



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



إصابات الحبل الشوكي والتقدم في العمر

Spinal Cord Injuries and Aging

الجهاز العصبي:

- ضعف القوة العضلية، ردة الفعل والمهارات الحركية الدقيقة.



- تدهور أو صعوبة المشي.
- زيادة الآلام العصبية.
- زيادة آلام متلازمة النفق الرسغي.

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك:

- الحاجة إلى تقييم الجهاز الحركي والحسي.
- الحاجة إلى تقييم وظائف الحياة اليومية.
- الحاجة إلى تقييم القدرة على المشي.
- الحاجة إلى وصف علاجات للألم.

الجهاز العضلي/العظمي:



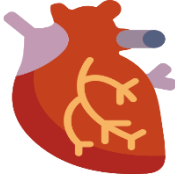
- زيادة التهاب وخشونة المفاصل.
- هشاشة العظام.
- ضعف القوة العضلية.
- ظهور آلام في الأكتاف نتيجة الاستخدام المتكرر.

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك:

- الحاجة إلى تقييم سلامة المفاصل.
- تقييم طريقة استخدام الأجهزة المساعدة أو تعديلها.

جهاز القلب والأوعية الدموية:



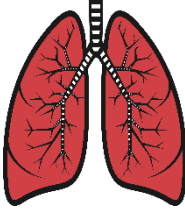
- انخفاض مرونة الشرايين.
- زيادة متدرجة في ضغط الدم.
- انخفاض كمية الدم المتدفقة من القلب.
- زيادة في انخفاض ضغط الدم المرتبط بتغيير وضعية الجسم.
- زيادة خطر الإصابة بتجلطات الأقدام والرتتين.

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك :

- الحاجة إلى تقييم الجهاز القلبي الوعائي وقم ب:
 - زيادة النشاط البدني.
 - المحافظة على حمية غذائية.

الجهاز التنفسي:



- انخفاض قدرة الجهاز التنفسي.
- فقدان مرونة الرئة.
- زيادة احتمال الإصابة بالتهابات الجهاز التنفسي.
- زيادة حالات توقف التنفس أثناء النوم.

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك:

- الحاجة إلى تقييم الجهاز التنفسي وقم ب:
 - زيادة النشاط البدني.
 - التوقف عن التدخين.
 - ممارسة التنفس العميق.
 - الحصول على التطعيمات (الالتهاب الرئوي والإنفلونزا).

الجهاز الهضمي:



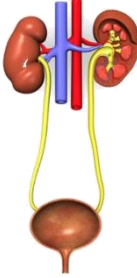
- زيادة الإمساك .
- زيادة سلس البول.
- زيادة النزيف الشرجي والبواسير.
- زيادة في ارتجاع المريء.
- زيادة الوزن.

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك:

- الحاجة إلى تقييم الجهاز الهضمي.
- الحاجة إلى تعديل أدوية الجهاز الهضمي.
- الحاجة إلى برنامج لتخفيف الوزن.
- الاستشارة عن مشاكل الإخراج.
- الحاجة إلى مساعدة إضافية.

الجهاز البولي/التناسلي:



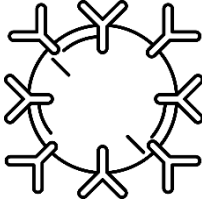
- انخفاض في وظائف الكلى.
- نقص في قدرة المثانة على استيعاب السوائل.
- زيادة احتمال الإصابة بالتهابات وحصىات الجهاز البولي.
- زيادة احتمال الإصابة بسرطان المثانة.

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك:

- الاستشارة عن مشاكل الإخراج.
- الحاجة إلى إجراء منظار للمثانة.
- الحاجة إلى مساعدة إضافية.

الجهاز المناعي وجهاز الغدد الصماء:



- انخفاض مستوى بعض الهرمونات (هرمون النمو والتستوستيرون والأستروجين).
- انخفاض نسبة وفعالية الأنسولين (زيادة احتمال الإصابة بالسكري).
- انخفاض فاعلية الجهاز المناعي (زيادة احتمال الإصابة بالأمراض).

ماذا يمكن أن تعمل؟

- ناقش مع طبيبك الحاجة إلى استخدام أو تعديل بعض الأدوية.

الجلد:

• انخفاض الكولاجين ومرونة الجلد.

• زيادة التشققات والتقرحات



ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك:

• الحاجة إلى تقييم طريقة استخدام الأدوات المساعدة.

• الحاجة إلى تعديل الأجهزة المساعدة.

وقم بـ:

○ زيادة النشاط البدني.

○ التوقف عن التدخين.

○ عدم التعرض لدرجات الحرارة المرتفعة.

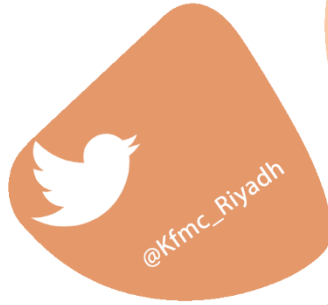
○ حماية الجلد من التعرض للإصابات المباشرة.

تنبيه: يرجى زيارة طبيبك للحصول على مزيد من المعلومات

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم العلاج الطبيعي تحت مستشفى التأهيل



HEM1.18.000497

