stopniem skomplikowania jego syntezy i dojrzewania.

### Obraz kliniczny [edytuj | edytuj kod]

Wyróżnia się przynajmniej 10 typów EDS. Objawy dotyczą głównie skóry, więzadeł i stawów, co jest wynikiem dużej zawartości kolagenu w tych strukturach. Skóra staje się nadmiernie elastyczna i podatna na urazy, a ruchomość stawów się zwiększa – można zaobserwować ruchy w płaszczyznach innych niż fizjologiczne. Nadmierną ruchomość stawów ocenia się według kryteriów Beightona<sup>[6]</sup>:

Zespół Ehlersa-Danlosa
<i>syndroma Ehlers-Danlos</i>
ICD-10 <b>Q79.6</b>



Ryciny przedstawiające ruchy, jakie mogą wykonać osoby z zespołem Ehlersa-Danlosa



Niebieskawe twardówki u 4-letniej dziewczynki z rozpoznaniem VI typu EDS. Pacjentka miała też krótkowzroczność i stożek rogówki



Strona główna  
Losuj artykuł  
Kategorie artykułów  
Najlepsze artykuły  
Częste pytania (FAQ)

Dla czytelników  
O Wikipedii  
Zgłoś błąd  
Kontakt  
Wspomóż Wikipedię

Dla wikipedystów  
Pierwsze kroki  
Portal wikipedystów  
Ogłoszenia  
Zasady  
Pomoc  
Ostatnie zmiany

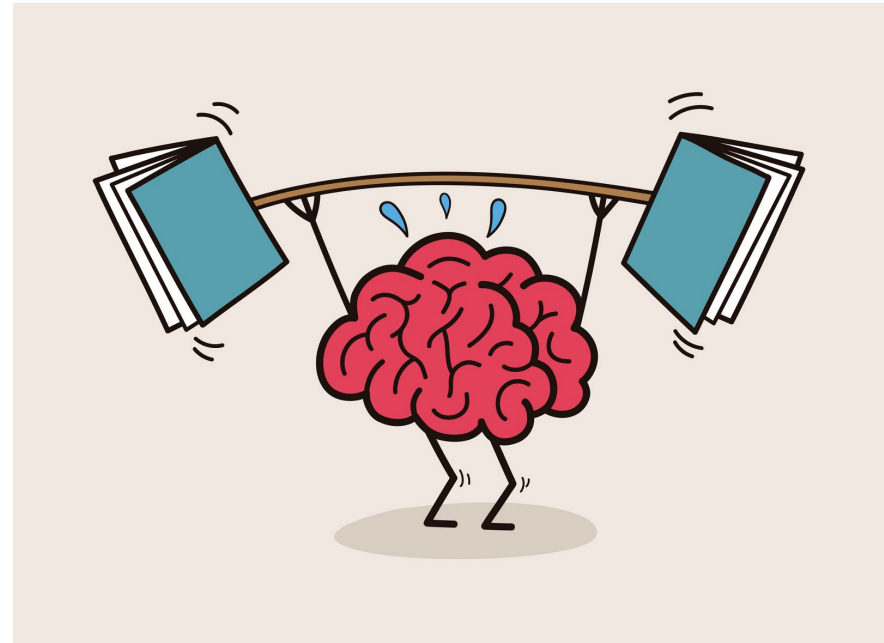
Narzędzia  
Linkujące  
Zmiany w linkowanych  
Prześlij plik  
Strony specjalne  
Link do tej wersji  
Informacje o tej stronie  
Element Wikidanych  
Cytowanie tego artykułu

Drukuj lub eksportuj  
Utwórz książkę  
Pobierz jako PDF  
Wersja do druku

W innych projektach

# Czego się dowiadujemy

- Wiotkość stawowa
- Niestabilność
- Specyficzny wygląd tęczówki
- Szczupła budowa ciała



# Bazy naukowe – PubMed, Clinicalkey, Springerlink

- Publikacje dotyczą głównie badań genetycznych
- 2 dotyczące usprawniania
- Większość – prezentacja pojedynczych przypadków klinicznych
- Brak badań evidence based medicine

# Co fizjoterapeuta ma do zaoferowania

- Poprawę siły mięśniowej
- Stabilizacja stawów
- Czucie głębokie – propriocepcja
- Walka z bólem
- Poprawa regeneracji tkanek
- Fizykoterapia
- Kinesiology taping
- Unieruchomienie

# Ćwiczenia do tej pory...





# Ćwiczenia wzmacniające



**core fusion**  
DAREBEE WORKOUT @ darebee.com

LEVEL I 3 sets LEVEL II 5 sets LEVEL III 7 sets REST up to 2 minutes

20 slow climbers

10 plank arm raises

5 push-ups

10 reverse crunches

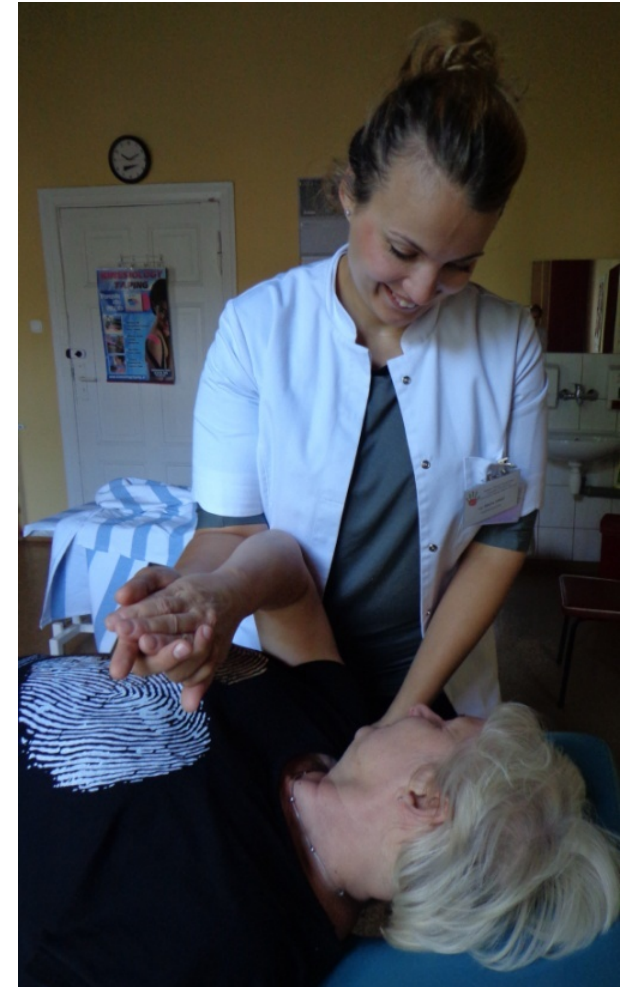
10 modified V-sits

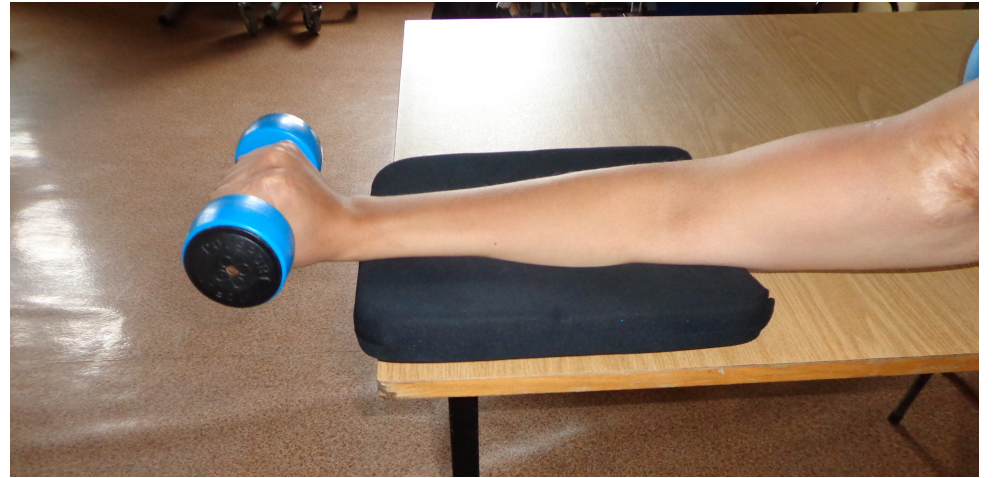
10 long arm crunches

10 up and down planks

# Kinezyterapia

- Żeby wzmocnić należy wiedzieć który mięsień ma pracować
- W EDS organizm jest „zagubiony”
- W ruchu zasada „wszystko albo nic”
- Proste (nudne) ćwiczenia na początku
- Wraz ze wzrostem kontroli mięśniowej dodawanie kolejnych





# Dalsze kroki

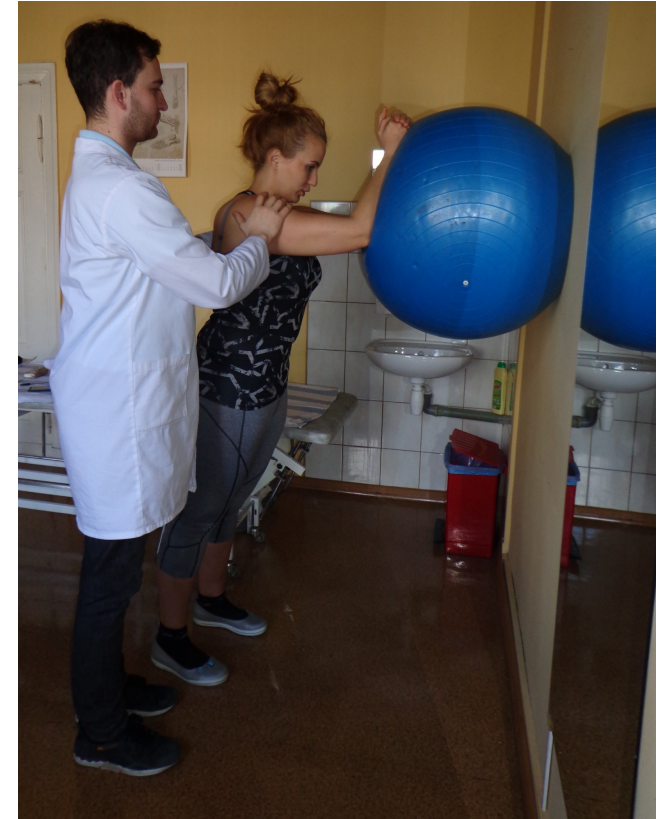


# Stabilizacja głęboka



# Propriocepcja

- Czucie głębokie
- Czucie położenie ciała w przestrzeni
- Czucie ruchu biernego
- Czucie nacisku
- Automatyka ruchów



**Propriocepcja to nie ćwiczenia na piłkach!!!**

# Ćwiczenia w wodzie!!!



# Walka z bólem

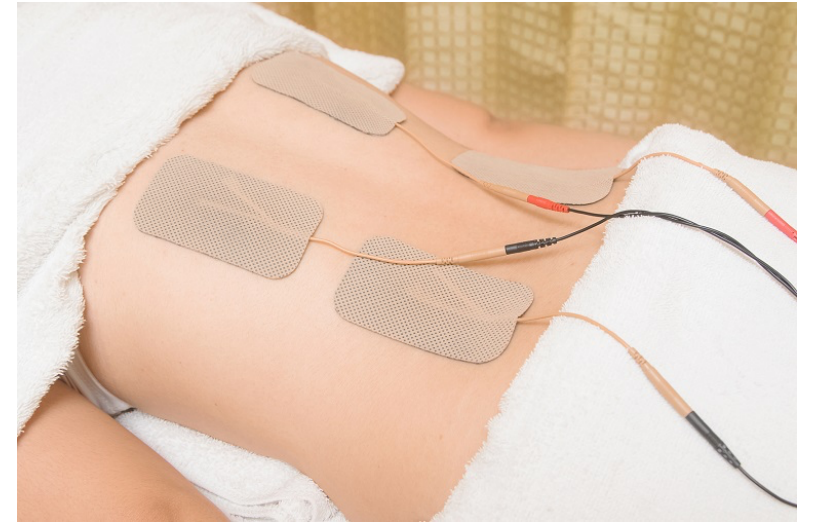
- Przyczyna bólu?
- Lokalizacja bólu (ból przeniesiony?)
- Obrzęk?
- Zaczerwienienie?
- Wzmoczone ucieplenie?



# Walka z bólem

- TENS – przezskórna elektrostymulacja
- DD – prądy didadynamiczne
- Ciepłe okłady (rozluźnienie mięśni)
- Zimno (aktywny stan zapalny)
- Laseroterapia – regeneracja tkanek
- Ultradźwięki, magnetoterapia

**Brak informacji na temat skuteczności fizykoterapii!!**



# Unieruchomienie



# Unieruchomienie jest zgubne

- „rozleniwienie mięśni”
- Alternatywa – Kinesiology taping
  - Poprawa propriocepcji
  - Działanie czasowe
  - Walka z bólem



# Tworzywa termoplastyczne



# Układ nerwowy

- Drętwienia, mrowienia
- Bóle karku
- Obustronne objawy
- Badanie ENG i EMG
- Nerwy „lubią” ciepło



# Najważniejsze podczas terapii

## INDYWIDUALNE PODEJŚCIE DO PACJENTA

