

الفصل التاسع عشر

إصابات اليد

كسر العظمة الزورقية

obeikandi.com

الفصل التاسع عشر

إصابات اليد

كسر العظمة الزورقية

وهي شائعة الحدوث لحراس المرمى فى كرة القدم ولاعبى القفز بالزانة فى ألعاب القوى، ورفع الأثقال والرمى فى ألعاب القوى والمصارعة. وهى كسر بالعظمة الزورقية التى تقع فى الجهة الخارجيه من اليد.

الاسباب:

ازدياد فرد اليد للخلف مثل:

١- الوقوع على كف اليد مفرودة.

٢- استقبال كرة فى الملعب (حارس مرمى).

٣- استقبال كرة طيبة.

٤- فى تدريبات رفع الأثقال.

الفحص والتشخيص:

١- ألم عند فحص الجزء الخارجى لليد فى مكان الإصابة.

٢- ألم بالجزء الخارجى لليد عند تحريك اليد فى أى جهة.

الفحص بالأشعة:

يلزم تكرار الأشعة حيث يمكن صعوبة ظهور الكسر فى الصورة الأولى، يكتفى بالتشخيص الإكلينيكى لنبداً العلاج ثم يتكرر عمل الأشعة.

العلاج:

* وضع اليد فى جبس لمدة تتراوح بين أسبوعين إلى ٤ أشهر حسب مكان الكسر فى العظمة.



الجودو من أشهر الرياضات التي يصاحبها إصابات بالأصابع وخاصة عند منع الخصم بقوة من تشبثه بملابس اللاعب، تلك الإصابات شائعة أيضا في الملاكمة، والمصارعة، والكرة الطائرة، وحراس مرمر كرة القدم، واليد، وبين لاعبي المبارزة، وكرة اليد، والسلة، والجماز، وكرة الماء.
"Judo Finger damage"



إصابة أصبع حارس المرمر، تمزق الوتر الاندغامي للمضلة الفاردة للأصبع نتيجة ضربة قوية ومباشرة على محور الأصبع مألوت "Mallet Finger"

التغيرات العظمية والإصابات بعظام اليد للاكم تبينها صورة الأشعة العليا أثناء ارتدائه لقفاز اللكم والصورة السفلى بدون ارتدائه والتي أخذت للمقارنة، ويلاحظ إصابة عظام أصبع اليد الكبير "Radiograph of a boxing Fist"

* الرجوع لممارسة الرياضة أيضا من مدة تتراوح ما بين ٣ إلى ٦ أشهر حسب نوع الإصابة.

كسر العظمة الخطافية (الهاميت)

وتقع هذه العظمة في الجهة الداخلية لليد.

ويحدث غالبا في الجزء الخطافي من هذه العظمة بسبب من ضربة على ظهر اليد أو الوقوع على ظهر اليد، خاصة إذا كان الشخص ممسكا بمضرب تنس مثلا.

الفحص والتشخيص:

١- آلام متوسطة الشدة.

٢- ألم عند فحص ظهر اليد.

الفحص بالأشعة:

كسر غالبا في الجزء الخلفي من العظمة.

العلاج:

* جبس لليد ٤٥ يوم في وضع اليد الوظيفي.

* عمل تمارين لليد المصابة بعد شهرين.