

الفصل السابع عشر

إصابات مفصل الكتف

الفصل السابع عشر إصابات مفصل الكتف

نبذة تشريحية عن مفصل الكتف:

يتكون مفصل الكتف من رأس العضد الكبير والتجويف العنابي الصغير. وللتفاوت بين حجم رأس العضد الكبير والحفرة الصغيرة للتجويف العنابي واتساع المحفظة الزلالية؛ يعطى المفصل حركته الواسعة التي يمتاز بها. وتلتصق بالمحفظة الزلالية المفصالية وتساندها أوتار العضلات التالية:

- ١- لأعلى العضلة فوق الشوكة.
- ٢- للأمام عضلة تحت اللوح.
- ٣- للخلف العضلة تحت الشوكة والمستديرة الصغيرة.
- ٤- لأسفل لا توجد عضلات متصلة بعظم اللوح.

ويمر بمفصل الكتف شرايين وأوردة وأعصاب، ونتيجة لخلو المنطقة من العضلات السفلى يتعرض المفصل للخلع، وذلك بخروج رأس عظم العضد الكبير إلى الأمام ولأسفل أو للخلف ولأعلى في العديد من الرياضات مثل السلاح (خلع أمامي لاشتباك واقى السيغين وجر أحد اللاعبين للآخر، وخلقى عند اصطدام الواقى فى اليد المفرودة)، كما يحدث أيضا فى حراس المرمى وكرة اليد والتنس الأرضى لتعرض المفصل فى هذه الحالات لحركة واسعة وضغط عضلى عنيف.

إصابات في مفصل الكتف:

يراعى فى كل إصابة بمفصل الكتف التسلسل المنطقى فى التشخيص من المشاهدة إلى اللمس وعمل حركات عكسية داخلية وخارجية وعمل لف داخلى وخارجى لليد، ويطلب ذلك العمل الحركى من الشخص أن يحدثه ثم يتم إحداثه بواسطة المعالج ليتبين أماكن الألم والإصابة.

كسر الترقوة:

ويعد كسر منتصف الترقوة هو النوع الشائع هنا وسببه ضربة مباشرة كما فى رياضة الملاكمة أو وقوع على الكتف فى رياضات الفروسية والدراجات وكرة القدم.. إلخ

الفحص والتشخيص:

- ١- ألم عند تحريك الكتف.
 - ٢- تورم مع نزيف بالمنطقة منتصف الترقوة (المنطقة المصابة).
 - ٣- ألم حاد عند لمس المنطقة المصابة.
- ويجب أن يستبعد هنا أى مضاعفات وإصابات الأعصاب.

التشخيص بالأشعة:

يظهر الكسر واضحاً فى الأشعة فى منتصف الترقوة غالباً.

العلاج:

رباط نبراج على شكل حرف ثمانية بالإنجليزية يستمر لمدة ١٥ يوماً حتى شهر ويعود اللاعب لممارسة الرياضة بعد شهرين ونصف.. وفى حالة كسر الترقوة المضاعف أو إذا ما صاحبه إصابة للأعصاب ينصح بجراحة فورية.

إصابات مفصل الكتف الداخلية

وتنقسم إصابات الكتف إلى ثلاثة أنواع من الإصابات طبقاً لدرجة شدة كل منها:

- (أ) إصابات الكتف البسيطة.
- (ب) إصابات الكتف متوسطة الشدة.
- (ج) إصابات الكتف الشديدة.



الخلع الأمامي في مفصل الكتف واضحاً في الصورة العليا إكلينيكيًا لناشره في المباراة، وفي الصورة السفلى في صورة الأشعة. "Anterior dislocation" شائع في لاعبي المصارعة وكرة القدم والسلة واليد والجيمباز والحدود، والمصارعة.



تآكل مرضى مفصل الكتف والذي يصاحب الشكوى بتكرار خلع المفصل (نادر الحدوث للرياضيين) وقد يحدث للاعبين المصارعة والجيمباز بعد سنوات طويلة من الاعتزال "Degenerative disease"



رياضة الرماية بالسهم وإصابات الكتف المختلفة.

(أ) إصابات مفصل الكتف البسيطة:

وفى هذا النوع البسيط من الإصابات تحدث تمزقات بسيطة بالأربطة التى تربط الترقوة بعظام الكتف.

الفحص والتشخيص:

- ١- عجز بسيط لكتف يشفى منه تماما بالعلاج.
- ٢- ألم بالكتف عند رفع الذراع.
- ٣- لا يوجد أى ورم.
- ٤- مناطق الألم محددة بمكان الإصابة فقط.
- ٥- يمكن تحريك ذراع المصاب بسهولة.

الفحص بالأشعة:

تظهر صور الأشعة طبيعية تماما.

العلاج:

- ١- راحة من أسبوع إلى خمسة عشر يوما وتستخدم بعض المدارس الطبية طريقة تعليق يد المصاب فى رقبته وإن كانت محدودة الفائدة.
- ٢- مراهم لتحسين الدورة الدموية.
- ٣- عقاقير ضد الالتهابات.
- ٤- علاج طبيعى.

ومن خبرتنا الخاصة وجدنا أن هذا النوع من الإصابات يتم شفاؤه تماما بالراحة فقط:

(ب) إصابات الكتف متوسطة الشدة:

وفى هذا النوع من الإصابات تحدث تمزقات كاملة فى أربطة الكتف التى تربط الترقوة برأس عظمة الساعد وعظمة لوح الظهر، وتحدث بصورة شائعة فى كرة القدم عند السقوط على الأرض، وفى لاعبي الجمباز والوثب فى ألعاب القوى..... إلخ.

الفحص والتشخيص:

- ١- الرياضي لا يستطيع تكلمة المباراة أو يكملها بمستوى أداء منخفض تماما.
- ٢- ألم مصاحب لجميع حركات الكتف.
- ٣- تورم بسيط وشبه نزيف تحت الجلد.
- ٤- ألم مصاحب لتحريك أصابع اليد.
- ٥- ألم عند تحريك يد المصاب ولكن يمكن احتمال.

الفحص والاشعة:

خلع بسيط في مكان الترقوة .

العلاج:

- ١- من ١٥ - ٢٠ يوما راحة للكتف في رباط ضاغط غير مطاط أو في رباط اليد معلقة بالعنق.
- ٢- يلزم المصاب أداء تقلصات عضلية إرادية للطرف العلوى المصاب .
- ٣- عقاقير مضادة للالتهابات بجرعات متوسطة الشدة من ثمانية إلى خمسة عشر يوما مع مراهم موضعية.
- ٤- إذا كانت الآلام محددة بأماكن خاصة يحقن المصاب فيها بحقن كورتيزون موضعية من حقنة إلى حقنتين خلال ثلاثين يوما.

(ج) إصابات الكتف الشديدة:

وهو النوع الخطر من الإصابات والذي يصاحبه في الغالب مايلى:

١- تمزق تام بأربطة الكتف جميعها.

٢- كسر بالترقوة.

٣- خلع تام في عظم الترقوة.

الفحص والتشخيص:

- ١- توقف النشاط الرياضى تماما فور حدوث الإصابة ((دخول نقالة للملعب)).
- ٢- ألم شديد مصاحب لأى حركة للكتف المصاب.
- ٣- تورم ونزيف بالكتف وتحت الترقوة المكسورة.
- ٤- ألم بالكتف عند تحريك أصابع اليد.

الفحص بالأشعة:

خلع وكسر بالترقوة.

العلاج:

يتم طيبيا وفي المستشفى كالاتى:

- ١- تداخل جراحى فورى لخياطة الأربطة الممزقة، وكلما كان التدخل الجراحى أسرع كلما تحسنت نتائج العلاج.
- ٢- راحة لمدة شهر بعد العملية مع وضع الكتف والساعد واليد فى جبس خلال تلك المدة.
- ٣- العودة لممارسة الرياضة بعد شهرين ونصف من العملية الجراحية مع عمل علاج طبيعى تأهيلي.

خلع مفصل الكتف

خلع مفصل الكتف شائع بين البالغين عامة والرياضيين خاصة كما يحدث فى رياضات مثل كرة اليد والمبارزة والكاراتية والجودو والجمباز، ونسبة الذكور إلى الإناث فيه ٣:١ وهو نادر الحدوث فى كرة القدم.

الاسباب:

يقدر الخلع الداخلى الأمامى للكتف هو الأكثر شيوعا وله سببان:

(أ) سبب مباشر:

ينتج من ضربة مباشرة من الخلف للكتف فى رياضة مثل كرة اليد.

(ب) سبب غير مباشر:

وينتج إذا ما كان الذراع للخارج وللأمام مع ضربة قوية على اليد أو الكوع، ويحدث ذلك فى رياضة مثل المبارزة والجمباز.

كما يحدث أيضا فى رياضة التنس الأرضى والرمنى فى ألعاب القوى.

الفحص والتشخيص:

اختفاء رأس عظمة العضد من تجويفها الطبيعى (التجويف العنابى) بالمقارنة بالكتف الآخر ويجب التأكد من سلامة البطن والجهاز الدورى والعصبى فى الجهة المصابة لاستبعاد المضاعفة.

الفحص بالأشعة:

ويلاحظ فيه خلع رأس عظمة العضد من التجويف العنابى.

العلاج:

يفضل أن يكون المصاب تحت التخدير الطبى العام ويتم إرجاع الخلع كمايلى:

- ١- جذب الذراع فى الجهة لأسفل لمدة دقيقتين.
- ٢- ثم جذب الذراع والساعد للخارج لمدة ثلاثة دقائق تالية لإرجاع رأس عظم العضد فى مكانها الطبيعى.
- ٣- ضم الساعد لتلصق تماما بالجذب لمدة ثلاثة دقائق أخرى.
- ٤- ثم ضم الساعد على الصدر والمحافظة على هذا الوضع بثبته ببلاستر طبى.
- ٥- راحة لمدة ثلاثة أسابيع كاملة وإلا تحول إلى خلع متكرر.
- ٦- يصرح للرياضى أثناء فترة الراحة السابقة بالجرى على ألا يستخدم الكتف المصاب إلا بعد مرور شهر ونصف من الإصابة.
- ٧- يمنع إرجاع الخلع فى أرض الملعب أو بدون تخدير طبى عام منعا لحدوث مضاعفات، ويمكن استخدام طريقة الضغط على الساعد لأسفل مع الضغط أسفل الإبط لأعلى باليد الأخرى لإرجاع رأس عظم العضد فى تجويفها الطبيعى.

خلع الكتف المتكرر

ويحدث غالبا في رياضات الجودو - المبارزة - التنس - السباحة - ورمى الرمح وكرة اليد.

الفحص والتشخيص:

مثل الإصابة بخلع الكتف مع وجود تاريخ قديم لخلع الكتف. في بعض الأحيان يستطيع المصاب إرجاع الخلع بنفسه وبدون مساعدة الغير نظرا لخبرته المتكررة.

العلاج:

في الملعب يمكن إرجاع الخلع المتكرر مباشرة وبدون تخدير طبي عام بنفس الطريقة المتبعة والتي شرحناها سابقا في الخلع غير المتكرر. التدخل الجراحي إذا ما تكرر الخلع بصورة دائمة. وبعد الجراحة يعود ٧٠٪ من المصابين لممارسة الرياضة منهم ٢٥٪ بصورة مقبولة، أي أن هذا النوع من الجراحة يؤثر بصورة ملحوظة على الأداء الرياضى فيما بعد.