

## متلازمة الصدغ الفكي مرض شائع لا يفهمه العلماء

# الخليج

منذ أكثر من عام، والمدرسة البريطانية، بات كوين من جلاسكو تعاني من وجع مزمن ينبض في أذنها وحنجرتها، ونتيجة لذلك كانت تغيب في اجازات مرضية تمتد عدة اسابيع احيانا من شدة الألم

وتتذكر بات (65 عاما) ما عانت منه قائلة كنت اشعر كأن شخصا ما يشد رباطا مطاطيا حول رقبتي، ورغم اني تناولت كميات هائلة من مسكنات الألم الا انها لم تفعل الا القليل

فبعد ثلاثة اشهر من مراجعة الاطباء - الذين لم ينجحوا في تشخيص سبب الألم قابلت بات طبيب أسنان أعادها إلى الطبيب العام والذي حولها من طرفه إلى اخصائي أمراض أذن وأنف وحنجرة

وتقول قال لي الاستشاري ان حنجرتي تبدو ملتهبة، لكنه لا يستطيع تحديد سبب لذلك

وانتهى الامر بطلب اجازة مدتها سبعة اشهر، ومع نهاية عام من هذه المعاناة قابلت طبيب أسنان آخر شخص على

TMD. الفور ما كانت تعاني منه: متلازمة ألم المفصل الصدغي الفكي والتي يختصرها اطباء الاسنان باسم

وومع ان القليل قد سمعوا عن هذه المتلازمة، الا انها حالة شائعة

ويقول الخبراء ان 70% من البشر يعانون من هذه المشكلة في مرحلة ما، وهي تصيب النساء بنسبة اربعة اضعاف الرجال، وغالبا ما تحدث في عمر يتراوح بين 20 50 عاماً

وعموماً، لا يتم تشخيص العديد ممن يصابون بهذه المتلازمة، فالاعراض التي تظهر عليهم تصنف تحت الصداع، أو التهابات الأذن، أو مشاكل في الاسنان أو حتى مشاكل في الظهر

ونتيجة ذلك يمكث هؤلاء أسابيع، وشهوراً أحياناً، أو مدداً اطول من ذلك وهم يصارعون الألم حتى يجدوا من يشخص حالتهم بشكل صحيح، ويصبح علاج حالات عديدة منهم امراً هيناً وسهلاً بعد ذلك

والمفصل الصدغي الفكي هو قرص غضروفي يصل الجمجمة بالفك السفلي أمام الأذن مباشرة على جانب الوجه. وهذا المفصل ليس ملتصقا بالجمجمة بشكل مباشر، لكنه موجود في مكانه بواسطة عضلة. ووظيفة هذا القرص الغضروفي هو امتصاص الصدمات

Temporomandibular Joint Pain Dysfunction: اختصاراً لاسمها بالانجليزية TMD اما مصطلح متلازمة فهو يستخدم ليشمل عدة مشكلات تتعلق بالمفصل أو القرص الغضروفي او الانسجة المحيطة. ويمكن Syndrome ان تسببها عدة عوامل. فمضغ اللبان بصورة مستمرة، والاصطكاك أو إطباق الاسنان، تسبب حدوث التهابات. وتقول البروفيسورة تارا رينتون، اخصائية الألم في معهد طب الاسنان بكلية لندن هذه هي اهم الاسباب الاكثر شيوعاً

وتوضح بعض الناس تصطك اسنانهم ويطحنونها في الليل ولا يعون ذلك الا عندما يبدأ شعورهم بالألم أو يحدث تشنج الفكين في الصباح

واضافت ان الضغط والاجهاد يجعل الناس اكثر عرضة للاصابة بذلك، فنرى ان حالات ألم المفصل الفكي الصدغي تزيد في اوقات الامتحانات، أو عندما يعاني الناس من الضغط في مكان العمل

كما ان الاصابة بجرح بسيط، أو معالجة سنية مثل تركيب تاج أو عدة حشوات تبعد الفك قليلا عن مكانه، يمكن ان TMD تسبب متلازمة

وبالمقابل، فان سوء تموضع الفك يمكن ان يسبب ازاحة للمفاصل الاخرى، وهو ما يسبب ألماً في الرقبة والظهر

ويقول طبيب الاسنان مالكولم ليفنكند بعض الآم متلازمة الصدغ الفكي يمكن ان يسببها الوقوف الخاطئ والذي يؤثر بشكل غير ملحوظ في وضعية مفصل الفك

اما الدكتور روي هيجسون رئيس الجمعية البريطانية لدراسات اطباق الاسنان فيرى ان سوء الاطباق أي عندما لا ينطبق الصف الاعلى من الاسنان على الصف الاسفل منها بصورة طبيعية يمكن ان يسبب ألم المفصل الصدغي الفكي. والإطباق يعني إطباق سطح العظمتين في الجزء الخلفي من الاسنان، إلا ان بعض الاطباء لا يتفقون مع ذلك

ولكن مهما كان السبب، فإن النتيجة النهائية هي نفسها: ألم موجع جداً

وما يجعل التشخيص صعباً هو أن الألم غالباً ما يكون متصلاً ببعضه، فالعديد من الناس يعانون من الصداع، وألم الأذن، وألم الرقبة، وألم يمتد من ثنايا الكتف إلى أسفل الظهر

كما يمكن لمتلازمة الألم الصدغي الفكي أن تسبب ألماً في العينين نظراً لأن العضلة القريبة من الفك متصلة بعصب يقع خلف العين

كما يقول البروفيسور رينتون TMD ولذلك، غالباً ما يساء تشخيص

ويضيف يذهب الناس إلى الطبيب يشكون من ألم في الأذن أو من صداع، ولا يرى الطبيب شيئاً غير عادي، لذلك يتخلص من المريض أو ينصحه بمراجعة طبيب أسنان، وفي النهاية، قد يتم تحويله إلى اختصاصي أذن وأنف وحنجرة، فيكتشف على الفور أن مشكلة المريض سببها الفك. غير أن المريض ربما يمر على عشرة أو 15 اختصاصياً من دون أن يجد هذا الذي يستطيع اكتشاف المشكلة سريعاً ويخلصه من آلامه

ويقول الدكتور هيجسون أن أطباء الأسنان هم أول من يراجعهم المريض، لكن الكثير منهم قد لا يستطيعون التعرف إلى الحالة

ومدى شيوعها بين الناس، إلا أن بعض أطباء الأسنان لم TMD ووضع قائلًا رغم الألم الذي يمكن أن تسببه متلازمة. يتلقوا التدريب الكافي لتشخيص هذا المرض وعلاجه

ويضيف أن التشخيص الصحيح هو أمر حيوي لكنه صعب أيضاً، فالمرضى يمكن أن يسمعون أن مصدر آلامهم يأتي من عدة أسباب، حتى الأسباب النفسية، وبعضهم ممن يشكون من ألم في الأسنان، قد تخلع أسنانهم من دون داع لذلك طالما أن طبيب الأسنان لا يعرف أن مصدر الألم موجود في عضلة الفك. وتقول هيثر والاس رئيسة مؤسسة الاهتمام خاصة من أولئك الذين عالجوا أسنانهم أو خلعوا بعضها TMD بالألم الخيرية تتلقى الكثير من الاتصالات عن متلازمة لتخفيف الألم في فكهم، لكن بدلاً من أن يشعروا بالتحسن، ازدادت حالتهم سوءاً

وتضيف تلقينا اتصالاً من امرأة قامت على فترات بنصيحة من طبيب أسنانها بإزالة كل أسنانها رغم أنها كانت سليمة كلها في محاولة لوقف ألم فكها الذي كانت تعاني منه الأمرين.. وبعد كل ذلك.. أصبحت أكثر ألماً

أما الجيد في الأمر فهو أنه ما إن يتم التشخيص الصحيح حتى تعالج الحالة. ويوضح البروفيسور رينتون قائلًا إن نحو 90% من الحالات يمكن علاجها بخطوات بسيطة، مثل التوقف عن مضغ اللبان أو استخدام واقيات لعضات الأسنان لمنع اصطكاكها وتطاحنها أو قوة اطباقها على بعضها، وبالتالي إراحة عضلات المنطقة

ويضيف بعض الناس يتناولون أيضاً مسكنات مضادة للالتهابات أو أدوية متوسطة ضد الكآبة والتي تساعد على ارتخاء العضلات

ويقول الدكتور هيجسون ان المهم اختيار واقية العض المناسبة، مشيراً إلى ان الواقيات الناعمة، مثل التي تشتري من الرف، تصبح طرية بالماء، وعندما يتم ادخالها تحتاج إلى تكييف مع شكل الفم، ومثل هذه الواقيات لا تنفع مقارنة بالجسور الصلبة التي يصممها طبيب الاسنان حسب مقاسات الاسنان

.وقد عانت احدى النساء من هذا المرض، ووجدت في تقنية بوين التي تعتمد على التدليك والمساج علاجاً مناسباً

وكانت المرأة وتدعى جين كرولي (44 عاما) وهي ربة منزل قد افاقت ذات صباح وهي غير قادرة على فتح فمها قد دون الشعور بألم شديد

.وتقول على مقياس واحد من عشرة، كانت درجة الألم ثماني درجات، ولذلك تعطل كل شيء عندي بسبب الألم الشديد

فقط، ثم اراني باب الخروج من عيادته TMD وتضيف كل ما اعطاني اياه طبيب الاسنان هو نشرة عن ألم

وللتغلب على بأسها، ذهبت جين في فبراير/شباط الماضي إلى طبيب ممارس يعالج داء بوين، واثناء ذلك كان الألم قد وصل إلى رقبته وكتفها

وجدوا في TMD وتقول جربت جسور الاسنان في الليل، لكنها لم تنفع، ثم قرأت في الانترنت ان المصابين بمتلازمة تقنية بوين ما خفف أوجاعهم، لذلك فكرت في تطبيقها

وتكمل ذكرول ان هذا العلاج يساعد على اعادة ترتيب العضلات، ويعيدها إلى موضعها الصحيح عن طريق مساج دائرية ناعمة تمرر على الخد. ومن اول جلسة استطعت ان افتح فمي واسعا لتناول قطعة من الكيك. وتضيف لم اصدق ذلك، فقد كنت اتلقى العلاج كل ليلة من ثلاثة اشهر قبل ذلك، ويومها شعرت بأني افضل تماماً. ويقوم بعض اطباء الاسنان حالياً بالعمل مع اخصائيين في العضلات وتجبير المفاصل ومقومي العظام لعلاج طبيعي. ويقول الدكتور لفكيند كطبيب اسنان يمكنني اعطاء المريض جسراً لمساعدة فكه، لكن بالعمل مع مقوم العظام الذي يستطيع تحسين وقفة المريض يمكننا حل مشكلة ألم الظهر أيضاً

ويرى فريدي لوثر، المحاضر الرئيسي واستشاري تقويم العظام الزائر في جامعة ليدز البريطانية ان العلماء لا يفهمون تماماً TMD متلازمة

ويقول هناك كثير من التبسيط حول هذه المتلازمة، لكننا لا نعرف لماذا يطبق بعض الناس بقوة على اسنانهم فتحدث لديهم هذه المتلازمة، بينما لا يحدث ذلك مع غيرهم. واذاف اننا لا نفهم حقا لماذا تصاب النساء بهذه المتلازمة اكثر من الرجال، لكنه رجح ان يكون للهرمونات دور في ذلك، فبينما يصاب البعض بالصداع، فإن البعض الآخر يصاب بمتلازمة TMD.

وبالنسبة لمشكلة المدرسة بات كوين فقد حلت اخيراً بحبوب ترخي العضلات وجسر مطابق للاسنان لوقف عملية اصطكاك اسنانها

وقالت صرت أفضل حالاً خلال اسبوع وانا جيدة منذ ذلك الوقت.. كان الشعور بالارتياح فوق ما كنت أتصور. قد تحدث الآم الاذن أو الظهر أو الصداع بسبب متلازمة الصدغ الفكي وهو المفصل الذي يوصل الجمجمة بالفك السفلي على جانب الوجه

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.