Ορισμός

Οι ανωμαλίες βάδισης είναι ασυνήθη και μη-ελεγχόμενα πρότυπα βάδισης, που συνήθως προκαλούνται από νόσους ή τραυματισμούς στο πόδι, στον άκρο πόδα, στον εγκέφαλο, στη σπονδυλική στήλη ή στο έσω ους.

Εναλλακτικές Ονομασίες

Ανωμαλίες βηματισμού

Γενικές Πληροφορίες

Το πρότυπο με το οποίο περπατάει κάποιος καλείται βηματισμός. Πολλοί διαφορετικοί τύποι ανωμαλιών βάδισης προκαλούνται ασυναίσθητα. Οι περισσότερες οφείλονται σε κάποια σωματική πάθηση.

Κάποιες ανωμαλίες βάδισης είναι τόσο χαρακτηριστικές που τους έχουν δοθεί περιγραφικές ονομασίες:

* Προωστική βάδιση - μια σκυφτή, άκαμπτη στάση, με το κεφάλι και το λαιμό σε πρόσθια κλίση
* Ψαλιδωτή βάδιση - τα πόδια σε ελαφρά κάμψη στα ισχία και τα γόνατα, δίνοντας την εμφάνιση υπόκλισης, με τα γόνατα και τους μηρούς να χτυπούν ή να διασταυρώνονται σε μια ψαλιδωτή κίνηση
* Σπαστική βάδιση - μια απότομη, με σύρσιμο του ποδιού βάδιση που προκαλείται από μονόπλευρη, μακροχρόνια συνολκή μυός
* Καλπαστικό βάδισμα - πτώση του άκρου ποδός, όπου ο άκρος πόδας κρέμεται με τα δάκτυλα να κοιτούν προς τα κάτω, με αποτέλεσμα τα δάκτυλα να σέρνονται στο έδαφος κατά τη βάδιση
* Χήνειο βάδισμα - ένα χαρακτηριστικό βάδισμα που μπορεί να εμφανιστεί στην παιδική ηλικία ή αργότερα στη ζωή

Αίτια

Ανωμαλία στη βάδιση μπορεί να προκληθεί από νόσους σε πολλές διαφορετικές περιοχές του σώματος. Τα γενικά αίτια ανώμαλης βάδισης μπορεί να περιλαμβάνουν:

* Αρθρίτιδα των αρθρώσεων του ποδιού
* Χονδρομαλάκυνση της επιγονατίδας
* Διαταραχή μετατροπής (μια ψυχολογική διαταραχή)
* Προβλήματα του άκρου ποδός (όπως ένα κάλλος, τύλος, είσφρηση όνυχος, σπίλος, πόνος, δερματικό έλκος, οίδημα, σπασμοί)
* Κάταγμα
* Αιμοφιλία
* Ενέσεις σε μύες που προκαλούν πόνο στο πόδι ή τους γλουτούς
* Λοίμωξη
* Τραυματισμός
* Ανισοσκελία
* Μυοσίτιδα
* Έσω κνημιαίο σύνδρομο
* Τενοντίτιδα
* Στενά ή άβολα παπούτσια
* Συστροφή όρχεως

Η λίστα δεν περιλαμβάνει τα πάντα.

ΑΙΤΙΑ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΩΝ ΒΗΜΑΤΙΣΜΩΝ

Προωστική βάδιση:

* Δηλητηρίαση από μονοξείδιο του άνθρακα
* Δηλητηρίαση από μαγγάνιο
* Νόσος Parkinson
* Χρήση συγκεκριμένων φαρμάκων, όπως φαινοθειαζίνες, αλοπεριδόλη, θειοθιξένη, λοξαπίνη, μετοκλοπραμίδη και μετυροσίνη (συνήθως οι επιδράσεις των φαρμάκων είναι προσωρινές)

Σπαστική και ψαλιδωτή βάδιση:

* Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο
* Εγκεφαλική παράλυση
* Αυχενική σπονδύλωση με μυελοπάθεια (ένα πρόβλημα με κάποιο σπόνδυλο στον αυχένα)
* Ηπατική ανεπάρκεια
* Πολλαπλή σκλήρυνση
* Κακοήθης αναιμία
* Τραυματισμός νωτιαίου μυελού
* Όγκος νωτιαίου μυελού
* Συφιλιδική μηνιγγομυελίτιδα
* Συριγγομυελία
* Εγκεφαλική παράλυση

Σπαστική βάδιση:

* Εγκεφαλικό απόστημα
* Όγκος στον εγκέφαλο
* Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο
* Τραύμα κεφαλής
* Πολλαπλή σκλήρυνση

Καλπαστική βάδιση:

* Σύνδρομο Guillain-Barré
* Κήλη οσφυϊκού μεσοσπονδύλιου δίσκου
* Πολλαπλή σκλήρυνση
* Ατροφία περονιαίου μυ
* Τραυματισμός περονιαίου νεύρου
* Πολιομυελίτιδα
* Πολυνευροπάθεια
* Τραυματισμός νωτιαίου μυελού
* Χήνειο βάδισμα:
* Συγγενής δυσπλασία ισχίου
* Μυϊκή δυστροφία
* Ατροφία σπονδυλικού μυός

Αταξική ή ευρείας βάσης βάδιση:

* Μέθη
* Μακροχρόνια εγκεφαλική βλάβη εξαιτίας αλκοολισμού
* Νευροπάθεια (όπως στο διαβήτη)
* Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο
* Χρήση συγκεκριμένων φαρμάκων όπως Dilantin και άλλα αντισπασμωδικά

Οικιακή Περίθαλψη

Η αντιμετώπιση του αιτίου συχνά βελτιώνει το βηματισμό. Για παράδειγμα, οι ανωμαλίες βάδισης που οφείλονται σε τραύμα σε σημείο του ποδιού θα βελτιωθούν καθώς επουλώνεται το πόδι.

Για έναν ανώμαλο βηματισμό που συμβαίνει με διαταραχή μετατροπής, συστήνεται ισχυρά η ψυχιατρική συμβουλευτική καθώς και η υποστήριξη από την οικογένεια.

Για ένα προωστικό βάδισμα:

* Ενθαρρύνεται το άτομο να είναι όσο το δυνατό περισσότερο αυτάρκες και ανεξάρτητο.
* Επιτρέψτε αρκετό χρόνο για καθημερινές δραστηριότητες, ιδιαίτερα βάδισμα. Τα άτομα με αυτό το πρόβλημα είναι επιρρεπή σε πτώσεις εξαιτίας κακής ισορροπίας και μιας ασυναίσθητης προσπάθειας να προφτάσουν.
* Να παρέχετε βοήθεια για τη βάδιση για λόγους ασφαλείας, ιδιαίτερα σε ανώμαλο έδαφος.
* Συμβουλευτείτε έναν φυσικοθεραπευτή για εργασιοθεραπεία και εκπαίδευση βάδισης.

Για ένα ψαλιδωτό βάδισμα:

* Συχνά, με την ψαλιδωτή βάδιση συσχετίζεται και απώλεια της αίσθησης του δέρματος, και κατά συνέπεια θα πρέπει να παρέχεται φροντίδα του δέρματος προς αποφυγή δημιουργίας ελκών.
* Αορτήρες για τα πόδια και νάρθηκες που μπαίνουν στα παπούτσια μπορούν να βοηθήσουν στη διατήρηση της σωστής ευθυγράμμισης του ποδιού για στάση και βάδιση. Αυτά μπορούν να παρασχεθούν από έναν φυσικοθεραπευτή, ο οποίος μπορεί να παρέχει επίσης θεραπευτικές ασκήσεις, εάν απαιτείται.

Για ένα σπαστικό βάδισμα:

* Ενθαρρύνονται οι ενεργητικές και παθητικές ασκήσεις.
* Αορτήρες για τα πόδια και νάρθηκες που μπαίνουν στα παπούτσια μπορούν να βοηθήσουν στη διατήρηση της σωστής ευθυγράμμισης του ποδιού για στάση και βάδιση. Αυτά μπορούν να παρασχεθούν από έναν φυσικοθεραπευτή, ο οποίος μπορεί να παρέχει επίσης θεραπευτικές ασκήσεις, εάν απαιτείται.
* Ένα μπαστούνι ή ένα πι για τη βάδιση, συστήνονται για αυτούς με κακή ισορροπία.

Για ένα καλπαστικό βάδισμα:

* Ενθαρρύνεται η επαρκής ξεκούραση. Η κόπωση μπορεί συχνά να κάνει ένα επηρεασμένο άτομο να σκοντάψει και να πέσει.
* Αορτήρες για τα πόδια και νάρθηκες που μπαίνουν στα παπούτσια μπορούν να βοηθήσουν στη διατήρηση της σωστής ευθυγράμμισης του ποδιού για στάση και βάδιση. Αυτά μπορούν να παρασχεθούν από έναν φυσικοθεραπευτή, ο οποίος μπορεί να παρέχει επίσης θεραπευτικές ασκήσεις, εάν απαιτείται.

Για ένα χήνειο βάδισμα, ακολουθήστε τη θεραπεία που έχει χορηγηθεί.

Πότε να Επικοινωνήσετε με το Γιατρό

Εάν υπάρχει οποιοδήποτε σημείο μη-ελεγχόμενων και ανεξήγητων ανωμαλιών στη βάδιση, επικοινωνήστε με το γιατρό σας.

Τι να Περιμένετε κατά την Επίσκεψη στο Γιατρό

Θα αποκτηθεί το ιατρικό ιστορικό και θα εκτελεστεί μια κλινική εξέταση.  
Οι ερωτήσεις για το ιατρικό ιστορικό που τεκμηριώνουν τα προβλήματα με τη βάδιση με λεπτομέρεια μπορεί να περιλαμβάνουν:

Χρονικό πρότυπο

* Πότε ξεκίνησε το πρόβλημα με τη βάδιση;
* Συνέβη ξαφνικά ή σταδιακά;
* Επιδεινώθηκε με το πέρασμα του χρόνου;

Ποιότητα (τύπος της διαταραχής βάδισης)

* Ψαλιδωτή βάδιση (κεκαμένα ισχία και γόνατα, τα πόδια διασταυρώνονται)
* Καλπαστική βάδιση (πτώση άκρου ποδός, τα δάκτυλα σέρνονται στο έδαφος)
* Σπαστική βάδιση (άκαμπτη, με σύρσιμο των ποδιών βάδιση)
* Προωστική βάδιση (σκυφτή, άκαμπτη στάση, με το κεφάλι και το λαιμό σε πρόσθια κλίση)

Άλλα συμπτώματα

* Υπάρχει πόνος;
* Εάν υπάρχει πόνος, είναι στους μύες, αρθρώσεις, σπονδυλική στήλη ή άλλη θέση;
* Υπάρχει πυρετός;
* Υπάρχει πόνος στους όρχεις;
* Φαίνεται να υπάρχει μυϊκή ατροφία;
* Υπάρχει κάποια παράλυση;
* Υπάρχουν μυϊκοί σπασμοί;
* Υπάρχουν παραμορφώσεις στις αρθρώσεις;
* Υπήρξε κάποια πρόσφατη λοίμωξη;

Φάρμακα

* Τι φάρμακα παίρνετε;

Ιστορικό τραυματισμών

* Έχουν υπάρξει πρόσφατοι ή παλαιότεροι τραυματισμοί στο πόδι;
* Εάν υπήρξε τραυματισμός, τι τύπου ήταν; Ήταν κάταγμα, εξάρθρωση ή έγκαυμα;
* Το άτομο είχε τραυματισμούς στο κεφάλι, ιδιαίτερα κάποιον που να είχε ως αποτέλεσμα κώμα;
* Είχε το άτομο τραυματισμούς στη σπονδυλική στήλη ή σε νεύρα;

Ιστορικό νόσων

* Υπάρχουν γνωστά αγγειακά προβλήματα;
* Υπάρχουν γνωστές νόσοι όπως πολιομυελίτιδα, μηνιγγίτιδα, μυοσίτιδα, όγκοι ή εγκεφαλικό επεισόδιο;
* Έχουν υπάρξει πρόσφατες ή παλαιότερες λοιμώξεις, περιλαμβανομένου των αποστημάτων;
* Το άτομο έχει αιμοφιλία;
* Έχει εκτεθεί το άτομο σε μονοξείδιο του άνθρακα;

Αντιμετωπίσεις

* Έχουν υπάρξει πρόσφατοι εμβολιασμοί;
* Έχει υπάρξει πρόσφατο χειρουργείο;
* Έχει υπάρξει χημειοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία;

Ατομικό και οικογενειακό ιστορικό

* Υπάρχουν γνωστά γεννητικά ελλείμματα, όπως δισχιδής ράχη, μυελομηνιγγοκήλη ή δυσπλασία ισχίου;
* Υπάρχει ιστορικό εγκεφαλικής παράλυσης ή μυϊκής δυστροφίας;
* Έχει κανείς στην οικογένεια πολλαπλή σκλήρυνση;
* Είχε το επηρεασμένο άτομο κάποια ανωμαλία ανάπτυξης;
* Τα πόδια έχουν διαφορετικό μήκος;
* Υπάρχει γνωστό πρόβλημα σκολίωσης;

Η κλινική εξέταση πιθανότατα θα περιλαμβάνει μια νευρολογική εξέταση. Οι διαγνωστικές εξετάσεις θα προσδιοριστούν από τα αποτελέσματα της κλινικής εξέτασης και της παρατήρησης των ανωμαλιών στη βάδιση.