

متلازمة النفق الرسغي



ما هي متلازمة النفق الرسغي؟

للمعصم نفق يمر من خلاله أوتار والعصب المتوسط. عندما يتراكم الضغط في هذا النفق ، يتم ضغط العصب ولا يمكنه العمل بشكل صحيح.

ما الذي يسبب متلازمة النفق الرسغي؟

السبب الدقيق لمتلازمة النفق الرسغي غير معروف. هناك بعض الحالات المرتبطة به مثل احتباس السوائل أثناء الحمل والتهاب المفاصل والسكري والصدمات البسيطة المتكررة.

ما هي أعراض متلازمة النفق الرسغي؟

عادة ما يكون هناك بعض الألم أو التميل أو الإحساس بالوخز في اليد. في بعض الأحيان يستيقظ المريض في الليل للحصول على بعض الراحة من اهتزاز اليدين. في الحالات الأكثر شدة ، قد يواجه المريض ضعف قبضة الإبهام ، ويمكن أن يؤثر ذلك على أنشطة الحياة اليومية مثل إغلاق أزرار القمصان أو فتح العلب. يعتبر التاريخ المرضي الدقيق للحالة والفحص كافيين في المعتاد لتشخيص متلازمة النفق الرسغي. قد يُطلب إجراء اختبار عصبي يسمى NCS (دراسة حالة الأعصاب) لتأكيد التشخيص.

كيف يتم علاج متلازمة النفق الرسغي؟

العلاج التحفظي:

الراحة من الاستخدام المكثف لليد مع جبيرة معصم وتقديم المشورة بشأن تعديل النشاط من قبل المعالج المهني. ومع ذلك ، فإن نتائج هذا العلاج لا يمكن التنبؤ بها وقد لا تكون فعالة للجميع. للشعور بالشفاء الكبير مع هذا العلاج ، قد يستغرق الأمر ما يصل إلى 3 أشهر وتختلف النتائج باختلاف العديد من العوامل بما في ذلك مرحلة ضغط العصب.

حقن الستيرويد:

هي طريقة موثوقة لتقليل الألم. تتكون حقنة الستيرويد من خليط من مخدر موضعي ومضاد للالتهابات. إنه إجراء بسيط يمكن إجراؤه في العيادة وإدارته بطريقة معقدة. فعالية الحقن تصل إلى 80%.



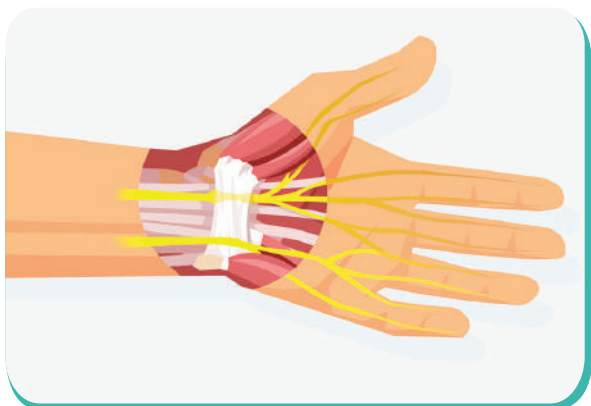
مخاطر الحقن :

- عدوى
- نزيف
- توهج الستيرويد (30%)
- نقص التصبغ (تبييض البشرة)
- ضمور الدهون
- إصابة الأعصاب والأوعية
- تكرار ضغط العصب (30%-40%)
- إصابة العصب
- ارتفاع عابر في سكر الدم لمرضى السكري
- انخفاض محتمل في إنتاج الحليب لدى النساء المرضعات

ماذا تتوقع؟

ستكون يدك مخدرة لمدة 3 ساعات بعد الحقن. تظهر آثار الحقن عادة ما بين 2-3 أسابيع بعد الحقن. يمكن وصف مسكنات الألم لتخفيف الألم والتورم.

إذا كنت مصابًا بداء السكري يجب أن تراقب نسبة السكر في الدم وإذا كنت تعاني من ارتفاع ضغط الدم ، فيرجى فحص ضغط الدم لديك من حين لآخر في الأيام الثلاثة الأولى بعد الحقن.



الجراحة:

يقدم حلًا علاجيًا للمشكلة. يشار إليه عندما تستمر الأعراض على الرغم من العلاج غير الجراحي أو عندما يحدث تكرار ضغط العصب بعد حقن الستيرويد.

التحرير الجراحي للنفق الرسغي هو إجراء جراحي يومي يتم إجراؤه تحت تأثير التخدير الموضعي. تستغرق العملية نفسها حوالي 30 دقيقة.

المخاطر المحتملة:

- رد فعل تحسسي للتخدير الموضعي
- عدوى
- إصابة العصب
- تكوين الندبات
- تحرير غير مكتمل
- ضعف
- ألم مزمن

التعافي بعد الجراحة:

سيتم تضميد الجرح لمدة أسبوعين تقريبًا قبل إزالة الغرز. بعد الجراحة ستكون قادرًا على تحريك إصبعك دون قيود، كما يمكن القيادة أيضًا.

النتائج المتوقعة:

- عودة قوة القرص بعد 6 أسابيع
- من المتوقع أن تعود قوة القبضة إلى مستويات ما قبل الجراحة بنسبة 100% بعد 12 أسبوع من انتهاء العملية
- معدل استمرار الأعراض لأكثر من عام 2% في المتوسط و 20% في متلازمة النفق الرسغي الشديدة
- إذا كان هناك هزال في العضلات ، فعلى الأرجح لن يتحسن ذلك ما بعد الجراحة