

۱۱۴ درد زانو

زانو یکی از مفاصل اصلی تحمل‌کننده وزن بدن است و به همین خاطر در معرض فرسودگی زیادی قرار دارد. پایداری و ثبات این مفصل تا حد زیادی به عضلات و رباط های اطراف آن بستگی دارد. کارهایی که نیازمند خم شدن یا زانو زدن زیاد یا انجام فعالیت‌های خاص باشند، خطر صدمه زانو را بیشتر می‌کنند. در صورت دردناک بودن یک یا هر دو زانویتان از این نمودار استفاده کنید.

شروع

آیا زانویتان اخیراً آسیب دیده است؟

خیر

آیا زانویتان قرمز، گرم و متورم شده است و با لمس کردن درد می‌گیرد؟

بله

خیر

آیا هیچ وقت احساس قفل شدن زانو یا جا خالی دادن داشته‌اید؟

بله

خیر

اگر با استفاده از این نمودار نمی‌توانید به هیچ تشخیصی برسید و دردتان شدید و پایدار است، به پزشک خود مراجعه کنید.

آیا درد زانویتان به مرور و طی چند ماه یا چند سال بیشتر شده است؟

بله

خیر

علت احتمالی: ممکن است علت این علایم، پارگی غضروف یا صدمه یکی از رباط های مفصل زانو باشد. چنین مشکلاتی معمولاً به علت پیچ خوردن زانو در حالی که وزن را تحمل می‌کند، ایجاد می‌شوند.

اقدامات لازم: به پزشک خود مراجعه کنید. وی احتمالاً شما را برای بررسی‌هایی مثل آرتروسکوپی (همین صفحه) به بیمارستان ارجاع خواهد داد. شاید بتوان آسیب ایجاد شده را طی آرتروسکوپی ترمیم کرد. شاید هم لازم شود که جراحی ترمیمی در زمان دیگری انجام شود.

بله

آیا زانویتان فوق‌العاده دردناک است؟ آیا شکل طبیعی خودش را از دست داده است؟ آیا نمی‌توانید زانویتان را حرکت دهید یا وزن خود را روی آن بیندازید؟

خیر

علت احتمالی: ممکن است علت درد، آسیب عضلات، رباط‌ها یا غضروف‌های زانو باشد.

اقدامات لازم: از اقدامات کمک‌کننده در این مورد استفاده کنید (به میچ «درمان پیچ‌خوردگی و رگ به رگ شدن» صفحه ۲۲۹ مراجعه کنید. در صورت شدید بودن درد یا بهتر نشدن علایم در عرض ۴۸ ساعت، به پزشک خود مراجعه کنید.

در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

علت احتمالی: شایع‌ترین علت این علایم، نقرس است. در این بیماری، بلورهای اسید اوریک در داخل مفصل تشکیل می‌شوند و با ایجاد رسوب باعث التهاب می‌شوند. احتمال عفونت مفصل هم وجود دارد.

اقدامات لازم: پزشک شما را معاینه و احتمالاً آزمایش خون و بررسی نمونه‌ای از مایع مفصلی را درخواست خواهد کرد. در صورت ابتلا به نقرس، داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی برای تان تجویز خواهد شد. اگر علایم عود کند، شاید درمان درازمدت برای کاهش مقدار اسیداوریک بدن لازم شود. در موارد عفونت مفصل لازم است درمان با آنتی‌بیوتیک‌ها انجام شود. در این موارد، شروع درمان، در بیمارستان انجام می‌شود.

علت احتمالی: یکی از تشخیص‌های احتمالی، آرتروز (استئوآرتروز) است. این بیماری، حالت پیش‌رونده دارد و در آن، غضروف انتهای استخوان‌ها به مرور تخریب می‌شود. در صورتی که سن شما بالای ۵۰ سال باشد، مفصل قبلاً صدمه دیده باشد یا اضافه وزن داشته باشید، احتمال ابتلا به آرتروز بیشتر می‌شود.

اقدامات لازم: به پزشک خود مراجعه کنید. وی شما را معاینه خواهد کرد و احتمالاً برای تأیید تشخیص، آزمایش خون و عکسبرداری (صفحه ۳۹) درخواست می‌کند. داروهای مسکن بدون نسخه، در تسکین علایم مفید واقع می‌شوند. در صورتی که دچار اضافه وزن باشید، کاهش وزن به شما کمک می‌کند. در برخی موارد، پزشک ممکن است برای تقویت عضلات اطراف مفصل شما را به متخصص فیزیوتراپی ارجاع دهد. در موارد شدید ممکن است تعویض مفصل (صفحه ۲۲۹) ضرورت پیدا کند.

اورژانس! فوراً آمبولانس درخواست کنید.

علت احتمالی: شکستگی یا دررفتگی که باعث خونریزی در داخل مفصل زانو شده باشد، آسیب شدید عضلات، رباط‌ها یا غضروف زانو از علت‌های احتمالی هستند.

اقدامات لازم: لازم است که برای تشخیص نوع و شدت آسیب، عکسبرداری (صفحه ۳۹) انجام شود. گاهی برای جا انداختن استخوان‌ها جراحی ضرورت پیدا می‌کند. بسته به نوع آسیب، ممکن است لازم باشد که ناحیه آسیب دیده را کچ گرفت یا محکم را با باند بست.

آرتروسکوپی

از روش آرتروسکوپی، با استفاده از وسیله‌ای به نام آرتروسکوپ، داخل مفصل نشان داده می‌شود. معمولاً این کار زیر بیهوشی عمومی انجام می‌شود. آرتروسکوپ از طریق برش کوچکی که در پوست ایجاد می‌شود، وارد مفصل می‌شود و تصویر به دست آمده از آن بر روی صفحه‌ای نمایش داده می‌شود. ابزارهای کوچک بسیاری را می‌توان از میان آرتروسکوپ یا برش‌های کوچک دیگر وارد مفصل کرد. با مشاهده تصویر در نمایشگر، جراح می‌تواند اعمالی مثل ترمیم پارگی رباط‌ها یا خارج کردن غضروف آسیب دیده را انجام دهد. سپس مایعی از طریق یک لوله به داخل مفصل وارد می‌شود تا بقایای اضافی ناحیه عمل شده را شستشو دهد و خارج کند.

تصویر مفصل زانو



نحوه انجام آرتروسکوپی

یک آرتروسکوپ و یک ردیاب داخل مفصل می‌شود تا به جراح امکان مشاهده مفصل را بدهد. از ردیاب می‌توان برای دستکاری غضروف و بهبود دید استفاده کرد.