



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



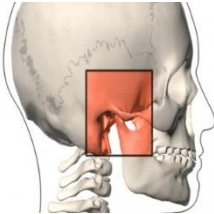
اضطرابات مفصل الفك الصدغي

TMJ Disorder

اضطرابات مفصل الفك الصدغي:

تحدث هذه الاضطرابات عندما لا تعمل عضلات المضغ وعضلات الفك بشكل متناسق معاً، حيث يقوم المفصل الصدغي الفكّي بربط الفكّ على جانبي الجمجمة. عندما يؤدي هذا المفصل وظيفته بطريقة صحيحة، يستطيع الإنسان أن يتكلّم ويمضغ ويتشاءب. أمّا الأشخاص الذين يعانون من خلل في وظيفة المفصل الصدغي الفكّي، فقد تؤدي المشاكل الموجودة في المفصل وفي العضلات المحيطة به، بإصابتهم بما يلي:

- ألم ينتشر عبر الوجه أو الفكّ أو الرقبة.
- تصلّب عضلات الفكّ.
- صعوبة الحركة أو سوء إطباق الفكّ.
- طقطقة مؤلمة في الفكّ.
- تغيير في طريقة إطباق الفكّين السفلي والعلوي.



أنماط اضطرابات المفصل الفكي الصدغي:

يمكن تصنيف اضطرابات المفصل الصدغي الفكي إلى ثلاثة أصناف أساسية:

الاضطرابات العضلية:

تضمُّ هذه الاضطرابات ألم في العضلات التي تتحكَّم بوظيفة الفكِّ، ويُدعى هذا النمطُ من الألم باسم "الألم العضلي الوجهي"، وهو الشكلُ الأكثر شيوعاً بين اضطرابات المفصل الصدغي الفكي.

اضطرابات خَلل المفصل :

ترتبط هذه الاضطرابات بخَلل المفصل الصدغي الفكي، كخلع المفصل وانزياح القرص وإصابة العظم.



اضطرابات المفصل التنكسية:

ترتبط هذه الاضطرابات باهتراء المفصل الصدغي الفكي،
مثلما يحصل في التهاب المفصل؛ حيث تؤدي إلى تدمير
الغضروف الذي يغطي المفصل الصدغي الفكي.

أعراض اضطرابات المفصل الفكي الصدغي:

- ألم في الفك وخصوصاً في مكان المفصل.
 - سماع صوت نقر من المفصل الصدغي.
 - ألم الأذن، وسماع صوت تصدع في الأذنين ،طنين الأذن.
 - ألم في الوجه والخد أو شعور بتخدير في الذقن والصداع.
 - صعوبة في مضغ الطعام.
 - تصلب الفك: صعوبة في فتح وغلق الفم
- بسبب حركة المفصل الصدغي من مكانه ويكون عادة
بعد التثاؤب.



أسباب اضطرابات المفصل الفكي الصدغي:

أسباب اضطرابات المفصل الفكي الصدغي ليست واضحة و قد تساهم عدة عوامل في حدوث هذه الاضطرابات ولكنه ليس من الواضح ما إذا كانت هذه الأسباب قد تؤدي إلى المشكلة. تشمل هذه الأسباب:

- حدوث إصابة في الأسنان أو الفك.
- سوء إطباق الفكين على بعضهم البعض

"Malocclusion"



- طحن الأسنان.
- الإجهاد أو القلق.
- التهاب المفاصل.
- الاضطرابات العضلية الهيكلية " Musculoskeletal

"disorders

- الإفراط في مضغ العلكة.

عوامل خطر اضطرابات المفصل الفكي الصدغي:

توجد العديد من العوامل التي قد تزيد من فرص الإصابة باضطرابات المفصل الفكي الصدغي، وتشمل:

الأشخاص الذين يعانون من الاضطرابات العضلية الهيكلية

النساء الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٠ إلى ٤٠، تزداد لديهن فرص الإصابة باضطرابات المفصل الفكي الصدغي

التوتر قد يزيد من توتر العضلات وانقباض الفك.

الأشخاص الذين يعانون من إصابة في الفك بسبب صدمة أو سوء إطباق الفكين.

علاج اضطرابات المفصل الفكي الصدغي:

في بعض الحالات، أعراض اضطرابات المفصل الفكي الصدغي قد تزول من دون علاج. إذا استمرت الأعراض ، قد يوصي طبيب الأسنان بمجموعة متنوعة من خيارات العلاج:

الأدوية:

الأدوية مع العلاجات غير الجراحية، قد تساعد في تخفيف الألم الذي يصاحب اضطرابات المفصل الفكي الصدغي يمكن أن تشمل:

☒ **مسكنات الألم:** سيقوم طبيب الأسنان بوصف

مسكنات ألم مناسبة لك.

☒ **مرخيات العضلات:** هذه الأدوية تستخدم لأيام أو

أسابيع قليلة للمساعدة في إرخاء العضلات وتخفيف الألم الناتج عن اضطرابات المفصل الفكي الصدغي.

العلاج الغير جراحي:

العلاج الغير جراحي لاضطرابات المفصل الفكي الصدغي
يشمل:

واقى الأسنان.

العلاج الطبيعي: ويشمل العلاج بالموجات فوق الصوتية،
واستخدام كمادات دافئة وباردة على المفصل، وتدريبات
لتمدد وتقوية عضلات الفك.

العلاج الجراحي: عملية يتم فيها استخدام حقنة لجمع
السوائل من المفصل الفكي الصدغي لإزالة الالتهابات
."Arthrocentesis"

الجراحة: إذا لم تحدث نتيجة باستخدام العلاجات الدوائية
والغير جراحية، قد يوصي طبيب الأسنان بإجراء عملية

جراحية لإصلاح أو استبدال المفصل. ويوصى بتجنب جراحة المفصل الفكي الصدغي كلما أمكن ذلك.

العلاج المنزلي:

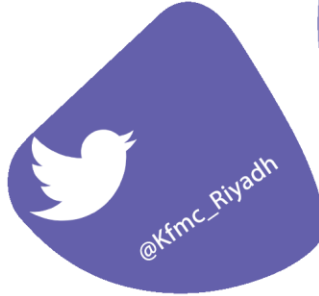
الكثير من أعراض المفصل الفكي الصدغي قد تستجيب جيداً للعلاج المنزلي وقد يوفر هذا العلاج بعض الراحة:

- كمادات دافئة وباردة على المفصل الفكي الصدغي.
- تناول الأطعمة اللينة وتقطيعه إلى أجزاء صغيرة.
- تجنب مضغ العلكة والأطعمة اللزجة والمطاطية.
- استخدام الأدوية المسكنة والمضادة للالتهابات التي يصفها طبيب الأسنان.
- تدليك عضلات الفك بالطريقة التي يوضحها لك طبيب الأسنان أو أخصائي العلاج الطبيعي.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم أمراض وجراحة الفم والأسنان



HEM3.16.000591

