

تنگی کانال نخاعی

تنگی کانال نخاعی یعنی سوراخ هایی که عصب از درون آنها خارج می شود به دلایل نامعلومی تنگ میشود. این تنگ شدن کانال نخاعی باعث فشار روی عصب و در نتیجه ایجاد درد و بی حسی میشود، که به قسمت تحتانی کمر، باسن و پاها کشیده می شود. گزینه های درمانی برای تنگی نخاع شامل داروهای ضد التهاب، فیزیوتراپی و تزریق استروئید است. پزشکان ممکن است جراحی را برای مبتلایان به تنگی شدید نخاعی توصیه کنند.

عوامل تنگی نخاعی

افزایش سن

عوامل ژنتیکی

شغل های سنگین

بیماریهای مادر زادی

بیماری های روماتیسمی

تشخیص

اولین راه تشخیص تنگی کانال نخاعی، گرفتن شرح حال از بیمار است. اینگونه بیماران معمولاً علائم لنگش متناوب دارند. یعنی بیمار پس از مدتی راه رفتن دچار خستگی گزرگ و خواب رفتگی و درد در اندام های تحتانی و کمر می شود. پس از چند دقیقه نشستن و استراحت کردن بهبود پیدا میکند و سپس به مسیر خود ادامه می دهد. در معاینه فیزیکی این بیماران معمولاً ضعف عضلانی دیده نمی شود علت آن است که تنگی کانال نخاعی یک بیماری مزمن است

و در طی سالها به وجود می آید. به همین جهت بیماران از گزرگ، سوزش و خواب رفتگی و سرد شدن اندام های تحتانی شکایت دارند و درد در مرحله دوم قرار دارد.

مهمترین راه تشخیص تنگی کانال نخاعی انجام ام آر آی است و سپس گرفتن نوار عصبی و عضلانی یا EMG که درگیری مزمن ریشه های عصبی را نشان میدهد.

علائم تنگی کانال نخاعی چیست؟

۱-درد در ناحیه کمر

۲-درد و سوزش که از باسن شروع می شود و به پشت ران و ساق پا امتداد پیدا می کند.

در مسیر عصب سیاتیک، درد سیاتیک ممکن است در هر دو اندام تحتانی یا فقط در یک اندام تحتانی ایجاد شود.

۳-خواب رفتگی اندام های تحتانی بخصوص پاها

۴-سوزن سوزن شدن اندام های تحتانی

۵-گرفتگی یا کرامپ یا اسپاسم عضلانی اندام های تحتانی

۶-ضعف و ناتوانی و ضعیف شدن نیروی اندامهای تحتانی

۷-از دست دادن احساس پا.

۸-ضعف در پاها که معمولاً فرد نمی تواند انگشتان و مچ پای خود را به طرف بالا بیاورد و روی پاشنه پا راه برود که این حالت را پای افتاده یا دراپ فوت Drop foot می گویند.

۹-ضعف عضلات پا به طوری که فرد نمی تواند روی پنجه های پا راه برود.

بندرت و در موارد شدید اختلال در راه رفتن و فلج اندام تحتانی نیز ممکن است اتفاق بیفتد.

درمان

اغلب مبتلایان به این بیماری به زودی تشخیص داده می شوند و به وسیله روش های غیر جراحی درمان می شوند. اما در مواردی که علائم پیشرفته باشند امکان نیاز به جراحی وجود دارد. در برخی موارد خاص نیز امکان استفاده موضعی از کورتون نیز وجود دارد.

استراحت کوتاه مدت و کاهش فعالیت بدنی نیز برای این بیماران خوب است.

درمان غیر جراحی:

- فیزیوتراپی
- کشش ستون فقرات
- داروهای ضد التهاب
- تزریق کورتیکواستروئید
- طب سوزنی

روش های جراحی

افرادی که به درمان های غیر جراحی جواب کافی نگرفته اند و درد در زندگی روزمره آنها ایجاد اختلال کرده توصیه می شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان سمنان

رژیم غذایی

جهت ترمیم سریعتر محل زخم و استخوان، از رژیم غذایی پرپروتئین، پر کالری و سرشار از ویتامین استفاده کنید مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین C، می تواند به بهبود سریعتر زخم، رفع یبوست و بهبود اشتها کمک کند.

از مواد غذایی حاوی ویتامین های E، B6، K، D، C و منیزیم استفاده کنید زیرا در تشکیل جوشگاه شکستگی و در سرعت جوش خوردن نقش مهمی دارند.

از مصرف مواد غذایی کافئین دار (قهوه، نوشابه و ...) اجتناب کنید زیرا باعث افزایش دفع کلسیم از ادرار می شوند و جوش خوردن را به تاخیر می اندازند.

مصرف رژیم غذایی با فیبر زیاد و مایعات می تواند سیستم گوارشی را تحریک و از ایجاد یبوست و نفخ جلوگیری کرده و به بهبود اشتها کمک کند.

مراقبت های بعد از جراحی

استراحت مطلق

مراقبت از درن

کنترل حس اندام ها

کنترل درجه حرارت

بلند شدن از تخت با توجه به نوع جراحی با کمربند یا گردن بند طبی

مراقبت در منزل:

تعویض پانسمان توسط کارشناس زخم

جلوگیری از پوشیدن کفش های پاشنه بلند

گزارش هر گونه تب و لرز و قرمزی زخم

پیشگیری از از نشستن و ایستادن طولانی مدت

در صورت ضعف و مور مور شدن مراجعه به پزشک

خوابیدن به پشت با خم کردن زانوها به سمت شکم و استفاده

از بالش بین زانوها باعث کاهش فشار از روی ستون فقرات می شود.

عدم مصرف سیگار و دخانیات جهت تسریع درمان و ترمیم

زخم های بعد جراحی

عدم بلند کردن اجسام سنگین

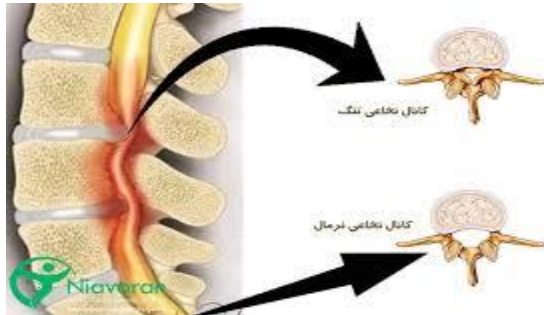
استفاده صحیح از کمربندهای طبی

مصرف داروها از جمله آنتی بیوتیک ها و داروهای ضد

انعقاد جهت پیشگیری از لخته شدن خون

مرکز آموزشی ، پژوهشی ، درمانی کوثر

تنگی کانال نخاعی



بهار ۱۴۰۴

تهیه کننده : سوپروایزر ارتقاء سلامت

با همکاری پرسنل جراحی

در صورت هر گونه سوال با شماره تلفن ۰۲۳۳۱۴۲۲۲۸۹ تماس بگیرید.
- ۰۲۳۳۱۴۲۲۱۲۳ تماس بگیرید.

آدرس سایت آموزشی بیمارستان کوثر:

<http://kosarhos.semums.ac.ir>

آدرس سایت کلینیک بیمارستان:

clinic.semums.ac.ir

داخلی جراحی برونر سودارث ۲۰۲۲

کد: ۰/۱۴۰۴/۰۱/۱۵۳EPP(K(E.R))