

تنگی کانال

کانال نخاع فضایی است در داخل ستون فقرات که در داخل آن نخاع قرار گرفته است. این کانال از بدنبال 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. ت

نگی 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 ۵۰-۶۰ 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 سوراخی 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 این است که با نزدیکتر شدن مهره ها به هم فشار بیشتری به مفاصل بین مهره ها وارد میشود و موجب سائیدگی مفصل میشود

علائم و نشانه ها

- کمر درد در زمان نشستن و یا خم شدن رو به 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 زودرس
- 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 میشود، فرد حتماً باید خود را به جلو خم کند و یا به حالت چمپاتمه بنشیند تا احساس بهبودی کند.

و در موارد شدید تنگی کانال نخاع علائم زیر مشاهده می شود:

- اختلال در دفع ادرار و مدفوع معمولاً به صورت بی اختیاری
- اختلال در راه رفتن
- فلج اندام تحتانی
- افزایش درد هنگام راه رفتن
- درد ناحیه کمر و اندام تحتانی
- معمولاً شدت درد به هنگام صاف کردن تنه افزایش می یابد
- کاهش درد هنگام خم کردن تنه به طرف جلودر 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

درمان

اگر زود تشخیص داده شود درمان به وسیله روش های غیر جراحی انجام میشود اما در مواردی که علائم پیشرفته ای وجود داشته باشد امکان نیاز به جراحی بیشتر خواهد بود . استراحت کوتاه مدت در بستر (حداکثر ۳ روز تا سه هفته)، خودداری از انجام کارهای سنگین و فشارهای بیش از حد نیز مفید میباشد.



دانشگاه علوم پزشکی دزفول
بیمارستان بزرگ دزفول (دکتر گنجویان)
راهنمای بیمار و خانواده

خودمراقبتی در تنگی کانال نخاعی



بازنگری پاییز ۱۴۰۰

دفتر آموزش سلامت همگانی

تلفن پیغامگیر آموزش سلامت: ۰۶۱-۴۲۴۲۷۱۵۰

تلفن بیمارستان: ۰۶۱-۴۲۴۲۲۰۴۱-۹

آدرس سایت: <http://ghospital.dums.ac.ir>

تأیید پزشک متخصص

کد: ۱۹۴

- ✓ هرگونه ضعف عضله، بی حسی، مور مور شدن را به پزشک اطلاع دهید.
- ✓ داروها 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 برگردند ولی توانایی انجام فعالیت های روزمره نیاز به گذشت ۲-۳ ماه دارد.
- ✓ حدود ۸۰ درصد بیماران از جراحی نتیجه مطلوب میگیرند. جراحی بیشتر درد اندام تحتانی را کاهش میدهد.

مشاور علمی:

دکتر فرشید بیاتی (متخصص جراحی مغز و اعصاب)

دکتر داود شریفی (متخصص جراحی مغز و اعصاب)

منبع: درسنامه برونرو سودارث

تهیه کننده: الهه جرجانی سوپروایزر آموزش سلامت

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 توانایی 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.

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 فعالیت های روزمره را به تدریج انجام داده و برحسب تحمل افزایش دهید. زیرا ترمیم و بهبودی بیش از ۶ هفته طول میکشد. 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 فعالیتهای استراحت کنید. هنگام راه رفتن از کفش مناسب با پاشنه متوسط استفاده کنید
- ✓ تا بهبودی کامل از رانندگی کردن خودداری کنید.
- ✓ در صورت بروز علائم عفونت مانند: قرمزی، تورم، تشدید درد و حساسیت، تب بالای ۳۸/۹ درجه، با تغییر در رنگ و بوی ترشح زخم به پزشک گزارش کنید.