

مشكلات الكتف.. إصابات متعددة يمكن علاجها





تحقيق: راندا جرجس

يقول الدكتور جيرالد زيمرمان استشاري جراحة العظام، إن كتف الإنسان تعد جزءاً مهماً في الجسم، حيث إن هذه المنطقة هي التي تربط الذراع مع الجذع، وتتكون من ثلاثة عظام هي اللوح والترقوة والجزء العلوي من عظام العضد، كما تعتبر هت المسؤولة على أعلى درجات الحرية اليومية للأشخاص، وبدونها لا يستطيع الشخص أن يفعل أي شيء، لذا ننادي دائماً في كافة برامج التوعية الصحية بضرورة توخي الحذر، والمحافظة عليها، وتجدر الإشارة إلى أن

إصابات مفصل الكتف تختلف في كل مرحلة من المراحل العمرية، وكلما كانت الإصابة في الطفولة، تسهل معالجتها، أما إذا كانت في الربع الثاني من العمر ففي الأغلب تحتاج إلى تدخل جراحي، والآفات الشائعة عند الصغار والكبار كالآتي:

- المراهقون والأطفال في الأغلب يمكن معالجتهم دون تدخل طبي حيث إن العظام في هذه المرحلة تكون أسرع في النمو، أما عندما تكون الإصابة عند البالغين، فإنها تحتاج إلى التدخل الجراحي، كي يستطيع الشخص تكمله حياته.
- هناك العديد من الاضطرابات التي تحدث لبعض الأشخاص، مثل التعرض إلى تمزق في الأوتار، أو ما يسمى بالكفة المدورة، التي تعتمد على الأنسجة التالفة المزمنة، وأيضاً متلازمة الاصطدام الزمني، وفي الغالب تحتاج إلى تدخل جراحي يسمى ثقب المفتاح.
- متلازمة الاصطدام الزمني، وهي عبارة عن اصطدام بين أوتار العضلات المسؤولة عن دوران الكتف، عند مرورها داخل فراغ ضيق بالمفصل، ومع تكرار الاصطدام تلتهب الأوتار، لذا يجب عدم تجاهل الألم ومراجعة المختصين، ولا يجب تناول أي أنواع من المسكنات.

خلع الكتف

يشير الدكتور ويليام أندرو هودج، استشاري جراحة العظام والمفاصل: إلى أن مفصل الكتف هو أكثر مفاصل الجسم مرونة، ويتميز بمدى واسع من الحركة أكبر من أي مفصل آخر، ويرجع ذلك لتكوينه حيث يشبه عظمة كروية الشكل داخل تجويف عظمة العضد، ويحدث خلع بالكتف عندما تنفصل عظمة العضد عن عظمة لوح الكتف، وعادة ما تنخلع الكتف عند تعرضها لصدمة قوية كالوقوع على الكتف أو الذراع، أو الدوران الشديد للكتف، أو الضربات القاسية أثناء ممارسة بعض الرياضات الاحتكاكية، أو التعرض لحادث سيارة، ومن أهم الأعراض والعلامات التي ترافق هذه الإصابة شعور المريض بعدم القدرة على تحريك كتفه مع ألم شديد وخدر بالذراع، والشعور بالضعف، وبشكل واضح تبدو الكتف خارج مكانها بالكتف وشكلها غير طبيعي، وذلك بسبب حدوث تورم وانتفاخات في مكان الكتف المصابة، كما تجدر الإشارة إلى أن خلع الكتف يحدث في ثلاثة اتجاهات أمامي أو خلفي أو سفلي، وهي المناطق التي سيكون بها انتفاخ أو تورم وفقاً لاتجاه خلع الكتف، ويتم تشخيص هذه الحالة من خلال الفحص السريري، والتصوير بالأشعة السينية في مركز الطوارئ في المرافق الطبية.

إصابات الصغار

يذكر د. وليام أن إصابة خلع الكتف تختلف بين الصغار والبالغين، حيث إن هناك بعض الأطفال الذين يكون لديهم انحناء خلقي منذ الولادة، يسبب خلع الكتف نتيجة لارتخاء الأربطة ما يؤدي إلى عدم استقرار الكتف، كما يمكن أن تكون هناك إصابات أخرى تتسبب بخلع الكتف للطفل مثل السقوط من مكان مرتفع، شده من ذراعه بشكل خاطئ أثناء ارتدائه الملابس أو اللعب، أو انزلاقه أثناء حمله من طرف أحد الأبوين، وأحياناً يكون التشخيص صعباً لدى الأطفال حيث يكون لديهم غضروف على رأس عظمة العضد والذي يصعب تصويره بالأشعة السينية البسيطة، ما يتطلب إجراء أشعة الرنين المغناطيسي لفحص أكثر دقة.

مضاعفات وعلاجات

يفيد د. وليام أن المخاطر والمضاعفات التي تنجم عن خلع الكتف، تعتمد على قوة الإصابة، حيث يمكن أن يسبب الخلع إصابة في العظام مع كسور، تلفاً في الأعصاب مع خدر أو شلل، تلف الأوعية الدموية في منطقة الكتف أو حولها مع جلطات الدم وفقدان الدورة الدموية، أو تمزق العضلات والأربطة والأوتار في منطقة الكتف، وتتطلب كل هذه الإصابات التدخل الجراحي.

يستكمل: إن أولى الخطوات العلاجية هي إعادة الكتف المخلوع بأسرع وقت ممكن بواسطة طبيب متخصص، وعادة ما يتم ذلك في غرفة الفحص مع إعطاء المريض القليل من التخدير وأدوية تساعد على ارتخاء العضلات، وغالباً ما يصاحب خلع الكتف حدوث تمدد أو تمزق بعض الأربطة أو الأنسجة التي تثبت المفصل، وفي حالة حدوث تمزقات كبيرة، يتطلب خضوع المريض للجراحة لإصلاح هذه الأنسجة وعلاج عدم استقرار الكتف بعد الخلع، وأيضاً لمنع تكرار خلع الكتف في المستقبل، أما بعد الجراحة، فيقوم الطبيب بوضع جبيرة مخصصة للكتف تمنع المفصل من الحركة لبضعة أسابيع حسب شدة الضرر، وفي هذه الحالة تساعد التمارين أو إعادة التأهيل مع مختص العلاج الطبيعي على التعافي من خلع الكتف وتحقيق استخدام أفضل للكتف عن طريق تحسين نطاق حركة الكتف بشكل أسرع، حيث يمكن البدء ببعض التمارين الرياضية في المنزل لتقوية الكتف بتعليمات الطبيب أو المعالج وذلك بعد أن يقوم بإزالة جبيرة الكتف.

تمزق الكتف

يوضح الدكتور باتريك ميلتون مختص العلاج الطبيعي، أن تمزق وتر الكتف أو تمزق الكفة المدورة هو إصابة شائعة، خاصة في رياضات المضرب، والتمارين الرأسية، أو بين العاملين في وظائف كالطلاء وتنظيف النوافذ، وعادة ما تحدث عند تكرار نفس حركة الذراع مراراً وتكراراً، ويمكن أن تحدث بشكل فجائي جراء حادث وقوع على ذراعك أو رفع شيء ثقيل، كما يمكن أن تشمل العوامل المؤدية لإصابة الكفة المدورة كلاً من التصلب حول الكتف والرقبة وعدم قوة العضلات بما فيه الكفاية لممارسة الأنشطة التي تقوم بها، وتعرف الكفة المدورة بأنها عبارة عن أربع عضلات وأوتار تعمل معاً لاستقرار مفصل الكتف، وتتيح رفع وتدوير الذراعين، وهناك نوعان من تمزقات الكفة المدورة، الجزئية التي تحدث عندما يتلف أحد أوتار الكتف، والكاملة التي تشمل سحب الوتر من العظم.

أعراض وعلامات

يبين د. باتريك بأن هناك بعض الأعراض وهي الأكثر شيوعاً في حالات تمزق الكتف، مثل الشعور بمشكلة في رفع الذراع، الألم عند تحريك الذراع بطرق معينة أو الاستلقاء عليها، ضعف في الكتف، عدم القدرة على رفع أشياء كان الشخص قادراً على حملها سابقاً، سماع صوت غريب عند تحريك الذراع، تكون الكتف مرتفعة عن عاداتها، وتغيير في محيط الكتف، ولذلك ننصح بضرورة طلب المشورة الطبية، عند المعاناة من أي من الحالات السابقة، حيث يمكن أن تتطور إلى مشاكل أكثر خطورة مع مرور الوقت، بما في ذلك الكتف المتجمد أو التهاب المفاصل المبكر والتي من الصعب علاجها وإدارتها.

طرق تشخيصية

يشير د. باتريك إلى أن هناك بعض الطرق التشخيصية لتحديد إذا كان هناك إصابة بتمزق الكفة المدورة من عدمه، عن

طريق تحليل تاريخ الإصابة وإجراء الفحص البدني لمعرفة الحركات التي تؤلم الكتف، بالإضافة إلى استخدام أحد الاختبارات التالية لتأكيد التشخيص واستبعاد الأمراض الأخرى، مثل:-

- التصوير بالرنين المغناطيسي عبر موجات الراديو والمغناطيس القوي لتقديم صور مفصلة للكتف.
- عمل الأشعة السينية لمعرفة ما إذا كان الجزء العلوي من عظم الذراع (رأس العضد) يضغط على الكفة المدورة.
- التصوير بالموجات فوق الصوتية لرؤية الأنسجة الرخوة (الأوتار والعضلات) في الكتف.

عادات خاطئة

يؤكد د. باتريك أن هناك نسبة كبيرة من هذه الإصابات تحدث لدى البالغين بسبب مستوى الأنشطة التي يؤديها كالتمارين الرياضية والعمل البدني وأسلوب الحياة، كما يمكن أن ترتبط بالحوادث الرياضية أو الفجائية، لذا من المهم للغاية الاستعانة بالتدريب والإشراف المناسبين للأنشطة التي تريد القيام بها، وتجنب العادات الخاطئة التي يمكن أن نفعها دون أن ندري مدى خطورتها، مثل: تناول مسكنات الألم عند الإحساس بألم مفصل الكتف، فربما تؤدي الحقن المتكررة للكورتيزون إلى الإضرار بأوتار العضلات والعظام القوية، ويكون من الضروري استبدالها خارج الكتف، كما نوصي في حالة الإحساس بألم مزمن، بالتواصل مع المتخصصين حتى تستطيع أن تكون في الجانب الأيمن وعدم الإضرار بكتفك أكثر من اللازم.

جراحة ثقب المفتاح

تعرف تقنية العمليات الجراحية التنظيرية في علاج المفاصل باسم «ثقب المفتاح» أو الجراحة محدودة التدخل، وهي من الجراحات المفتوحة الشائعة التي تستخدم في إصابات الكف المدورة، مشكلات الكتف، تكلس الوتر، وكذلك في بعض حالات توسيع الرباط الأخرمي، وتلف الغضروف، كما تستخدم أيضاً جراحة ثقب المفتاح في علاج إصابات المرفق، يعتبر من المفاصل المعقدة التي تتكوّن من ثلاثة عظام (العضد والكعبرة والزند) متصلة ببعضها بعضاً، حيث يقوم الجراح بفتح شقوق صغيرة لاستكشاف نوع الإصابة التي تعرّض لها الشخص، وتحديد العلاج المناسب لها.