



تآكل الغضروف المفصلي Arthrose

- هو من أكثر أمراض المفاصل انتشارا خاصة عند كبار السن.
- يصيب أساسا مفاصل الطرف السفلي للجسم (مفصل الركبة و أعلى الفخذ).
- و أيضا العمود الفقري و المفاصل الصغرى للأصابع.

ماهي الأعراض ؟

- أوجاع مزمنة ومتواصلة في المفصل المصاب خاصة عند الحركة.
- هذه الأوجاع تتقوى تدريجياً مع إنتفاخ في بعض الأحيان وآلام حادة.
- صعوبة تدريجية في تحريك المفصل و القيام بالعمل المعتاد المرتبط به.
- اعوجاج تدريجي في شكل المفصل.
- في وقت متقدّم يصبح المفصل غير لئ و لا نستطيع تحريكه بسهولة مما يؤدي إلى حد للمؤهلات الوظيفية.

كيفية العلاج ؟

- مضادات الأوجاع و الالتهابات.
- أدوية لتمسيد المفصل.
- العلاج الطبيعي الفيزيائي لتخفيف الأوجاع و تليين المفصل و تقوية العضلات.
- احترام قواعد الصحة الأساسية كالغذاء المتوازن لتخفيف الوزن و ممارسة الرياضة بانتظام حسب القدرة و تدريجيا.
- اقتناء أحذية مناسبة و محفزة للنشاط البدني.
- علاجات داخل المفصل لتخفيف الالتهابات و تحسين حالة السائل المفصلي.
- و في حالات متقدمة حلول جراحية نقترحها حسب الحالة.

ماهي الأسباب ؟

- 1 - القابلية الجينية.
- 2 - زيادة الوزن والسمنة.
- 3 - إصابة بمرض سابق للمفصل.
- 4 - حدوث كسور أو كدمات سابقة بالمفصل.
- 5 - اعوجاج خلقي للمفصل.
- 6 - عدم توازن الأطراف أو الجسم بصفة عامة.

كيفية التشخيص ؟

- التشخيص سهل يعتمد على علامات سريرية و صورة بالأشعة.