



بروز ديسك الظهر:

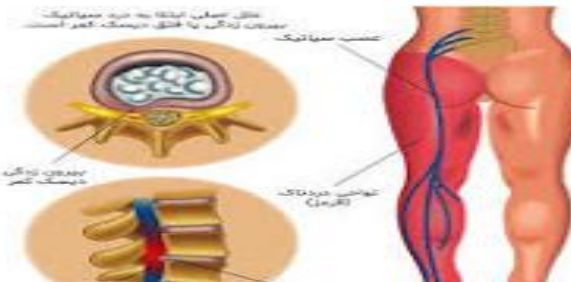
يمكن أن يُسبب الانزلاق الغضروفي ألماً شديداً في أحد الطرفين السفليين أو كليهما عند المشي أو الوقوف، وقد يقل الألم إلى حد ما عند الراحة. تُسمى وسائل أو صفائح الغضروف الموجودة في العمود الفقري أو بين الفقرات القطنية بالأقراص. هذه الأقراص مسؤولة عن امتصاص الصدمات وتقليل الضغط على الحبل الشوكي والأعصاب الطرفية. في الواقع، تمتص هذه الأقراص الضغط الواقع على العمود الفقري. كما تُساعد هذه الأقراص على تحسين الحركة بين الفقرات. وهكذا، اكتشفنا أن جميع البشر مصابون بانزلاق غضروفي قطني، والمقصود بمرض الانزلاق الغضروفي القطني هو في الواقع انزلاق غضروفي قطني أو انتفاخه.

أعراض الانزلاق الغضروفي القطني:

أهم أعراض الألم على طول مسار العصب السنخي. عرق النسا هو عرق نحس في الحقيقة، ولكنه واسع.

في الواقع، يشير هذا المصطلح إلى ألم يبدأ في الظهر ويمتد كشرط إلى الجزء الخلفي من الأرداف وخلف إحدى الساقين أو كليهما. ومن أسباب هذا الألم، والذي قد يؤدي في النهاية إلى الإصابة بالانزلاق الغضروفي القطني، اتباع نمط حياة غير صحي، والتقدم في السن من سن الأربعين فما فوق، بالإضافة إلى فقدان السوائل داخل القرص القطني. في هذه الحالة، يفقد القرص مرونته. وفي حالة النشاط البدني الشاق، أو في بعض الحالات، يبرز القرص تلقائياً، مما يؤدي إلى الألم. يرث بعض الأشخاص هذا المرض من والديهم.

إن الجلوس لفترات طويلة وغير مناسبة، والقيادة لفترات طويلة، وعدم ممارسة التمارين الرياضية المناسبة، وظروف بيئة العمل غير المناسبة وغير القياسية من بين الأمور التي تسبب إصابات العمود الفقري لدى البشر اليوم.



علاج الانزلاق الغضروفي القطني:

لعلاج الانزلاق الغضروفي القطني، يجب عليك الراحة التامة في الأيام القليلة الأولى، وسيوصي طبيبك بالحد الأدنى من الحركة.

لعلاج انزلاق غضروفي قطني، ينبغي استخدام العلاج الدوائي، وهو جزء مهم من العلاج. الأدوية الموصوفة لفتق غضروفي قطني بالغلة الأهمية، فبالإضافة إلى السيطرة على الألم، تُخفف الالتهاب الموضعي في منطقة القرص والعصب المجاور، مما يُخفف بدوره من ألم المريض. بعد العلاج الأولي والتحسين النسبي في الأعراض، تُستخدم أساليب مثل العلاج الطبيعي والعلاج المائي والتمارين الرياضية لإكمال العلاج ومنع عودة الألم. ملاحظة: تُعتبر الجراحة الملاذ الأخير لفتق غضروفي قطني، حيث إن احتمالية تحسن الحالة بدون جراحة عالية.

پارستان قائم

جراحة الظهر



الطبيب المؤكّد: د. رضا مسخيان

وحدة التثقيف الصحي، مستشفى قائم التخصصي
(AJ)

تاريخ المراجعة: فروردین ۱۴۰۴



سلامت شما، تخصص ماست



Ghaem Int Hospital

رشت، بلوار شهید افتخاری

۱۹-۱۱-۱۳۳۳۵۶۵۰

۱۰-۱۳۳۳۵۶۵۰

www.ghaem-hospital.ir

info@ghaem-hospital.ir



إلا إذا تمزق القرص تماماً وكان هناك احتمال كبير للشلل في الأطراف السفلية، ففي هذه الحالة يُجرى العلاج الجراحي كحالة طارئة. أما إذا لم يتمزق القرص، فيُنصح بالجراحة في ثلاث حالات:

- . الألم شديد جداً ولا يتحسن بالعلاجات الطبية والرياضية. ۲.
- الضغط على العصب يُسبب ضعفاً في الساقين ويُقلل من قوتهما.
- ۳. يُعاني المريض من سلس البول وعدم القدرة على التحكم في التبول والبراز.

□. الرعاية بعد جراحة الظهر:

- تناول أطعمة غنية بالخضراوات والفواكه الطازجة واللحوم قليلة الدسم ومنتجات الألبان وفيتامين ج، مثل عصائر الفاكهة، بالإضافة إلى الأطعمة الخفيفة والخفيفة. في حال زيادة وزنك، خففه بمساعدة أخصائي تغذية. لا يُنصح بالراحة الطويلة على الإطلاق. تجنب الحركات المفاجئة أو رفع الأشياء الثقيلة.
- يُنصح بممارسة تمارين مثل المشي والتمدد والسباحة. كما يُساعد ارتداء أحذية مناسبة، واستخدام مقعد المرحاض وحزام الأمان، والعلاج الطبي على تحسين الحالة الصحية.