

## PRESS CLIPPING SHEET

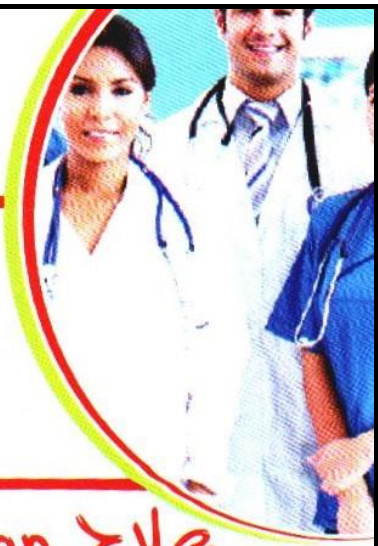
<b>PUBLICATION:</b>	Al Shabab
<b>DATE:</b>	December-2021
<b>COUNTRY:</b>	Egypt
<b>CIRCULATION:</b>	75,000
<b>TITLE:</b>	Targeted therapy destroys knee osteoarthritis pains without damaging the digestive system
<b>PAGE:</b>	50
<b>ARTICLE TYPE:</b>	Agency-Generated News
<b>REPORTER:</b>	Mervat Abdel Rahman
<b>AVE:</b>	9,500

# صحتك ثروتك



الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى، والصحة  
نعمة عظيمة نتمنى أن يتمتع بها كل إنسان بإذن الله، ويجب  
علينا الحفاظ عليها لكي نعيش حياة صحية بلا أمراض،  
ولذلك سوف نساعدك في هذه المساحة بتقديم أفضل وأحدث  
الدراسات والاستشارات الطبية في مجالات الصحة والتغذية  
السليمة والرياضة.

إعداد: مديفة عبد الرحمن



## علاج موجه يقضي على آلام خشونة الركبة بدون إلحاق الضرر بالجهاز العضلي



نصيحة.. تجنب هذه العادات  
الخطئة للحفاظ على صحة  
وسلامة المفاصل

اكتشاف جديد ومهم خرج علينا في الفترة الأخيرة  
لصالح مرضى خشونة الركبة والمفاصل، حيث لم  
تعد تقتصر هذه المشكلة على كبار السن فقط، لكن  
حالات كثيرة من إصابات الشباب أصبحت تسجل  
في الآونة الأخيرة، فهناك ما يقرب من حوالي 303  
ملايين شخص حول العالم مصابون به نسبة كبيرة  
منهم من الشباب، حيث تم اكتشاف نوع جديد من  
أنواع العلاجات الآمنة التي تتبع لهم نسب شفاء  
عالية ويستطيع السيطرة على الآلام، تفاصيل أكثر  
نعرفها من الأطباء المختصين بهذا المجال، ونعرف  
منهم الأسباب المؤدية إليها وكيفية الوقاية منها.

يوضح الأستاذ الدكتور عادل عدوي أستاذ جراحة  
العظام بجامعة بنها ووزير الصحة الأسبق أن:  
أن خشونة مفصل الركبة تعني وجود ضعف في  
غضروف الركبة والسائل الزلالي وخاصة في  
صابونة الركبة، مما يتسبب في حدوث احتكاك  
صابونة الركبة مع الغضروف فيشعر المصاب  
بأعراض مختلفة وأبرزها «سماع صوت طقطقة  
الأم شديدة عند صعود السلم، لا يستطيع السجود  
بطريقة سليمة»، وتعد هذه الاضطرابات ثاني  
المسببات الرئيسية للإعاقة الحركية وتمثل وحدها  
21 % من إجمالي سنوات الإعاقة الحركية على  
مستوى العالم.

وأكد أن هذا العلاج سوف يحدث طفرة كبيرة في  
علاج أمراض الخشونة دون أن يحدث أي ضرر  
بالجهاز الهضمي، حيث ارتفع معدل انتشار  
أمراض الاضطرابات العضلية الهيكلية بنحو  
45 % على مستوى العالم، مقارنة بالسنوات  
السابقة، فأصبحت هذه من حيث الاضطرابات  
تعد ثاني المسببات الرئيسية للإعاقة الحركية  
وتمثل وحدها 21 % من إجمالي سنوات الإعاقة  
الحركية على مستوى العالم، وقد أصيب بالتهابات  
المفاصل الحادة والمزمنة بصورة عامة حوالي 303  
ملايين شخص حول العالم طبقا لتقديرات عام  
2017، هذا وتعتبر التهابات وخشونة المفاصل  
من أكثر الأمراض التي تصيب الجهاز الحركي  
بصفة عامة، ويأتي ضمن قائمة أكثر 10 أمراض  
غير معدية انتشاراً طبقاً للمؤشر العالمي لسنوات

للنظام العلاجي الدوائي،  
ومن جانبه قال الدكتور أشرف النحال أستاذ  
جراحة العظام بجامعة القاهرة: تتمثل الأهداف  
العلاجية لمرضى الآلام المزمنة بشكل أساسي  
في القضاء على معاناتهم من الألم أو استعادة  
الحركة الطبيعية للمفصل وتحسين الصحة العامة  
ومهارات التأقلم.

ويوضح الأستاذ الدكتور عبدالسلام عيد أستاذ  
جراحة العظام وعميد كلية الطب جامعة الزقازيق:  
أن خشونة المفاصل تسبب إعاقة للشخص  
وصعوبة ومعاناة في الحركة، ويصبح المريض عبئا  
على أسرته وعلى المجتمع ككل، ويؤدي الإفراط  
في تناول مضادات الالتهاب لفترات طويلة دون  
استشارة طبيب إلى تأثير سلبي على الجهاز  
الهضمي، وقد يتطور إلى فشل كلوي، مؤكداً أنه  
لا يوجد علاج تام للقضاء على خشونة غير  
العمليات، وأن العقار يعد طفرة في علاج المريض  
ويعالج الالتهاب بدون أعراض جانبية، لأن السيطرة  
على الألم يعد حقاً من حقوق الإنسان.

الإعاقة الحركية.  
وأشار الدكتور جمال حسني أستاذ جراحة  
العظام بجامعة بنها ورئيس جمعية جراحة العظام  
المصرية: يمكن تقسيم نمط علاج التهاب المفاصل  
إلى فئتين: العلاج غير الدوائي والعلاج الدوائي،  
وتتركز جهود العلاج غير الدوائي لهذا المرض على  
التثقيف والتوعية الصحية، والاستشارات الغذائية  
وتشجيع المريض على فقدان الوزن من خلال  
وضع أهداف واقعية يمكنه تحقيقها، مع تحفيزه  
المستمر وإعادة تقييم الوزن بصفة منتظمة، إلى  
جانب تشجيعه على ممارسة التمارين الرياضية  
مع توضيح كيفية تقوية العضلات المحيطة بالمفصل  
المصاب، وممارسة تمارين الأيروبيكس لزيادة  
اللياقة البدنية بشكل عام. وهو ما اعتقد أنه دور  
رئيسي ومحوري تمارسه جمعية جراحة العظام  
المصرية، ويمكنها من خلاله دعم مرضى التهاب  
المفاصل عن طريق التوعية الطبية المستمرة وتقديم  
الاستشارات والإرشادات لتحسين الصحة  
والسلامة العامة ونمط الحياة بشكل عام استكمالاً