

Yläraajan vammat

Lääkärikirja Duodecim

6.9.2021

Yleislääketieteen erikoislääkäri Osmo Saarelma



- Haavat
- Venähdykset ja sijoiltaanmenot
- Lihas- ja jännevammat
- Murtumat
- Milloin hoitoon
- Kirjallisuutta

Haavat

Pinnalliset yläraajan haavat hoidetaan kuten [haavat](#) yleensäkin. Ihonalaisen rasvakerroksen läpi ulottuvat haavat edellyttävät aina tarkistuttamista lääkrillä ja haavan sulkemista. Käden ja ranteen alueella oleviin pinnallisiinkin haavoihin voi liittyä jännevamma, mikä edellyttää tämän korjaamista haavan sulkemisen lisäksi. Erityistä huomiota ja välitöntä hoitoa vaativat haavat, joissa on runsaasti verenvuotoa tai joiden seurauksena ilmenee lihaksen toimintahäiriö. Tunnon puuttuminen on yleensä merkinä hermon vammasta.

Venähdykset ja sijoiltaanmenot

Yläraajan yleisimpiä venähdyksiä ovat sormien vääntymiset yli ääriasennon. Sorminivelen yliojentuminen tai vääntyminen sivulle vaurioittaa nivelsiteitä ja aiheuttaa kipua ja turvotusta. Vaurioituneen sormen lastoittaminen 1–2 viikoksi auttaa paranemista, mutta nivelsidevammän jälkeinen kipu voi kestää pitkään, jopa vuodenkin ajan. Erityisesti peukalon tyvinivelessä niveltä sivusuunnassa tukevan nivelsiteen katkeaminen saattaa heikentää tartuntaotetta. Tyypillinen vamma on ns. "hiihtäjän peukalo", jossa peukalo vääntyy ulospäin ja peukalon tyvessä oleva sivuside vaurioituu. Vamman korjaaminen vaatii usein leikkaushoitoa.

Jos vammautunut sormi jää vamman jälkeen poikkeavaan asentoon, on hakeuduttava välittömästi hoitoon asennon oikaisemiseksi ja mahdollisten lisävammojen selvittämiseksi.

Kyynärnível voi mennä sijoiltaan niin, että kyynärluun pää siirtyy taaksepäin. Ellei luuta ja nivelsiteitä samalla rikkoudu, paikalleen laittaminen ja hoito kulmalastalla onnistuvat yleensä ilman leikkausta.

[Olkannivelen sijoiltaanmeno](#) on tavallinen seuraus olkanniveleen kohdistuneesta voimakkaasta iskusta tai koko yläraajan äkillisestä riuhtaisuista. Olkannivelen liikuttelu aristaa ja nostaminen on estynyt. Niveltä yläpuolelta painellessa saattaa tuntua kuoppa. Sijoiltaanmeno edellyttää lääkrin suorittamaa paikoilleenasettelua.

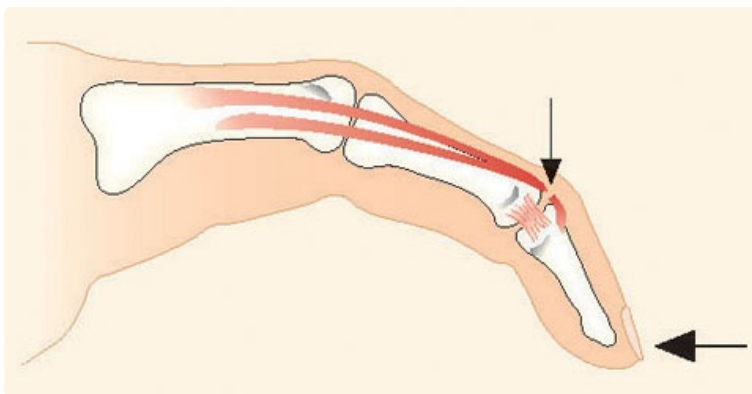
Lihas- ja jännevammat

Lihaksiin tai jänteisiin ulottuvat haavat synnyttävät yläraajassa vaurioita, jotka usein edellyttävät leikkaustoimin tapahtuvaa korjausta. Erityisesti näin on asianlaita kyynärvarren ranteen puoleisen pään ja käden alueella, jossa rannetta ja sormia liikuttavien lihasten jänteet ovat heti ihon alla ja vaurioituvat helposti ihon lävistävän vamman seurauksena. Muut kuin haavan kautta syntyvät lihasvammat ovat yleensä seurausta äkillisistä riuhtaisuista ja venytyksistä, ja niiden hoito on samanlainen kuin

muidenkin [lihasevähdyksen](#).

Olkanelen riuhtaisun tai käden varaan kaatumisen seurauksena voi syntyä olkaluun päätä ympäröivän jännekimpun, kiertäjäkalvosimen repeämä. Yleensä repeämä syntyy jo osittain rappeutuneeseen kiertäjäkalvosimeen. Vamma estää olkavarren nostoa ja olkanivelen seutu on varsin arstava. Laaja repeämä estää yleensä olkanivelen liikuttelun lähes kokonaan. Repeämän laajuuden selvittämiseksi tarvitaan usein ultraäänitutkimus ja laajan repeämän hoidoksi leikkaus. Vähäisemmän repeämän hoidoksi aloitetaan olkanivelen liikeharjoitukset kivun sallimissa rajoissa. Jos särky ja liikerajoitus aiheuttavat huomattavaa haittaa vielä 1–2 kuukauden hoidon jälkeen, harkitaan janteen korjausta leikkaamalla.

Ojennetun sormen kärjen äkillinen koukistuminen tai kärkeen kohdistunut suora isku voi aiheuttaa ns. vasarasormen (ks. kuva 1). Tällöin sormen ojentajajanteen pää repeytyy irti sormen kärkijäsenestä ja tämän seurauksena sormen kärki ei pysty ojentumaan. Paraneminen vaatii sormen kärjen lastoittamista ojennusasentoon 6–8 viikoksi.



Kuva 1. Vasarasormi. Vasarasormella tarkoitetaan sormen ojentajajanteen repeytymistä irti kiinnityskohdastaan, jolloin sormen kärkinivelen aktiivinen ojentaminen ei onnistu ja sormen kärki roikkuu. Jänne irtoaa joko suoraan luusta tai repäisemällä mukanaan pienen luuisen murtumakappaleen. Vamman aiheuttaa yleensä ojentuneeseen sormen kärkeen kohdistunut isku, joka äkillisesti pakottaa kärkinivelen koukkuun.

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa

Murtumat

Yläraajan murtumat ovat yleisiä, onhan raaja usein ottamassa vastaan iskua kaaduttaessa tai käsiä käytettäessä. Iskun kohteesta ja tyypistä riippuen murtumia voi ilmaantua kaikkiin yläraajan osiin solisluusta alkaen aina sormien kärkeen asti.

Murtumaan viittaa yleensä melko suurienergiainen vammamekanismi, kova arkuus ja liikuttelukipu tai koputteluarkuus luussa tai murtumakohdan virheasento. Epäiltäessä murtumaa on syytä hakeutua lääkäriin diagnoosin varmistamiseksi ja sopivan hoidon suunnittelemiseksi.

[Solisluun murtuma](#) on usein helposti havaittavissa kipuna solisluussa ja mahdollisesti murtumakohdassa tuntuvana pykälänä. Vähäinen solisluun keskiosan murtuma paranee hyvin, mitellasidosta pidetään 3–4 viikkoa, minkä jälkeen aloitetaan olkanivelen varovainen liikuttelu. Vaikeammat solisluun murtumat saattavat tarvita leikkaushoitoa parantuaakseen.

Olkaluuhun syntyy vammamekanismista riippuen luun kaulan, varren tai nivelnastojen murtumia joko suoran olkavarteen tai hartiaan kohdistuvan väkivallan, yläraajan varaan kaatumisen tai voimakkaan väännön seurauksena. Hoito riippuu murtuman sijainnista ja mahdollisesta pirstaleisuudesta. Monet hyväasentoiset olkaluun murtumat, joihin ei liity verisuonten tai hermon vauriota, voidaan hoitaa ilman leikkausta.

Kyynärvarren murtumista tavallisin on väärttinäluun pään murtuma lähellä rannetta.

Tyypillisesti ojennetun käden varaan kaatuessa syntyvä murtuma aiheuttaa kivun, turvotuksen ja usein virheasennon ranteen seutuun. Jos murtuma on aseteltavissa hyvään asentoon, se paranee 5–6 viikon kipsihoidossa, mutta lopullinen paraneminen voi kestää 6–12 kuukautta. Ks. myös [Värttinäluun murtuman kotihoito-ohje](#) sekä [verkkokurssi rannemurtuman hoidosta](#) ¹.

Ranteen veneluun murtuma on toinen mahdollinen vamma, joka voi syntyä ojennetun ranteen varaan kaatumisessa. Tämän tyypillinen oire on kipu ranteen peukalonpuoleisessa jänteiden välisessä kuopassa. Hyväasentoinen murtuma voidaan hoitaa murtumakohdan sijainnista riippuen 3–8 viikon kipsihoidolla, mutta jos murtuma ei ole hyväasentoinen, tarvitaan usein leikkaushoitoa.

Kämmenluiden sekä sormen tyvi- ja keskijäsenten murtumissa murtumakohdassa on tyypillisesti kipua ja turvotusta sekä mahdollisesti vääntyminen poikkeavaan asentoon. Mikäli kyseessä ei ole avomurtuma ja luiden asento saadaan palautetuksi, hoitona on yleensä 3–4 viikon kipsihoito. Sormen kärkijäseneen suorasta iskusta syntynyt murtuma ei vaadi kipulääkityksen ja 1–2 viikon lastoituksen lisäksi hoitoa, mikäli jänneaurioita ei ole.

Milloin hoitoon

Epäiltäessä murtumaa on aina syytä käydä tarkistuttamassa yläraaja lääkäriä, joka päättää mahdollisesta röntgenkuvauksesta vamman laadun tarkemmaksi selvittämiseksi samoin kuin murtuman hoidosta. Myös lihas- ja jännevammat sekä selvät venähdykset, joissa nivel on vääntynyt normaalin liikelaajuutensa ulkopuolelle, on tarpeellista selvittää lääkäriä. Aivan vähäiset sorminivelten vääntymät, joissa nivel ei jää virheasentoon eikä anna periksi sivusuunnassa, voi hoitaa omatoimisestikin parin viikon lastoituksella.

Kaikki avomurtumat, eli murtumat, joissa luu on näkyvissä, edellyttävät välitöntä hoitoon hakeutumista.