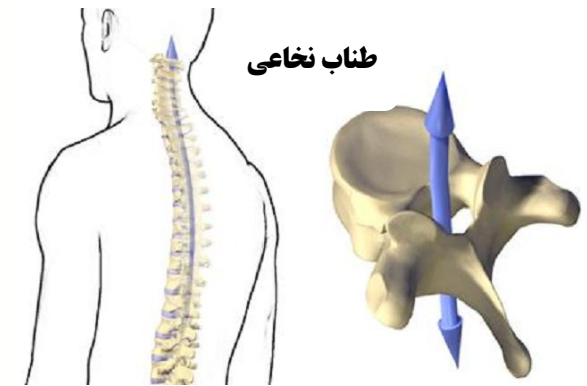


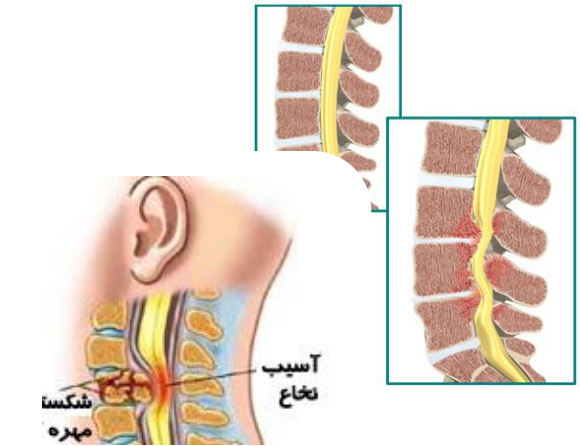
تنگی کانال

کانال نخاع فضایی است در داخل ستون فقرات که در داخل آن نخاع قرار گرفته است. این کانال از بدنباله هم قرار گرفتن سوراخی که در وسط مهره ها است ایجاد میشود.

باریک شدن کانال نخاعی که باعث فشار بر عصب نخاع می گردد را تنگی کانال نخاع نامند. تنگی کانال نخاع بیشتر در قسمت گردن و کمر رخ می دهد.



طناب نخاعی



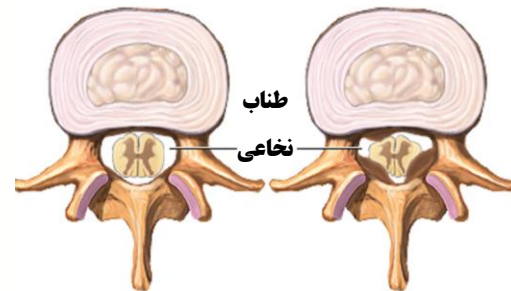
تنگی کانال نخاعی چگونه ایجاد میشود

تنگ شدن کانال نخاع به علت رشد استخوان و بافت های دیگر به داخل این کانال است و این رشد بافت های اضافی جزئی از روند پیری و مسن شدن است. در حقیقت این بیماری معمولاً در افراد بالای ۶۰-۵۰ سال دیده میشود.

در مرد و زن شیوع یکسانی دارد ولی معمولاً در خانم ها با علائم بیشتری بروز کرده و بیشتر نیاز به درمان پیدا میکند.

شروع این بیماری با پیر شدن دیسک بین مهره ای است. با افزایش سن، دیسک بین مهره ای محتوای آب خود را از دست داده و چروکیده و کوچک میشود. کاهش ارتفاع دیسک موجب میشود مهره ها به یکدیگر نزدیک تر شوند و این نزدیک شدن مهره ها دو مشکل را ایجاد میکند.

یکی اینکه سوراخ یا دهانه ای که بین دو مهره مجاور هم و در دو طرف آنها قرار دارد تنگ میشود. این دهانه ها محل خروج ریشه های عصبی از نخاع هستند. پس به این اعصاب فشار وارد میشود. مشکل دیگر اینست که با نزدیکتر شدن مهره ها به هم فشار بیشتری به مفاصل بین مهره ها وارد میشود که آنهم به نوبه خود موجب سائیدگی مفصل میشود.



علائم و نشانه ها

کمر درد در زمان نشستن و یا خم شدن روبه جلو

ضعف عضلات

کرختی هر دو پا، باسن و یا ساق پاها

خواب رفتگی

احساس سوزش

سوزن سوزن شدن و حتی خارش پاها، باسن و یا ساق پا

گرفتگی های عضلانی

خستگی زود رس

احساس ضعف و لنگیدن پاها (لنگش عصبی)

تفاوت لنگش عصبی از لنگش عروقی ناشی از نارسائی عروق خونی این است که در موارد عروقی، ایستادن و توقف کردن برای برطرف شدن علائم کافی است اما در موارد نخاعی هنگام فعالیت راه رفتن بیشتر می شود، فرد حتما باید خود را به جلو خم کند و یا به حالت چمپاتمه بنشیند تا احساس بهبودی کند

در موارد شدید تنگی کانال نخاع

اختلال در دفع ادرار و مدفوع معمولاً به صورت بی اختیاری

اختلال در راه رفتن

فلج اندام تحتانی

افزایش درد هنگام راه رفتن

دردناحیه کمر و اندام تحتانی

معمولاً شدت درد به هنگام صاف کردن تنه افزایش می یابد.

کاهش درد هنگام خم کردن تنه به طرف جلو

در این وضعیت فشار از روی ریشه های اعصاب نخاعی برداشته

میشود و به همین دلیل درد کاهش می یابد.

راه های تشخیص تنگی کانال نخاع

معاینه دقیق

رادیوگرافی ساده

سی تی اسکن

ام آر ای



یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء

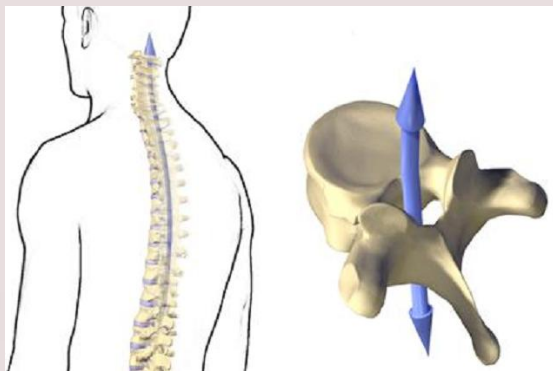


راهنمای بیمار

راهنمای مراقبت از خود

در تنگی کانال نخاعی

کد محتوا: ۴۹۸



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

درمان

اگر زود تشخیص داده شود درمان به وسیله روش های غیر جراحی انجام میشود استراحت کوتاه مدت در بستر (حداکثر ۳ روز تا سه هفته) ، خودداری از کارهای سنگین و فشارهای بیش از حد نیز مفید میباشد .

در صورتی که بهبود پیدا نکنید و یا علائمی مثل ضعف حرکتی ، اختلال در دفع ادرار و مدفوع و کم شدن قدرت عضلانی داشتید و یا توانائی راه رفتن کم شده و مجبور هستید برای طی مسافتی کوتاه بنشینید بنا به صلاحدید جراح اعصاب یا جراح ستون فقرات باید به آزاد سازی نخاع از طریق جراحی فکر کرد .

اما در مواردی که علائم پیشرفته ای وجود داشته باشد امکان نیاز به جراحی بیشتر خواهد بود .

مراقبت های پس از جراحی

بیمار بعد از چند روز از بیمارستان مرخص میشود.

بیمارانی که برای آنها فقط عمل رفع فشار روی عصب انجام شده است معمولاً زودتر از بیمارستان مرخص میشوند.

محدودیتی در راه رفتن ندارید

فقط مجاز به استفاده از توالت فرنگی هستید.

از سرگیری فعالیتهای روزمره را بتدریج انجام داده و برحسب تحمل افزایش دهید .زیرا ترمیم و بهبودی بیش از ۶ هفته طول می کشد. ابتدا با قدم های کوتاه در منزل شروع کنید و به تدریج مدت قدم زدن را افزایش دهید .از فعالیتهای زیاد خودداری کنید و بین فعالیتها استراحت کنید.

هنگام راه رفتن از کفش مناسب با پاشنه متوسط استفاده کنید

تا بهبودی کامل از رانندگی کردن خودداری کنید

هرگونه ضعف عضله ،بیحسی ،مورمور شدن را به پزشک اطلاع دهید.

دارو ها را طبق دستور مصرف کنید.

محل بخیه ها را خشک و تمیز نگه دارید.

ممکن است پزشک برای شما کمربند طبی (بریس یا کرست) تجویز کند تا از آن در دوران بعد از جراحی استفاده کنید.

هرچه زودتر راه بروید. ممکن است در این دوران نیاز به فیزیوتراپی داشته باشید. فیزیوتراپ به شما کمک میکند تا نرمش هایی را انجام دهید. به کمک نرمش ها قابلیت انعطاف ستون مهره را بیشتر کرده و قدرت عضلات اطراف ستون مهره و شکم خود را افزایش دهید.

اغلب افراد بعد از چند روز تا چند هفته میتوانند به کار خود اگر پشت میز باشد برگردید ولی توانایی انجام فعالیت های روزمره نیاز به گذشت ۳-۲ ماه دارد..

حدود ۸۰ درصد بیماران از جراحی نتیجه مطلوب میگیرند. جراحی بیشتر درد اندام تحتانی را کاهش میدهد .

علائم هشدار

در صورت بروز علائم عفونت مانند :قرمزی ،تورم ،تشدید دردو حساسیت ،تب بالای ۳۸/۹درجه با تغییردر رنگ و بوی ترشح زخم به پزشک گزارش کنید.

تهیه کننده : شیرین شایق "پرستار"

مشاور علمی :دکتر امین منصور "متخصص جراحی اعصاب"

طراحی و تدوین : محمود نصراصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"

منبع:پرستاری داخلی جراحی برونر سوادرت ۲۰۱۸

بروزرسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) خرداد۱۳۹۹