

Överrörliga leder (hypermobilitetssyndrom)

Med hypermobilitetssyndrom avses ett tillstånd där olika typer av ledbesvär uppstår i kombination med ett onormalt rörelseomfång. Överrörliga leder är vanliga hos barn och unga kvinnor, men förekomsten minskar i takt med stigande ålder. Vissa yrkeskategorier gynnas av överrörliga leder (musiker, akrobater).

Sjukdomsorsak

Graden av spänstighet i ledbanden varierar något från person till person. Orsaken till detta torde ligga i äggviteämnets - kollagenets - uppbyggnad, som finns i ledbandsfibrillerna. Eftersom detta är en ärftlig egenskap, nedärvs även syndromet. Gränsen mellan hypermobilitetssyndrom och Ehlers-Danlos syndrom är diffus.

Symptom

De flesta människor med överrörliga leder har inga besvärliga symptom. Lokala ledsmärtor (symptom från höft, knä, axel, handled) eller ryggvärk är typiska symptom vid syndromet.

Generella värksymptom förväxlas lätt med fibromyalgi. Vid svårare hypermobilitetstillstånd kan urledvrickning förekomma. Även symptom som åderbräck och andra bräckbildningar, mitralhjärtklaffprolaps, livmoderframfall och inkontinensbesvär kan uppträda vid syndromet. Urledvrickning är den främsta orsaken till att artros drabbar även yngre personer.

Diagnostik

Ledöverrörlighet uppskattas med hjälp av den internationella Beightonsskalan. Man talar om ledöverrörlighet om minst fem av skalans nio kriterier uppfylls.

Kriterierna är följande:

- Lillfingret kan översträckas över 90 grader (på vänster och höger sida).
- Tummen vidrör underarmen (på vänster och höger sida).
- Översträckning av armbågen mer än 10 grader (på vänster och höger sida).
- Översträckning av knäleden mer än 10 grader (på vänster och höger sida).
- Nedåtböjning med raka knän och handflatorna i golvet.

Behandling

Det viktigaste är kanske att fastställa sjukdomen och informera patienten om sjukdomens natur. Kännedom om sjukdomen minskar rädslan hos patienten. Det finns ingen botande behandling, men symptomen kan lindras genom träning som stärker muskler och ledband. Träningsformer som kan leda till urledvrickning bör dock undvikas. Smärtan kan lindras med vanliga värkmediciner. Överrörliga leder och ledsmärta hos barn bör uppmärksammas i samband med yrkesval.

Prognos

Långtidsprognosen är god eftersom ledernas rörelsebana minskar i takt med stigande ålder.