PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	**Zahrt El Khaleej**
DATE:	**12-September-2015**
COUNTRY:	**Egypt**
CIRCULATION:	**30,000**
TITLE :	**Herniated disc: Prevention is better than treatment**
PAGE:	**152-153**
ARTICLE TYPE:	**General Health News**
REPORTER:	**Nawal Nasser**

VANTAGE COMMUNICATIONS
YOUR REPUTATION IS TOO PRECIOUS FOR SECOND BEST

NOVARTIS PHARMACEUTICALS

PRESS CLIPPING SHEET

تعانون منه؟ عانيتم منه ذات يوم؟ لا؟ نتمنى بصدق ألا تعيشوا اللحظات ذاتها التي يعيشها من يعاني ألماً في الظهر، هي أسفل الظهر، في العمود الفقري بسبب اعوجاج فيه أو انزلاق في الفقرات يؤدي إلى «ديسك» يستحكم في العصب وفي الجسد.

طب وطبعي

الأطباء ينصحون بالعودة إلى الطبيعة

«الديسك»: الوقاية خير

إعداد: نوال نصر

لا يختلف اثنان من البشر على أن الطبيعة هي أهم طبيب. فمنذ وجدت البشرية، لم يكن هناك أطباء وجراحون وكان الكسر يلتئم في شهرين أو ثلاثة وكان من يؤلمه ظهره يرتاح فيرتاح. الطبيعة في حد ذاتها كانت تُشكل علاجاً. لهذا تبقى نصيحة الأطباء عموماً، سواء اقتنعوا بالجراحة التقليدية أم بالجراحة الحديثة: حاولوا أن تعودوا إلى الطبيعة لأن فيها شفاء.

«الديسك» حالة قد تسبب عجزاً، شللاً، وآلاماً شديدة.. والحلّ؟ الوقاية ثم الوقاية ثم الوقاية. لكن ماذا لو أصبنا وبتنا نعاني؟ الجراحة قد تُشكل حلاً ومن الحلول الجراحية أسلوب غير تقليدي. جراحة ذكية، أسلوب متطور في زمن بات الذكاء فيه يُعمم على كل المجالات. الطب يتطور والأمل يُفترض ألا يتلاشى في أي شيء، في أي حلم... فماذا لو كان ما تشكونه على هيئة ألم تظنونه سيصمد معكم إلى آبد الآبدين؟

رئيس قسم جراحة العمود الفقري في مركز بوسطن الطبي لجراحة العظام في الولايات المتحدة الأمريكية البروفيسور طوني تنوري يبحث في كل الاتجاهات، في الغرب وفي الشرق، من أجل تأكيد أن علاجات العمود الفقري تطورت وأصبحت هناك تقنيات جديدة، في حالات الكسور في العمود الفقري، قادرة على إعادة تثبيت المفاصل من جديد، عبر ثقوب صغيرة، ضيقة، لا تخدش الأنسجة والعضلات.. فماذا في تفاصيل «الجراحة الذكية»؟ وقبل هذه التفاصيل دعونا نسأل: ماذا عن الأمراض التي قد تسبب إصابات في العمود الفقري؟

كلنا نعلم أن مخزون الكالسيوم يبدأ بالتضاؤل في جسم الإنسان، كل إنسان، كلما تقدم في العمر، فتصبح كمية امتصاص الجسم للمادة أقل من كمية تسربها منه، وفي هذا الإطار يعطي الدكتور تنوري مثلاً: تُشبه هذه الحالة حالة خزان تتسرب منه المياه والكمية التي تخرج منه أكبر من الكمية التي تدخل إليه، ما يجعله مع الوقت يجف، ما قد يسبب ترققاً في العظام، وهذه الحالة قد تؤدي إلى آلام، وربما إلى آلام مبرحة، لكن مع الوقت تضعف العظام وتضغط على عصب معين، وربما تتكسر، فيبدأ الألم.

هناك طبعاً أمراض شائعة تؤثر في العمود الفقري مثل الترهل و«الديسك». وهذا «الديسك» يُشبه، بحسب تنوري، الشعر الأبيض الذي يغزو الرأس في مكان ما، في مكان واحد، عند الصدغين مثلاً، ثم لا يلبث أن ينتشر في كل شعر الرأس. والشيب الظاهر دليل على ترهل داخلي، إلى بداية شيخوخة الجسد، و«الديسك»، في تبسيط آخر، مثل الشيب إشارة إلى تقدم الجسم في العمر، وهو، هذا «الديسك»، يشبه دولاب السيارة الذي يعمل في شكل ممتاز ثلاث أو أربع سنوات ثم لا يلبث أن ينشف ويبدأ بالتفتت والانزلاق، «ديسك» العمود الفقري، هو أيضاً يعمل في البداية في شكل ممتاز لكن مع العمر، مع بداية شيخوخة الجسد، يبدأ بالضعف وقد يجف السائل الموجود في تجويف المفاصل، الصمغ أو الجيلاتين، وتحصل فيه انزلاقات فيشد على العصب، عصب العمود الفقري، ويسبب اختناق الحبل الشوكي، ويؤثر في جذور الأعصاب المتفرعة فيشلها ويمتد هذا أحياناً إلى الفخذين حتى أخمص القدمين، مسبباً آلاماً مبرحة وتنميلاً في الأطراف، وقد تشتد هذه الأعراض أحياناً إلى حدّ التأثير سلباً في عملية التحكم بالمثانة والقدرة في المشي والحركة، وهذا ما قد يرتدّ على القلب والأوعية الدموية وتتأتى عنه سمنة وكآبة وتجلطات. الحوادث الطارئة قد تؤدي بدورها إلى حدود التواءات في خرزات الظهر، داء السرطان هو أيضاً قد يصيب العمود الفقري ما يستدعي عملاً جراحياً.

ماذا عن جراحة العمود الفقري؟

تجري العمليات الجراحية وفق أسلوبين: الجراحة التقليدية التي تحدث شقاً كبيراً وتتطلب إزاحة العضلات من أجل الوصول إلى المكان المصاب وهي تستلزم كثيراً من العناية ولها تأثيرات جانبية عدة وتؤدي في أحيان كثيرة إلى تلف العضلات. في المقابل، هناك أسلوب آخر يندرج في خانة الجراحة الحديثة الذكية، جراحة الثقوب الصغيرة، التي باتت تستخدم في حالات تثبيت المفاصل وفي تبديلها وفي حالات الورم السرطاني أيضاً التي قد تصيب العمود الفقري ويكون المريض فيها في حال يرثى لها عاجزاً عن احتمال الخضوع لعمل جراحي تقليدي.

لا يعتبر «الديسك» بالنسبة إلى جراح العمود الفقري مرضاً.. والسؤال البديهي هنا: من يتأثر أكثر بمشاكل العمود الفقري: المرأة أم الرجل؟ يجيب تنوري: لعلّ إمكانية إصابة المرأة أكبر لأن المرأة، كما تعلمون، تخسر مع العمر كثيراً من الهرمونات ويتدنى في جسمها معدل الأستروجين ما يسبب ارتخاء ظاهراً بين الفقرات وهذا ما قد يظهر في درجة طيّ الأصابع مثلاً. كيف؟ حاولن طيّ أصابعكنّ وستريْنها لينة واطلبن من أزواجكن مثلاً طي أصابعهم وستدركن أنكن أكثر ليونة بكثير. فقرات الرجل أكثر يبساً بينما الفقرات عند النساء مطاطة أكثر، ولهذا نرى أن النساء المسنات يعانين انحناءات أكثر بكثير من الرجال المسنين.

أعراض الخلل في العمود الفقري واضحة، كما «عين الشمس»، واكتشافها بالتالي سهل، إذ يكفي أن يصل مريض إلى عيادة طبيب وهو يعاني ألماً شديداً في أسفل الظهر، يمتد حتى أسفل القدم، وحالته هذه تسوء أكثر خلال المشي أو الوقوف وتعود وتتحسن قليلاً عندما يجلس أو ينحني إلى الأمام، كي يُشخّص الطبيب حالته وهو للتأكد أكثر يطلب من مريضه إجراء صور أشعة ورنين مغناطيسي، وقبل أن يحدد له طبيعة العلاج يفوص معه في طبيعة حياته وعمره وحالته الصحية والاجتماعية. لماذا كل هذا؟ لأن الطبيب يحاول أحياناً استبعاد العمل الجراحي والطلب منه الراحة والاسترخاء والنوم مدة شهر أو ربما اثنين من أجل إعطاء الجسم فرصة الشفاء التلقائي. لكن، مع زحمة هذه الأيام، باتت إمكانية استجابة المريض لهذه «الوصفة» مستحيلة، لهذا كان ضرورياً ابتكار عمليات جراحية غير تقليدية، ذكية كما قلنا، ذات ثقوب صغيرة

VANTAGE COMMUNICATIONS
YOUR REPUTATION IS TOO PRECIOUS FOR SECOND BEST

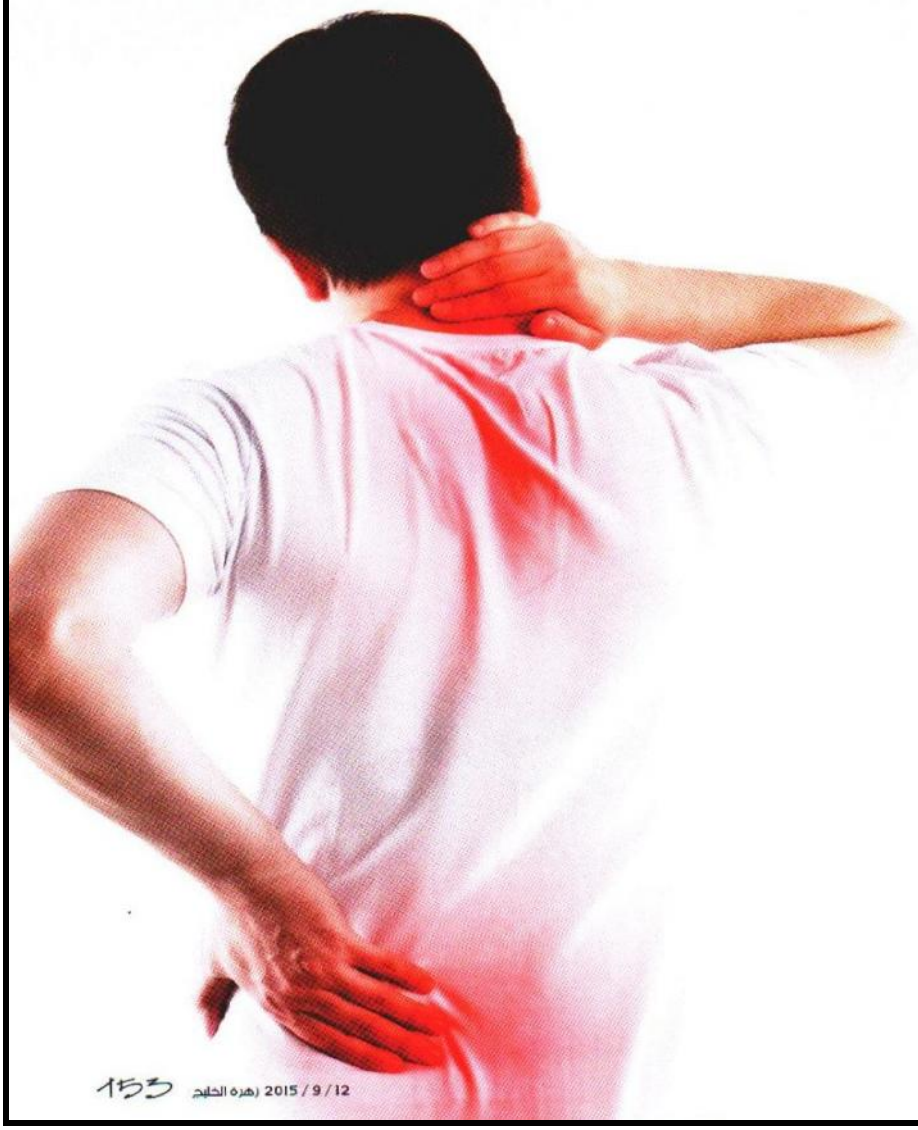
NOVARTIS PHARMACEUTICALS

PRESS CLIPPING SHEET

قبل أن تذهب إلى الطبيب..

تشعر بألم في الظهر؟ تخشى من إصابة في العمود الفقري؟ وهناك من همس في أذنيك أنك ربما تعاني «ديسك» يستحكم فيك؟ تريد استشارة طبيب؟ قبل أن تفعل راقب نفسك، لأن الطبيب سيسألك هذه الأسئلة:

- متى بدأت تشعر بالألم؟
- هل قمت بأنشطة مفرطة في الآونة الأخيرة؟
- هل حاولت علاج آلام ظهرك بنفسك؟
- هل تناولت أدوية معينة؟
- هل قمت بأنشطة رياضية معينة؟
- هل يتمدد الألم إلى أعضاء أخرى في جسمك؟
- هل شعرت بأن هناك حركات معينة تقوم بها تجعلك تشعر بألم أكبر؟



ر علاج

وقليلة، يستطيع المريض الشفاء منها في وقت أسرع بمضاعفات أقل.

كيف تتم الجراحات الحديثة ووفق أي أسلوب؟

يُدخل الجراح أداة رفيعة جداً، تشبه التليسكوب، مزودة بمنظار وعدسة وإضاءة بجهاز يمكّنه من رؤية ما في الجسم، عبر شق يُحدثه في العمود الفقري ويُدخل أنابيب إلى الجسم من خلال شقوق أخرى ويجري إدخال أدوات العملية الجراحية الرفيعة من خلال هذه الأنابيب. هذه العملية الذكية تحتاج إلى دقة ويحتاج أن يتمرن عليها أطباء الجراحة التقليدية، وأهميتها سرعة التئام الثقوب المفتوحة. وبالتالي الشفاء السريع. كما أن المريض لا يفقد خلالها كمية دم كبيرة. زدّ إلى كل هذا أن إمكانية الإصابة بالتهابات في جراحة تقليدية في العمود الفقري تتراوح نسبتها بين ست وثمان في المئة بينما هي لا تتعدى في الجراحة الذكية نسبة 0.8 في المئة.

يتكوّن العمود الفقري في جسم الإنسان من 33 فقرة، وهناك أيضاً خمس فقرات مسماة «قطنية» موجودة في الجزء الأسفل من الظهر، بين الفقرات الصدرية والفقرات العجزية، وشبه أكيد، كي لا نبحسم بالعشرة، أنه ليس هناك أي إنسان ناضج على سطح الكرة الأرضية إلا وعانى مرة على الأقل ألماً في الظهر. ويعاني، في الإحصاءات، أكثر من عشرين في المئة من أهل الأرض آلاماً شبه مستديمة في الظهر. تريدون أرقاماً ونسباً أكثر؟ ثمانون في المئة من الأمريكيين يعانون في وقت ما من حياتهم آلاماً في الظهر. وتكبد علاجات آلام الظهر الأمريكيين نحو مئة مليار دولار سنوياً بسبب العلاجات وتراجع نسبة الإنتاجية.

33 فقرة عادية إذن وخمس قطنية وسؤال: متى لا تنجح جراحة العمود الفقري؟

يعطي البروفسور تنوري مثلاً آخر: إذا تعطل دولاب في السيارة وجرى إصلاحه فهذا لا يعني أن الدولاب الآخر لن يتعطل بعد شهر أو سنة أو سنتين، وهكذا «الديسك» إذا أصاب فقرة أو فقرتين خلل أصلحناه عبر عمل جراحي فهذا لا يعني أبداً أن الفقرات الأخرى لن تصاب في يوم ما بخلل أيضاً. كل الفقرات معرضة بمجرد أن تُصاب فقرة ما بخلل. فهي كما سبق أن قلنا مثل الشيب الذي يبدأ في مكان ما ثم ينتقل من مكان إلى مكان. تريدون تبسيطاً أكثر؟ هناك أكثر من «ديسك» في الظهر وكل «ديسك» يوجد فوقه «ديسك» وتحته «ديسك».