

En frossen skulder er en tilstand hvor der først kommer smerter i skulderen, efterfølgende bevægeindskrænkning og til sidst langsom genvinding af bevægeligheden. Forløbet kan vare 1-2 år.

Man kender ikke sikkert årsagen til en frossen skulder. Lidelsen opstår som regel uden, at man har slået skulderen eller på anden måde er kommet til skade. Den rammer hyppigst folk i alderen 40 – 60 år, lidt hyppigere kvinder end mænd, og den er hyppigere hos folk med sukkersyge. Ifølge forskellige opgørelser, kan lidelsen ramme op til 5% af befolkningen.

Smerterne skyldes en kraftig irritation i ledkapslen omkring skulderen. Den nedsatte bevægelighed skyldes at ledkapslen skrumper og bliver for stram og samtidig kommer der nogle sammenvoksninger i leddet. Hvis man undersøger ledkapslen i mikroskop kan man se der kommer forandringer i opbygningen af denne.

Når man skal stille diagnosen "frossen skulder", er det vigtigt at have udelukket andre lidelser. Lidelsen kan ikke ses på et røntgenbillede. Det er således især sygehistorien sammenholdt med at man ikke kan påvise andre lidelser, der fører til diagnosen.

Typisk forløber lidelsen over tre faser:

1) Det såkaldte "frysestadie" hvor der optræder smerter, som kan være ret kraftige og smerterne kan stråle ud i armen. Der kan være forværring af smerterne om natten. Det gør ondt at bevæge skulderen. Dette stadium kan vare 2-6 måneder

2) Det såkaldte "frossent stadium" hvor smerterne begynder at forsvinde. Er især præget af vedvarende bevægeindskrænkning. Dette stadium kan vare i ca. 6 måneder.

3) Dette er "optøningsstadiet" Hvor der langsomt kommer bedre bevægelighed. Bevægeligheden genvindes gradvist over 4-6 måneder. Hos nogle få vil der være vedvarende bevægeproblemer.

De angivne tidsintervaller er kun ca. intervaller og kan variere fra person til person.