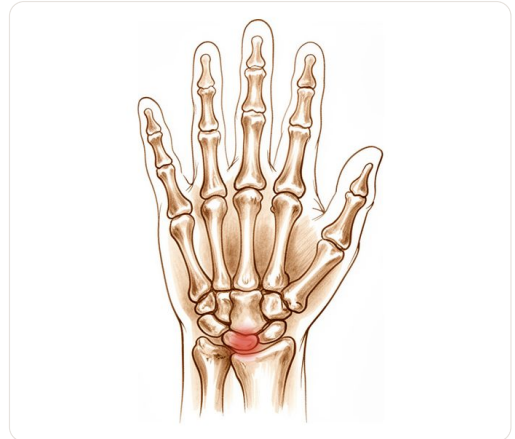


# Doença de Kienböck

Doença de Kienböck avançada (Estádio IIIB): o osso escafoide no centro do pulso perdeu o suprimento sanguíneo e colapsou, distorcendo a mecânica do pulso ao redor.

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



Esta página foi traduzida automaticamente e ainda não foi verificada por um médico. A **versão em inglês** é a versão oficial.

## O que você está sentindo

A doença de Kienböck é uma condição que afeta os pequenos ossos do seu punho. Não é muito comum. O problema geralmente piora com o tempo se não for tratado. Você pode notar inchaço ou rigidez no punho. A dor geralmente começa lentamente e aumenta gradualmente.

Você pode sentir sensibilidade ao pressionar a parte superior do punho. É aí que o osso escafoide (lunatum) se localiza. A dor pode dificultar tarefas simples. Você pode ter dificuldade para se impulsionar para cima ao sair de uma cadeira. Levantar objetos pode se tornar doloroso e causar fraqueza. Até mesmo girar uma maçaneta ou abrir um pote pode doer.

Seu punho pode parecer rígido pela manhã. Essa rigidez geralmente melhora à medida que você se move ao longo do dia. No entanto, a dor pode retornar após um período de uso das mãos. Atividades que sobrecarregam o punho, como fazer flexões ou carregar sacolas de compras, podem desencadear crises. Você também pode notar que sua força de preensão está mais fraca do que antes.

Em alguns casos, a dor pode ser aguda ou surda. Ela pode irradiar ao longo do antebraço. A dor noturna é possível, especialmente se você dormir de lado sobre esse braço. Isso pode perturbar seu descanso e deixá-lo cansado. Você pode ter dificuldade em alcançar as costas para fechar um sutiã ou alisar uma camisa. Esses movimentos esticam o punho e podem agravar o osso inflamado.

A gravidade dos seus sintomas depende de como os ossos estão formatados no seu punho. Essa forma afeta a quantidade de pressão exercida sobre o osso lunatum. A causa da doença provavelmente deve-se a vários fatores atuando em conjunto. Nem sempre está claro por que uma pessoa desenvolve a condição e outra não.

Se você ignorar os sintomas, a condição pode progredir para estágios mais avançados. Isso pode levar a alterações na forma dos ossos do punho. Seu cirurgião analisará radiografias para ver o quanto os ossos se

deslocaram. No entanto, as radiografias padrão nem sempre mostram o quadro completo do colapso ósseo. É por isso que seu cirurgião pode solicitar exames de imagem mais detalhados para obter uma visão clara do que está acontecendo no interior do seu punho.

## O que está realmente acontecendo

---

A doença de Kienböck é uma condição em que o suprimento sanguíneo para um pequeno osso do seu pulso, chamado lunato, é reduzido ou perdido. Sem sangue suficiente, esse osso começa a enfraquecer e pode, eventualmente, colapsar. Pense no lunato como um amortecedor central no seu pulso. Quando ele perde sua integridade estrutural, não consegue mais amortecer o impacto entre os ossos do seu antebraço e o restante da sua mão.

Esse colapso altera a forma como seu pulso se move. Normalmente, os ossos do seu pulso deslizam e rodam suavemente uns contra os outros. Quando o lunato está danificado, esse movimento torna-se irregular. Os ossos podem se deslocar de seu alinhamento normal, um problema conhecido como desalinhamento rotacional. Esse desalinhamento coloca estresse extra em outras partes da articulação do pulso, particularmente onde o osso rádio encontra o osso escafoide. Com o tempo, esse desgaste desigual pode levar à artrite nessas áreas específicas.

Seu cirurgião analisa essas mudanças para decidir o melhor caminho a seguir. Em pacientes mais jovens, o objetivo é frequentemente salvar o osso. Procedimentos como osteotomias radiais, onde o osso do antebraço é ajustado, podem melhorar os resultados e os achados radiográficos em adolescentes. Para outros, o encurtamento do capitato ou o enxerto ósseo vascularizado podem ser recomendados para restaurar o equilíbrio e o fluxo sanguíneo. Esses tratamentos visam manter o movimento do seu pulso o mais natural possível.

Em casos mais avançados, onde o osso colapsou significativamente, o foco muda para estabilizar a articulação. Cirurgias como a artrodese escafo-capitata, que funde dois ossos, podem proporcionar alívio da dor a longo prazo e melhorar a força de prensão. Embora esses procedimentos limitem algum movimento, eles criam uma plataforma estável que permite que você use sua mão de forma eficaz. Seu cirurgião escolherá a opção que melhor corresponde ao estágio da sua doença e às suas necessidades pessoais.

## O que podemos fazer a respeito

---

Iniciamos com o tratamento não cirúrgico para gerenciar seus sintomas e proteger seu pulso. Esta abordagem foca na redução do estresse sobre os ossos da sua mão. Seu cirurgião pode recomendar repouso ou atividades específicas a evitar. A fisioterapia ajuda a manter a mobilidade e a força no seu pulso e mão. Esses métodos visam mantê-lo confortável enquanto monitoramos a condição.

Pesquisas mostram que os tratamentos não cirúrgicos podem alcançar resultados bons e excelentes em pacientes mais jovens cujos ossos ainda estão em crescimento. Para muitos, este caminho conservador é suficiente para gerenciar a dor e a função. No entanto, a doença de Kienböck é geralmente uma condição progressiva. Isso

significa que pode piorar ao longo do tempo, potencialmente levando a alterações avançadas na articulação do pulso se não for controlada. Monitoramos esses sinais de perto durante seus exames regulares.

Se as medidas não cirúrgicas não proporcionarem alívio suficiente, discutimos opções de manejo médico. Medicamentos para dor e anti-inflamatórios ajudam a controlar o desconforto e o inchaço. Em alguns casos, podemos considerar injeções para reduzir a inflamação diretamente na articulação. Esses tratamentos oferecem alívio temporário e ajudam você a permanecer ativo. Eles não revertem as alterações ósseas subjacentes, mas podem melhorar sua qualidade de vida diária enquanto decidimos os próximos passos.

A cirurgia é considerada quando o tratamento conservador atinge seu limite ou se a doença progride apesar do tratamento. O objetivo da cirurgia é descarregar o osso afetado, restaurar o fluxo sanguíneo ou estabilizar a articulação. As opções incluem procedimentos para alterar a forma do osso rádio, enxertar novo osso com seu próprio suprimento sanguíneo ou fundir ossos específicos para aliviar a dor. A escolha depende do estágio da sua doença e das suas necessidades individuais.

Para pacientes adolescentes, as osteotomias radiais (alteração da forma do osso do antebraço) são eficazes para melhorar tanto os sintomas quanto os achados nos raios-X. Esses procedimentos podem proporcionar melhora por décadas em 75% dos pacientes. Em casos avançados onde o pulso colapsou, procedimentos de fusão, como a artrodese escafo-capitata, oferecem alívio significativo da dor e melhora funcional. Seu cirurgião explicará qual opção se adequa à sua situação específica.

Também utilizamos imagens, como raios-X e ressonância magnética, para acompanhar as alterações. Embora os raios-X simples às vezes possam não detectar sinais precoces de colapso, a imagem avançada nos ajuda a ver o estado real do seu osso lúneo. Isso garante que escolhamos o tratamento certo no momento certo. Seja você precisar de simples repouso ou de um procedimento cirúrgico, nosso objetivo é preservar a função do seu pulso e reduzir a dor.

## O que esperar

---

A doença de Kienböck é uma condição em que o suprimento sanguíneo para um pequeno osso do pulso é reduzido, causando seu enfraquecimento e colapso. Esse processo é geralmente progressivo, o que significa que tende a piorar ao longo do tempo em vez de se estabilizar espontaneamente. Sem tratamento, a condição pode evoluir para alterações do Estágio IV, que envolvem artrite por desgaste significativo na articulação do pulso. A trajetória exata da doença não é totalmente conhecida, mas frequentemente leva a dor persistente e rigidez se não for manejada.

Com o tratamento, seu prognóstico melhora significativamente. Muitas opções cirúrgicas são projetadas para interromper essa progressão e aliviar a dor. Por exemplo, a osteotomia de encurtamento radial – um procedimento que ajusta o comprimento do osso do antebraço – proporciona melhora por décadas em 75% dos pacientes com doença sintomática. Esse tratamento é particularmente eficaz para o alívio duradouro da dor em pacientes com variação ulnar negativa, um alinhamento específico dos ossos do pulso. Outros procedimentos, como a artrodese escafo-capitata (união de dois ossos) ou a capsectomia proximal (remoção de uma fileira de pequenos ossos do pulso), oferecem benefícios duradouros e a longo prazo. Essas cirurgias tipicamente aliviam a dor, preservam a mobilidade funcional e mantêm uma força de preensão satisfatória por muitos anos.

Mesmo com o tratamento, a doença nem sempre progride rapidamente. A progressão radiográfica da doença de Kienböck ao longo de 1 ano ou mais é leve, em média, independentemente do tratamento escolhido. Isso significa que, embora a condição subjacente possa persistir, as alterações visíveis nos raios X frequentemente se estabilizam. Você pode esperar que seu cirurgião adapte o plano ao seu estágio e sintomas específicos. Seja você um adolescente ou um adulto, o objetivo é controlar a dor e manter o pulso funcional. Embora os resultados sejam geralmente positivos, é importante ter expectativas realistas. A doença é multifatorial, e os resultados individuais variam, mas os tratamentos modernos oferecem caminhos confiáveis para o alívio da dor e a melhora da função da mão.

## Quando procurar ajuda

---

A doença de Kienböck é uma condição rara que afeta o punho. É geralmente considerada uma condição progressiva que pode levar a alterações articulares avançadas. O curso exato da doença não é totalmente conhecido. Deve consultar o seu médico de família se tiver dor persistente que não melhora com o repouso. Solicite uma avaliação por um especialista se notar fraqueza ou instabilidade no punho. Procure ajuda se a sua mão bloquear ou ceder. Contacte o seu cirurgião se os sintomas interferirem com o seu sono ou trabalho. O agravamento súbito da dor também é um motivo para procurar atendimento médico. Uma avaliação precoce ajuda a gerir eficazmente esta condição complexa.