



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



التورمات (الانتفاخات) في إصابات

الحبل الشوكي

**Edema in spinal cord
injuries**

ماهي التورمات في إصابة الحبل الشوكي؟

هي عبارة عن تجمع السوائل في الأماكن الصغيرة حول أنسجة وأعضاء الجسم.

هذا التورم قد يحدث في أماكن مختلفة من الجسم. و أكثر أماكن التورم شيوعاً هي:



- الساقين واليدين.
- منطقة البطن.
- منطقة الصدر.

نتيجة لطبيعة إصابة الحبل الشوكي تكون الساقين والقدمين أكثر عرضة للتورم وذلك لقلّة أو انعدام الحركة فيهما.

ما هي أسباب حدوث التورمات والانتفاخات؟

- تسرب السوائل من الشعيرات الدموية إلى الأنسجة المحيطة.
- وجود جلطة في أوردة الساقين.

ما أهم الأعراض للتورمات والانتفاخات؟

انتفاخ غير طبيعي يؤدي إلى إحساس بشد الجلد.

لمعالجة الانتفاخات:

إذا كنت تتوقع أو تشك أن لديك انتفاخاً في ساقيك، فيجب أن تستشير الطبيب بأسرع وقت ممكن، فقد تكون حالة طارئة!

أ- طريقة العناية الذاتية في المنزل:

- الجوارب الضاغطة:

الجوارب الضاغطة بدورها تزيد الضغط ومقاومة خروج السوائل من الأوعية الدموية في حالات التورمات والانتفاخات الطرفية.

تتوفر هذه الجوارب من محلات بيع المستلزمات الطبية. استشر الكادر الطبي قبل استخدامها.

- وضعيات الجسم:

تورمات القدمين ممكن أن تُعالج وتتحسن عن طريق رفع القدمين فوق مستوى القلب (مثلا وضع مخدات تحت القدمين) وذلك لمدة ٣٠ دقيقة، ثلاث أو أربع مرات يوميا، وهي مفيدة للتورمات الخفيفة، وليس مع التورمات الشديدة.

إذا لم تشعر بتحسن، راجع الكادر الطبي.

العلاج الطبي:

يقوم الطبيب باستخدام الأدوية في حالات الانتفاخ الشديدة. (استشر طبيبك لمزيد من المعلومات)

بعض النصائح المفيدة:

- أداء تمارين للقدمين، فذلك يساعد على رجوع السوائل من القدمين إلى القلب.
- اتباع حمية قليلة الأملاح، وذلك لتقليل تجمع السوائل في الجسم.
- استخدام الجوارب الطبية (لابد من استشارة الطبيب).
- المشي والوقوف للحد من وقت الجلوس في المنزل أو أثناء السفر بالطائرة لمسافات طويلة.
- تجنب استخدام الملابس الضيقة حول منطقة الخصر أو الأفضاخ.

جلطات الأوردة العميقة (الداخلية):

- هي تكون تجلطات دموية داخل (الأوعية الدموية).
- قد تقلل حركة وسريان الدم في الأوردة، وفي النهاية تؤدي إلى انتفاخات وآلام.
- غالباً تحدث هذه النوعية من التجلطات في الأوردة العميقة للساقين والفخذين ومنطقة الحوض.
- في بعض الأحيان تتحرك هذه الجلطات أو جزء منها في مجرى الدم. قد تؤدي إلى جلطة في الرئة، أو القلب أو الدماغ.

ما هي الأعراض للتورمات والانتفاخات؟

- انتفاخات.
- ألم في الساق.
- زيادة الحرارة (سخونة) في الجزء المصاب.
- احمرار في الجزء المصاب.

كيف تقي نفسك؟

- بارتداء الجوارب الضاغطة (لابد من استشارة الطبيب).
- باستخدام الأدوية (لابد من استشارة الطبيب).
- بأداء تمارين القدمين بانتظام.

علاج جلطات الأوردة العميقة:



عند حدوث التجلطات، سيقوم الطبيب بوصف أدوية مخصصة لإزالة التجلط.

إذا كنت تتوقع أن لديك هذا النوع من التجلطات أو التورمات، بادر باستشارة الطبيب.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم العلاج الطبيعي



King-fahad-medical-city



@Kfmc_Riyadh

You
Tube

KfmcRiyadh



8001277000

HEM3.18.000478

