

# الحوادث التي تصيب العضلات والعظام والمفاصل

## حوادث العظام

يتعرض الهيكل العظمي إلى حوادث عديدة منها الكسور وإصابات المفاصل

### الكسور:

تتعرض عظام الهيكل العظمي إلى الكسر عندما تتلقى صدمات قوية إثر الارتطام بأجسام صلبة أو عند السقوط من أماكن مرتفعة و يمكن أن تكون ناتجة عن ظاهرة مرضية تتمثل في تورم العظام.

### أنواع الكسور:



-الكسر المغلق الذي يتعرض فيه العظم إلى الكسر دون أن يصاب الجلد والعضلات بجرح.

-الكسر المفتوح الذي تتمزق فيه الأنسجة المجاورة للعظم ويبرز طرفه المكسور وهذا النوع من الكسر خطير جدا لأنه يكون عرضة للتلوث والالتهاب والتقيح.

-الكسر غير التام الذي يصاب فيه العظم بشقوق.

-الكسر المتفتت الذي يفتت فيه العظم من شدة قوة الارتطام وقد ينتج عن هذا الكسر تورم في موضع الإصابة عندما تتمزق الشعيرات الدموية. أما إذا قطع الشريان فإنه يحصل نزيف دموي يؤدي إلى عدم تزويد العضو المصاب بالدم فيموت العضو.

### أعراض الكسر:

-حدوث تورم في موضع الكسر مع إمكانية ظهور زرقة ناتجة عن تمزق الأوعية الدموية وتجمع الدم في موقع الإصابة.



-عدم القدرة على تحريك العضو المصاب بكسر كالعجز عن الوقوف والمشي عند تعرض أحد الطرفين السفليين لكسر.

-انحراف شكل العضو المصاب.

-الشعور بالألم عند تحريك العضو المصاب.

هذا ويمكن أن تكون الإصابة بكسر مصحوبة بتسارع دقات القلب وتصبب عرق غزير وبشحوب في الوجه و ببرودة في الأطراف والتقيؤ أحيانا.

**أما إذا حصل كسر في الجمجمة فإن المصاب:**

- يتقيأ ثم يفقد وعيه.

- يستمر شحوب وجهه واصفراره لمدة طويلة.

## الإسعافات والعلاج

### الإسعافات الأولية:

قبل نقل المصاب بكسر إلى المستشفى لتلقي العلاج الضروري للحد من المضاعفات ينبغي أن نقوم بالإسعافات الأولية التالية.

- عدم تحريك العضو المصاب يكسر.

- تثبيت العضو المصاب وذلك بشده برباط دون الضغط على موضع الإصابة.

- تجنب تمسيد العضو المصاب لكي لا يتجمع الدم حول موضع الإصابة.

### العلاج:

- إخضاع المصاب إلى تصوير بالأشعة لتحديد موضع الكسر.

- إصلاح وضع الأجزاء المكسرة وتجييرها باستعمال مسامير وصفائح فضية أحيانا.

- تثبيت العضو بالجبس لمدة تطول أو تقصر حسب خطورة الكسر.

يتم براء الكسر بالتحام أجزاء العظم نتيجة تكون مادة عظمية جديدة يصنعها سمحاق العظم.

## إصابات المفاصل

قد تتعرض المفاصل عند الارتطام بأجسام أو القيام بحركات عنيفة إلى الالتواء والخلع.

### التواء المفاصل:

إن أكثر المفاصل عرضة للالتواء هي مفاصل المرفق والمعصم والركبة التي تلتوي نتيجة الحركات الفجئية أو العنيفة فتتمدد الأربطة المفصالية للعظام وتتمزق

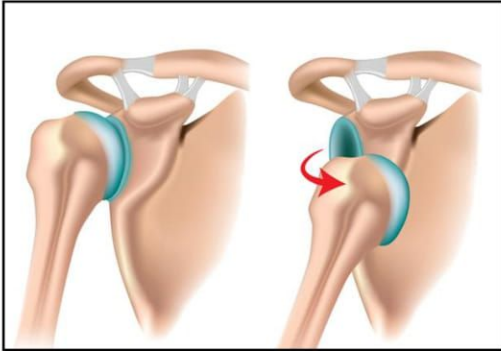




أحيانا وقد ينتج عن التواء المفاصل في بعض الأحيان انفصال جزء من سمحاق العظم يتسبب في انتفاخ المفصل وتورم دموي في موضع الإصابة.

كما يشعر المصاب بالتواء المفاصل بألم شديد عند تحريك العضو المصاب لذلك ينبغي شد المفصل المصاب ووثقه للحد من حركته.

### الخلع:

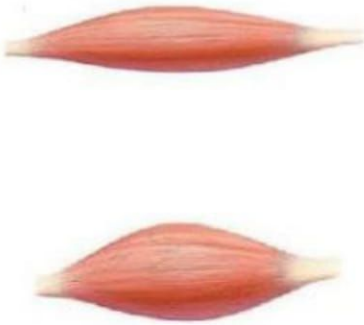


يتمثل خلع العظام في خروج رؤوسها العظمية من مواضعها وفي تمزق أربطتها المفصالية ويحدث ذلك خاصة في الكتف فيشعر المصاب بالخلع بألم شديد كلما حرك ذراعه لذلك ينبغي إسعافه قبل نقله إلى المستشفى يوثق العضو المصاب بأربطة تشد العنق.

### حوادث العضلات

تنتج حوادث العضلات عن تقلص عضلي مفرط من جراء حركات فجئية وغير طبيعية ومن بين هذه الحوادث نذكر:

#### التمدد العضلي



يحدث التمدد العضلي إثر تجاوز العضلة حدود تمددها الطبيعي ويتسبب ذلك في ألم شديد في مستوى العضلة دون

توقفها عن العمل. يقتصر في حالة التمدد العضلي على تمسيد العضلة لتنشيط الدورة الدموية.

#### الانفصام العضلي

تتعرض العضلة إلى تمزيق داخلي فتتمزق شعيراتها الدموية وتكوّن بقعة زرقاء متورمة.

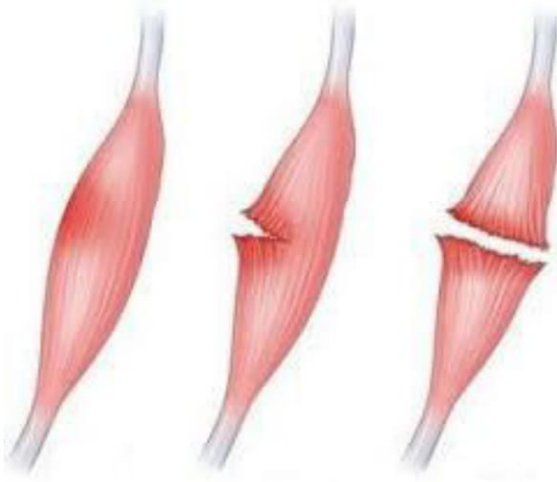
عند انفصام العضلة يشعر المصاب بألم شديد ويصير عاجزا عن القيام بنشاط عضلي فيسعف بوضع كيس من البلاستيك به قطع من الثلج في موضع الإصابة قبل نقله إلى المستشفى.





## التمزق العضلي

هو أخطر حادث تتعرض له العضلة وينجر عنه ظهور ورم في مستوى التمزق يتسبب في العجز عن تحريك العضو المصاب .  
يشعر المصاب بتمزق عضلي بالآلام لا تحتمل ويتم علاجه بتثبيت العضو الذي به تمزق عضلي لمدة أسبوعين مع ضرورة تلقي علاج طبي.



## تشوهات الهيكل العظمي

يتعرض الهيكل العظمي لتشوهات مختلفة في مستوى العمود الفقري أو في مستوى الساقين.

## تشوهات العمود الفقري



يشتمل العمود الفقري على أربعة انحناءات طبيعية:

- الانحناء الرقبي وهو أمامي.
- الانحناء الظهرى وهو خلفي.
- الانحناء القطني وهو أمامي.
- الانحناء العجزى وهو خلفي.

فهذه الانحناءات تكسب العمود الفقري استقامته الطبيعية إلا أنه معرض لتشوهات أثناء نمو العظام كالإصابة بالجنف أو الحذب أو التقعر.

الجنف: هو انحناء جانبي للعمود الفقري نحو اليمين أو اليسار نتيجة تعود حمل أثقال من جانب واحد دون استعمال الجانب الآخر.

الحذب: هو زيادة تحذب العمود الفقري في منطقة الظهر نتيجة الوقوف السيئ والجلسة المنحنية الذين يتسببان في تقويس الظهر وانحنائه إلى الأمام.



التقعر: هو زيادة تقعر الانحناء القطني إلى الأمام نتيجة ارتخاء البطن وكبره أو من جراء انزلاق الفقرات القطنية نتيجة كثرة الولادات عند المرأة.

### الوقاية من تشوهات الهيكل العظمي

يتفادى الإنسان تشوهات العمود الفقري بالعمل بما يلي:

- تجنب حمل الأثقال من جانب واحد بكيفية مستمرة.
- مراعاة استقامة الجسم عند الجلوس والوقوف.
- تعاطي السباحة والقيام بحركات رياضية تكسب العمود الفقري قوته وليونته.

### التشوهات في مستوى الساقين

تتمثل تشوهات الساقين في اعوجاج عظامها على شكل ( ) أو على شكل ( ) وهي تشوهات تصيب أساسا الأطفال الصغار عندما يجبرون على المشي المبكر قبل تصلب عظامهم فتتقوس أطرافهم السفلية. كما تحدث هذه التشوهات نتيجة افتقار غذاء الطفل الصغير للأملاح المعدنية ولفيتامين د، فالكالسيوم والفسفور الموجودان خاصة في الحليب ومشتقاته وفي الخضراوات والفواكه يكسبان العظم صلابته والفييتامين د هو الذي يساعد على امتصاص الكالسيوم من الأمعاء وتثبيتته في العظام.

