

## Tapausselostus

### Oikean käden tenniskyynärpää oireili päivittäin ja häiritsi työntekoa

---

Asiakas, 56-vuotias röntgenhoitaja, tuli fysioterapiaan, koska hän oli kärsinyt tennis- ja golfkyynärpäävaivoista molemmissa kyynärpäissä maaliskuusta 2018 lähtien. Oikean käden kyynärpää oireili päivittäin ja häiritsi työntekoa. Kyynärpäistä otetuissa röntgenkuvissa havaittiin myös kalkkia. Hoitona oli ollut puolitoista viikkoa lepoa sekä lääkityksenä Panadol ja Voltaren.

1. Hoitokerta (12.6.) Annoin asiakkaalle hoitoa Cryonic-huippukylmähoitolaitteella sekä mediaaliseen että lateraaliseen epicondylitiittiin. Hoidon jälkeen laitoin kyynärpäähän kinesioteipit.
2. Hoitokerta (13.6.) Kyynärpää oli asiakkaan mukaan todella paljon parempi. Annoin hoitona NCS-huippukylmähoitoa ja hoidon jälkeen kyynärpää kinesioteipattiin.
3. Hoitokerta (19.6.) Asiakkaan mielestä hoito oli auttanut paljon. Asiakas oli edellisenä päivänä ollut ensimmäistä päivää töissä sairausloman jälkeen ilman kipua. Hoitoina jatkettiin NCS-huippukylmähoitoa ja kinesioteippausta. Hoidosta lähti tyytyväinen asiakas.
4. Hoitokerta (26.6.) Hoito oli asiakkaan mielestä tehonnut hyvin. Hoitona jatkettiin NCS-huippukylmähoitoa ja kinesioteippausta. Asiakkaalla oli edessään kaksi viikkoa töitä, kunnes alkoi neljän viikon kesäloma.



Lisähoidon tarvetta ei ole ilmennyt.

#### Yhteenveto

Huippukylmähoidon ja kinesioteippauksen yhdistelmä on erittäin tehokas hoitomuoto tenniskyynärpään hoitoon.