

# Kaularangan sairaudet

Lääkärikirja Duodecim

6.2.2022

*Yleislääketieteen erikoislääkäri Osmo Saarelma*



- Kaularangan kulumat
- Äkillinen lihaskipu (kierokaula, torticollis, servikaalinen dystonia)
- Kaularangan välilevytyrä
- Muut kaularangan sairaudet
- Kaularangan vammat
- Milloin hoitoon
- Kirjallisuutta

Kaularangassa esiintyy samanlaisia sairauksia kuin muuallakin tukirangassa: kulumista, tulehduksia, välilevyjen ongelmia, kasvaimia ja vammoista aiheutuvia vaivoja. Kaularangan tehtävä pään kannattelijana ja muualle elimistöön johtavan hermotuksen suojaajana antaa sen sairauksille omat erityispiirteensä.

Kaulan alueella on myös pitkällisestä lihasjännityksestä johtuvia kipuja (ks. [Niskakipu](#) ja [Jännityspäänsärky](#)).

## Kaularangan kulumat

Kaularangan tavallisimpia ongelmia ovat kulumat ja niiden aiheuttamat kivut. Kuluminen merkitsee käytännössä nikamien välilevyjen rappeutumista ja madaltumista, nikamien rappeutumista (spondyloosi), nikamien välisten nivelten liikkuvuuden vähenemistä ja selkäydinkanavasta lähtevien hermojuurten aukkojen ahtautumista.

Kaularangan kuluminen ilmenee kaulan ja niskan liikkeiden jäykkyytenä, rajoituksina ja kivullosuutena. Kivut voivat taas aiheuttaa lihasten jännitystä, joka vuorostaan lisää kipua. Niskasta saattaa liikuteltaessa kuulua rutinaa. Jos kuluminen aiheuttaa hermojuurten aukkojen ahtautumaa, voi puristuksissa oleva hermo ilmoittaa oireita hermottamallaan alueella yläraajassa, jossa tuntuu pistelyä tai puutumista, mahdollisesti myös alueen lihasten heikkoutta.

Kulumamuutokset voivat aiheuttaa myös selkäydinkanavan ahtautta ja tästä seuraavaa selkäytimen puristusta, jonka oireina voi olla lihasheikkoutta ylä- tai alaraajoissa, kävelyvaikeuksia tai virtsaamis- ja ulostamisvaikeuksia.

Kulumamuutokset lisääntyvät kaikilla iän myötä. Röntgenkuvauksessa todettavien kulumien määrä ei kuitenkaan ole suorassa suhteessa oireiden määrään. Suurimmalla osalla yli 65-vuotiaista näkyy kaularangan tavallisessa röntgenkuvassa rappeumamuutoksia, mutta läheskään kaikilla ei silti ole oireita.

Kaularangan kulumamuutosten toteamiseksi riittää usein oirekuvauksen lisäksi lääkärin suorittama kaulan, niskan ja hartioden seudun tutkimus. Röntgenkuvaus ei yleensä tuo juuri lisäinformaatiota, ellei ole erityisiä syitä epäillä kasvainta tai tulehdusprosessia. Tarkemmat hermorata- ja kuvantamistutkimukset voivat olla aiheellisia, jos on selviä hermoärsytyksen oireita.

Kaularankakuluman hoidossa on hyötyä fysioterapeutin antamista työasentoja ja kaularangan voimistelua koskevista ohjeista. Jos oireisiin kuuluu lihasjännitys, sitä voidaan auttaa lämpöhoidoilla. Häiritsevään kipuun apu saadaan tavallisimmin tulehduskipulääkkeistä. Hermojen puristusoireita voidaan lievittää tukikauluksilla ja

hyvin vaikeissa tapauksissa juuriaukkoa vapauttavalla leikkauksella.

## Äkillinen lihaskipu (kierokaula, torticollis, servikaalinen dystonia)

Torticollis ilmenee tyypillisimmillään aamulla herätessä, mahdollisesti huonon nukkumisasennon seurauksena. Niskassa tuntuu kova, joskus lapojen seutuun ulottuva kipu, joka estää pään kääntämistä. Ellei vaivaan liity vammaa eikä hermojuurten puristuksen oireina pistelyä, puutumista tai lihasheikkoutta, tämä perussyyltään epäselvä lihaskipu menee yleensä ohi muutamassa päivässä. Joissakin tapauksissa voi auttaa lihasten lämmittäminen ja 5–10 minuutin mittainen käsin suoritettu kaularangan varovainen venyttäminen. Kipuun voi käyttää tulehduskipulääkkeitä ja lihaksia rentouttavia lääkkeitä, joiden teho kuitenkin on rajallinen.

Vaiva voi pitkittyä, jolloin pää pyrkii nykimään toiselle sivulle ja kääntyy vinoon. Vaikeita pitkittyneitä tapauksia hoidetaan botuliini-lääkepistoksilla, joilla lamataan liian aktiivisia lihaksia. Lääkkeen vaikutus kestää 2–4 kuukautta.

## Kaularangan välilevytyrä

Kaularangan välilevytyrä on sitä huomattavasti yleisemmän [lannerangan välilevytyrän](#) kaltainen tila. Siinä nikamien välilevyn rappeuman vuoksi välilevyn sisus pullistuu selkäydinkanavaan, jolloin selkäydinhermojen ärtyminen aiheuttaa kovan kivun. Kipu alkaa yleensä nopeasti ja tuntuu kaulahermojen alueella niskassa ja hartioissa säteillen tyypillisesti toiseen yläraajaan, mahdollisesti sormiin asti. Usein päätä ei voi kivulta liikuttaa, ja joskus pelkkä käden vapaa riippuminen on niin kivuliasta, että kättä on kannateltava.

Oireiden vuoksi on syytä hakeutua lääkäriin diagnoosin varmistamiseksi. Vaiva paranee yleensä itseksen viikkojen tai muutaman kuukauden sisällä, mutta voi edellyttää voimakkaidenkin kipulääkkeiden käyttöä. Vaikka kaularangan välilevytyrä paranee useimmissa tapauksissa ilman muuta hoitoa, harvoin ilmenevät yläraajan huomattavat lihasheikkousoireet edellyttävät kiireellistä leikkaushoidon arviointia. Myös sietämättömän kiputilan vuoksi on joskus turvauduttava leikkaushoitoon.

## Muut kaularangan sairaudet

Kaularangan nivelreuma, muut tulehdukset sekä kasvaimet aiheuttavat myös kipua, mutta usein myös yleisoireita, kuten laihtumista, huonokuntoisuutta tai kuumeilua. Jos tällaisiin oireisiin liittyy kaularanka- tai niskakipua, on syytä hakeutua tutkittavaksi.

## Kaularangan vammat

Autoliikenteen ja sen myötä peräänajojen seurauksena yleisimpiä kaularangan vammoja on nykyään pään äkillisestä heilahduksesta johtuva ns. [piiskaniskuvamma](#). Vamma syntyy pään heilahtaessa nopeasti ääriasennosta toiseen. Oireina on niskan kipu, joka voi alkaa vasta joitakin tunteja vamman jälkeen. Lisäksi voi olla päänsärkyä ja särkyä rintarangan alueella, lapojen välissä.

Piiskaniskuvamma paranee yleensä itsestään eikä lievänä vaadi mitään hoitoa. Joissakin tapauksissa on avuksi niskan tukeminen joiksikin päviksi. Tärkeää on mahdollisimman pian alkaa liikuttaa niskaa normaalisti. Joissakin tapauksissa piiskaniskuvammasta voi tulla pitkäaikainen kiputila.

## Milloin hoitoon

Kaularangan oireet ilmenevät usein kipuna, joka yleensä ajaa hakeutumaan hoitoon. Mikäli kaularangan tai [niskan kipuun](#) liittyy yleissairauden oireita, kuten kuumetta,

väsymystä tai huonokuntoisuutta, hoitoon on syytä hakeutua lähipäivinä.

Kaularangan vammat on hyvä herkästi tarkastuttaa lääkäriillä. Jos vammaan liittyy pistelyä tai puutumista jossakin päin kehoa tai varsinkin kyvyttömyyttä liikuttaa jotakin kehon osaa, siirtäminen tutkimuspaikkaan on tehtävä varoen kaularankaa liikuttamatta.

---

Artikkelin tunnus: dlk00272 (015.006)

© 2023 Kustannus Oy Duodecim