



در رفتگی شانه

مفصل شانه متحرکترین مفصل بدن است. این مفصل در جهات مختلف میچرخد و همین امر احتمال در رفتگی این مفصل را افزایش میدهد. مفصل شانه از در کنار هم قرار گرفتن دو استخوان تشکیل میشود. قسمت بالایی استخوان بازو که به سر استخوان بازو معروف است با قسمتی از استخوان کتف که آنرا حفره گلنویید می گویند در کنار یکدیگر قرار میگیرند و مفصل شانه را بوجود می آورند .

پایداری مفصل شانه معمولاً توسط بافت هایی که در اطراف مفصل وجود دارد تامین میشود. رباط ها و عضلات اطراف مفصل شانه، سر استخوان بازو را در سر جایش و در داخل حفره گلنویید پایدار نگه میدارند. در حین دررفتگی مفصلی، این بافت ها پاره می شوند. در، دررفتگی شانه سر استخوان بازو از این حفره خارج میشود.

دررفتگی شانه



دررفتگی مفصل شانه چگونه ایجاد میشود؟

دررفتگی شانه به دو نوع دررفتگی قدامی و خلفی تقسیم بندی میشود. دررفتگی قدامی وقتی است که سر استخوان بازو از حفره گلنویید خارج شده و به سمت جلو حرکت میکند و در دررفتگی خلفی شانه، سر استخوان بازو به خلف یا عقب حفره گلنویید جابجا میشود. دررفتگی قدامی شانه بسیار شایعتر از در رفتگی خلفی است.

شایعترین علت دررفتگی مفصل شانه، زمین خوردن با کف دست یا بر روی شانه است و در ورزشکاران، کشتی گیران و افراد مسن بسیار شایع است. دررفتگی مفصل شانه شایعترین دررفتگی مفصلی در انسان است با این حال در بچه ها بندرت اتفاق میفتد .

علائم دررفتگی شانه

1. ظاهر شانه غیر طبیعی است .
2. ورم یا کبودی شانه
3. درد شدید
4. عدم توانایی برای حرکت دادن مفاصل شانه

در رفتن شانه می تواند همچنین باعث بی حس شدن، ضعف یا احساس سوزش در نواحی نزدیک آسیب دیدگی مثل ناحیه گردن یا پایین بازوی فرد شود. عضلات شانه ممکن است در این حالت دچار اسپاسم و گرفتگی شوند و این مشکل معمولاً با افزایش درد همراه است. در رفتگی کتف می تواند در نتیجه آسیب های ورزشی، صدمات مربوط به فعالیت های شدید، افتادن یا تصادف ایجاد شود. روش های درمان در رفتگی شانه

- 1- **جا انداختن شانه:** پزشک با حرکات خاص، استخوان های شانه را به محل صحیح باز گردانده و در رفتگی را جا می اندازد. در این حالت با توجه به مقدار درد و ورم، ممکن است نیاز به مسکن یا ماده بی حسی وجود داشته باشد .
- 2- **عمل جراحی:** در موارد نادر، در صورتی که اعصاب یا رگ های خونی فرد آسیب دیده باشد، ممکن است نیاز به عمل جراحی باشد .
- 3- **بی حرکت کردن:** پزشک ممکن است از آتل برای چند روز تا چند هفته به منظور بی حرکت کردن وضعیت شانه و بازو استفاده کند .
- 4- **دارو:** پزشک ممکن است داروهای مسکن یا شل کننده عضلات برای بیمار با هدف راحتی بیشتر در زمان درمان و بهبود شانه و بازو تجویز کند .
- 5- **توان بخشی:** پس از اینکه آتل بیمار برداشته شد، برنامه توانبخشی تدریجی برای بازیابی دامنه حرکت، نیرومندی و ثبات مفصل شانه برای وی شروع می شود.

واحد آموزش به بیمار

پاییز 1400