

HVIRVELSKRED I LÆNDEN




CFR hospitaler

HVIRVELSKRED I LÆNDEN

Det latinske navn for tilstanden er spondylolisthesis.

Hos ca. 5% af den danske befolkning opstår der i ungdommen et træthedsbrud i hvirvelbuen sv.t. nederste lændehvirvel. Dette er i sig selv harmløst og giver ikke anledning til rygsmerte. I en del tilfælde skrider den forreste del af hvirvellegemet fremad i forhold til den underliggende hvirvel (se tegning).

Forskydningen opstår især hos idrætsfolk, som udfører hyppige, belastende lændesvaj (eksempelvis højdespring og vægtløftning) eller i forbindelse med arbejdsituationer med tunge løft og kraftige bevægelser i lænden. Der opstår smerter og ømhed lavt i lænderyggen, som forværres ved

fysisk belastning. Er forskydningen udtalt, kan der opstå smerter ud i benene (ischiassmerter) pga. tryk og træk i nerverødderne i den forsnævrede rygmarvskanal. Et røntgenbillede af lænderyggen vil vise bruddet i hvirvelbunden og en evt. fremadglidning af hvirvellegemet .

Behandlingen består i den akutte fase i hvile, bløddelsbehandling til ømme rygmuskler, evt. korsetbehandling (støttebælte til lænden) og smertetillende medicin.

Sportsudøvelse med kraftig rygbelastning må undgås. I sjældne tilfælde kan det være nødvendigt ved en operation at stabilisere lændehvirvlerne. Instruks i hensigtsmæssig rygtræning og råd om løfteteknik og arbejdsstillinger kan forebygge nye smerteanfald.

