

# Olkapään fysioterapeuttinen tutkiminen

**Opas fysioterapeuttiopiskelijoille**

©2023 Mauri Tenhola  
Laurea-ammattikorkeakoulu  
Fysioterapian koulutusohjelma

## ASIAKKAAN HAASTATTELU; ESITIEDOT (ANAMNEESI) & NYKYTILA

Olkapääasiakkaan fysioterapiaprosessi alkaa esitietojen ja nykytilan kartoituksesta alkuhaastattelulla.

Haastattelun aikana kartoitettaviin perusselvityksiin kuuluvat yläraajan dominanssin selvittäminen, ikä sekä työnkuva ja harrastukset.

Terveydellisestä statuksesta kartoitetaan mahdolliset perussairaudet sekä lääkitykset, sukurasitteet ja -sairaudet sekä viimeaikaiset muutokset terveydentilassa.

Anamneesissa tulee ottaa huomioon myös psykososiaalinen näkökulma, joka tarkoittaa, että fysioterapeutti huomioi ja kartoittaa asiakkaan elämää henkisesti kuormittavat seikat kuten isot muutokset elämäntilanteissa, muutokset työolosuhteissa sekä muut asiat, jotka asiakas kokee kuormittaviksi sillä hetkellä.

Haastattelun aikana tulee kartoittaa mahdolliset olkapään kivut ja ongelmat, jotka voivat viitata vakavampiin perussairauksiin (red flags).

Asiakkaan nykytilasta selvitetään primaariongelma, oirealue, oireen käytösprofiili ja luonne, oireen lyhyt historia (miten ja milloin oire on alkanut) sekä asiakkaan käyttöhistoria (mitä oireen lievittämiseksi on tehty tähän mennessä).

Olkapääkipuun liittyy yleisoireita kuten kuume tai painonlasku

Olkapääkipuun liittyy muiden elintoimintojen muutoksia kuten hengitysvaikeuksia

Olkapääkipu lisääntyy fyysisesti raskaassa kuormituksessa (sepelvaltimotauti)

Olkapääkipu on samanlaista kuormituksessa ja levossa (säteily sisäelimestä)

Olkapääkipu on alkanut äkillisesti ilman traumaa (kasvaimet)

Olkapääkipu on alkanut selvästi trauman seurauksena (murtumat)

Olkapääkipu on henkilöllä, jolla on aikaisempi syöpähistoria (erityisesti rintasyöpä)

Taulukko: Olkapään red flagit

## ASENNON HAVAINNOINTI

Olkapään tutkiminen aloitetaan ylävartalon asennon havainnoinnista, jossa otetaan huomioon olkanivelten asento, lapaluiden asento, kyynärpäiden sekä solisluiden asento. Myös rintarangan ja kaularangan asentoa tarkastellaan.

Asennon havainnoinnin yhteydessä huomioidaan myös mahdolliset lihassurkastumat olkapään seudun lihaksissa.

## PALPAATIO

Olkapään tutkiminen jatkuu hartiaseudun palpaatiolla, joka suoritetaan asiakkaan istuessa. Niskan, olkanivelten ja yläraajojen tulisi olla neutraalissa asennossa.

Hartiaseudusta palpoidaan asiakkaan itse osoittamat kipupisteet sekä ne rakenteet, jotka haastattelun perusteella voivat olla todennäköisiä kivun aiheuttajia.

Olkapääasiakkailta palpoidaan kiertäjäkalvosimen jänteiden kiinnityskohdat (iso- ja pieni olkakyhmy), haislihaksen pitkän pään jänne sekä AC- ja SC-nivelet.

## OLKANIVELLEN LIIKKUVUUKSIEN TUTKIMINEN

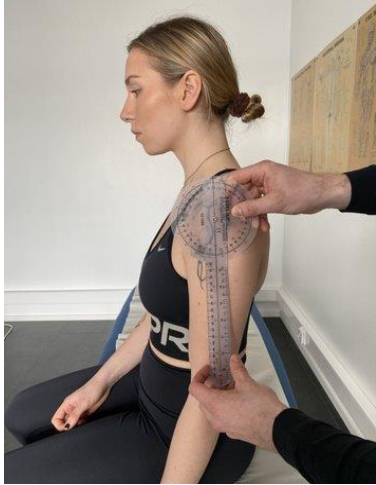
Tutkiminen jatkuu liikelaajuuksien tutkimisella olkanivelen kaikkiin liikesuuntiin. Liikelaajuudet mitataan aktiivisesti (akt.) ja passiivisesti (pass.) ja näitä verrataan keskenään. Liikelaajuuksia tulee aina verrata oireettomaan puoleen.

Passiivisia liikelaajuuksia tutkiessa, testataan myös nivelen loppujousto eri liikesuuntiin. Olkanivelen liikelaajuuksien tarkkaan mittaamiseen käytetään goniometriä.

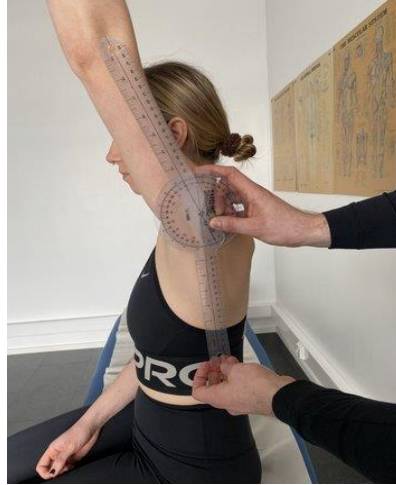
Olkanivelen liikesuunta	Normaali liikelaajuus
Fleksio sagittaalitasossa	0-180°
Ekstensio sagittaalitasossa	0-60°
Adduktio frontaalitasossa	0-75°
Adduktio horisontaalitasossa	0-130°
Abduktio frontaalitasossa	0-180°
Abduktio horisontaalitasossa	0-50°
Sisärotaatio	0-100°
Ulkoroataatio	0-90°

Taulukko: Olkanivelen aktiiviset liikelaajuudet eri liikesuuntiin

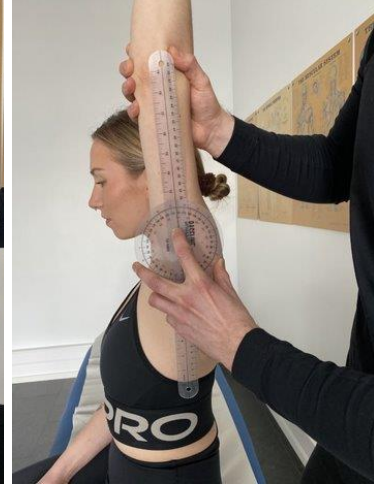
**Olkanelven fleksio- ja ekstensioliikkuvuuden mittaaminen istuen goniometrin avulla**



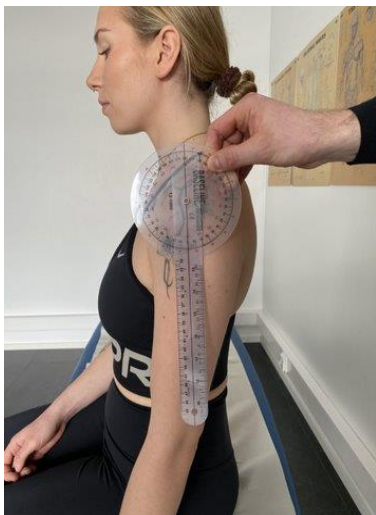
Aloitusasento



Akt. liikkuvuuden mitta



Pass. liikkuvuuden mitta



Aloitusasento



Akt. liikkuvuuden mitta



Pass. liikkuvuuden mitta

**Olkanelven abduktioliikkuvuuden mittaaminen istuen goniometrin avulla**



Aloitusasento



Akt. liikkuvuuden mitta

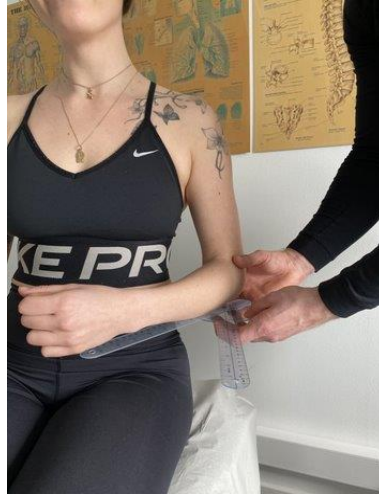


Pass. liikkuvuuden mitta

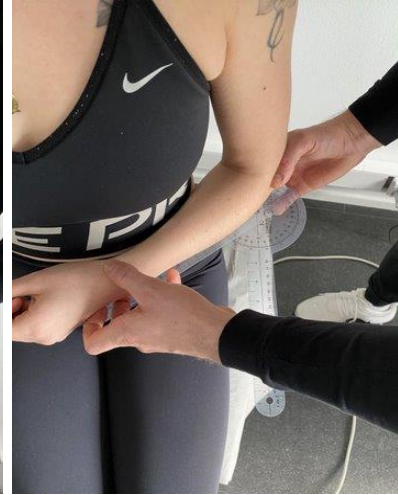
### Olkanelven sisäkiertoliikkuvuuden mittaus istuen goniometrin avulla



Aloitusasento

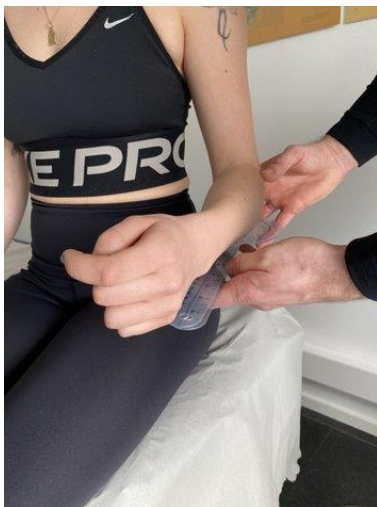


Akt. liikkuvuuden mittaus



Pass. liikkuvuuden mittaus

### Olkanelven ulkokiertoliikkuvuuden mittaus istuen goniometrin avulla



Aloitusasento



Akt. liikkuvuuden mittaus



Pass. liikkuvuuden mittaus

## OLKAPÄÄN LIHASVOIMIEN TUTKIMINEN

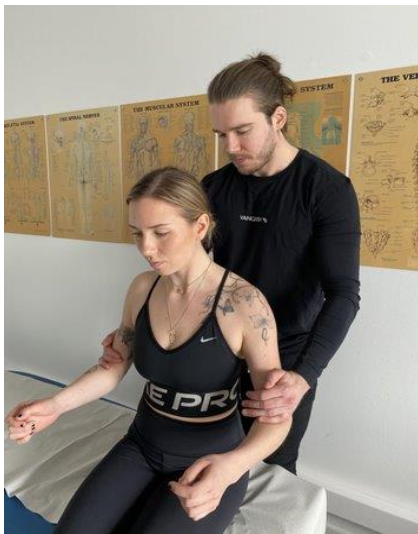
Seuraavaksi tutkitaan olkapään seudun lihasvoimia, joihin hyödynnetään vastustettuja isometrisiä lihasvoimatestejä. Testien tarkoituksena on provosoida asiakkaan oireita ja paikantaa mahdollisia kudonsvaurioita.

Testit tehdään olkanelven abduktio-, ulko- sekä sisärotaatioliikesuuntiin ja kyynärnive­len fleksioliikesuuntaan, jolloin arvioidaan kiertyjäkalvosimien lihasten sekä hauislihaksen voimantuottoa.

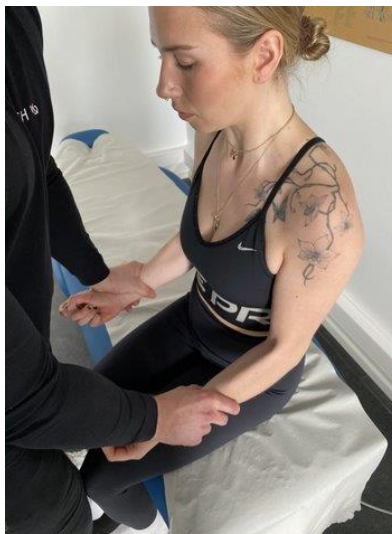
Vahva ja kivuton	Viittaa normaaliin vasteeseen
Vahva ja kivulias	Viittaa todennäköisesti lihaksen tai jänteen liitoskohdan tai lihaksen vammaan
Heikko ja kivuton	Viittaa hermoperäiseen vammaan tai lihaksen jänteen vaurioon
Heikko ja kivulias	Viittaa vakavaan vammaan, kuten luun murtumaan, vamman jälkeiseen instabiliteettiin tai johonkin näiden väliltä

Taulukko: Isometristen voimatestien tuloksien tulkinta

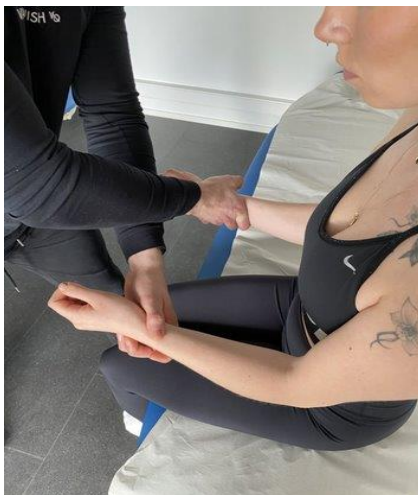
### Olkapään isometriset lihasvoimatestit



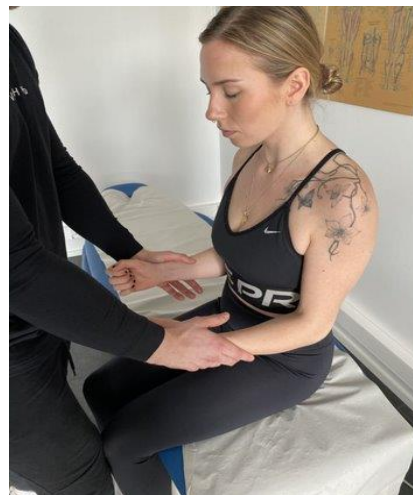
Olkanelven abduktio



Kyynärniveleen fleksio



Olkanelven sisärotaatio



Olkanelven ulkorotaatio

Olkapään tutkimista jatketaan olkapään ja lapaluun yhteistoiminnan tutkimisella sekä tarkentavilla testeillä, jotka ovat esitetty seuraavilla videoilla:

VIDEO: Lapaluun tutkiminen osana olkapään tutkimista:

[https://video.laurea.fi/media/0\\_n6c2uh2x](https://video.laurea.fi/media/0_n6c2uh2x)

VIDEO: Olkapään tutkiminen tarkentavilla testeillä:

[https://video.laurea.fi/media/0\\_wn57xn77](https://video.laurea.fi/media/0_wn57xn77)

## Lähteet;

Abrahamson, E & Langston, J. 2020. Lihastestaus - käytännön opas terapeuteille. Suomentanut Jarmo Ahonen & Veera Turkki. 1. suomenkielinen painos. Lahti: VK-kustannus.

Arokoski, J, Lepola, V, Rantala, T & Viikari-Juntura, E. 2015. Fysiatría. Olkapään sairaudet. E-kirja. Duodecim. [https://www.oppiportti.fi/op/fys00009/doi?p\\_haku=labrum#q=labrum](https://www.oppiportti.fi/op/fys00009/doi?p_haku=labrum#q=labrum)

Clarkson, H. 2021. Musculoskeletal assessment : joint range of motion, muscle testing and function : a research-based practical guide. 4. painos. Philadelphia: Wolters Kluwer.

Dakkak, A, Krill, M.K, Krill, M.L, Nwachukwu, B & McCormick, F. 2021. Evidence-based physical examination for the diagnosis of subscapularis tears: A Systematic review. Viitattu 4.6.2023.

<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1941738120936232>

Eshoj, H, Ingwersen, K, Larsen, C, Kjaer, B & Juul-Kristensen, B. 2018. Intertester reliability of clinical shoulder instability and laxity tests in subjects with and without self-reported shoulder problems. Viitattu 4.6.2023.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5855406/>

Gandbhir, V & Cunha, B. 2022. Goniometer. Viitattu 4.6.2023.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558985/>

Kauranen, K. 2019. Fysioterapeutin käsikirja. 1-3. painos. Helsinki: Sanoma Pro.

Lewis, J & Fernández-de-las-Péñas. 2022. The Shoulder Theory and Practice. United Kingdom: Handspring Publishing.

Luomajoki, H. 2022. Liikkeen- ja liikekontrollin häiriöt - testit ja harjoitteet selän, niskan, olka-pään sekä alaraajan toiminnallisiin ongelmiin. 2. Uudistettu painos. E-kirja. Lahti: VK-kustannus

Magee, D.J & Manske, R.C. 2021. Orthopedic physical assessment. 7. painos. St. Louis, Missouri: Elsevier.

Martetschläger, F, Kraus, N, Scheibel, M, Streich, J, Venjakob, A, & Maier, D. 2019. The Diagnosis and Treatment of Acute Dislocation of the Acromioclavicular Joint. Viitattu 4.6.2023.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6435864/>

Moya, D, Aydin, N, Yamamoto, N, Simone, J, Robles, P, Tytherleight-Strong, G, Gobbato, B, Kholinne, E & Jeon, I-H. 2021. Current concepts in anterior glenohumeral instability: diagnosis and treatment. Viitattu 4.6.2023.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8439181/>

Nicolao, F, Yazigi Junior, J, Matsunaga, F, Netto, N, Belloti, J & Tamaoki, M. 2022. Comparing shoulder maneuvers to magnetic resonance imaging and arthroscopic findings in patients with supraspinatus tears. Viitattu 4.6.2023.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8771410/>

Nordström, J. 2019. TULE- ammattilaisen taskuAtlas. 1. painos. Lahti: VK-kustannus.

Reese, N, & Bandy, W. 2017. Joint range of motion and muscle length testing. 3.painos. St. Louis, Missouri: Elsevier Saunders.

Schmidt, M, Enger, M, Pripp, A, Nordsletten, L, Moosmayer, S, Melhuus, K & Brox, J. 2021. Inter-rater reliability of physical examination tests in the acute phase of shoulder injuries. Viitattu 4.6.2023.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8427844/>

Sgroin, M, Loitsch, T, Reichel, H & Kappe, T, 2019. Diagnostic Value of Clinical Tests for Infraspinatus Tendon Tears. Viitattu 4.6.2023.

[https://www.arthroscopyjournal.org/article/S0749-8063\(18\)31177-0/fulltext](https://www.arthroscopyjournal.org/article/S0749-8063(18)31177-0/fulltext)



Tapio, J & Vilén, V. 2020. Fysioterapia 2.0 - Kuntoutuksen tiede ja taide. 1. painos. Lahti: VK-kustannus.

Thiagarajan, A, Nagaraj, R & Marathe, K. 2021. Correlation between clinical diagnosis, MRI, and arthroscopy in diagnosing shoulder pathology. Viitattu 4.6.2023.

[https://assets.cureus.com/uploads/original\\_article/pdf/77442/20220125-7025-16z4gix.pdf](https://assets.cureus.com/uploads/original_article/pdf/77442/20220125-7025-16z4gix.pdf)