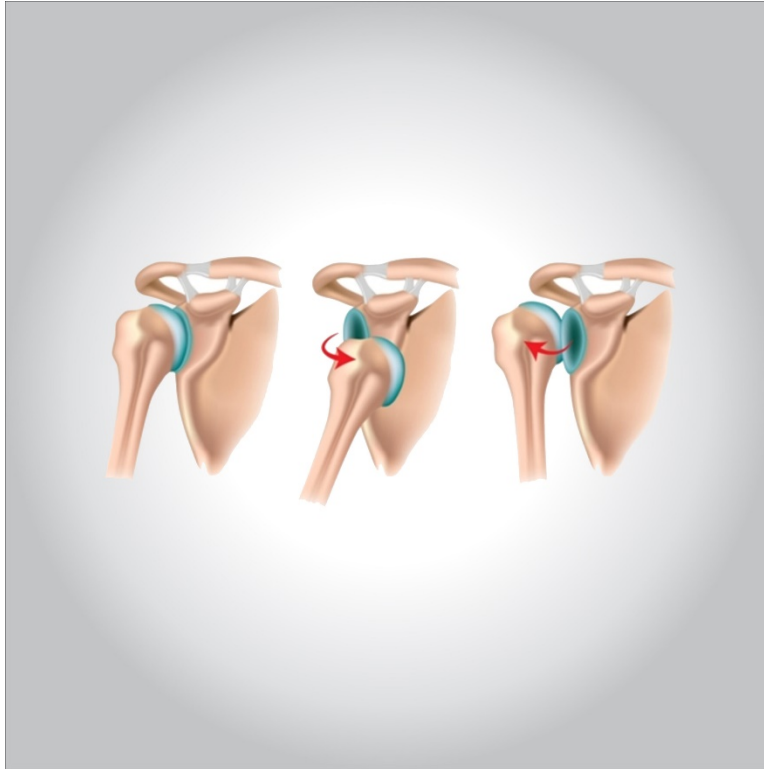




DISLOCATION

Sinusitis is an inflammation or swelling of the tissue lining the sinuses. Healthy sinuses are filled with air. But when they become blocked and filled with fluid, germs can grow and cause an infection.





What are the symptoms?

A dislocated joint can be:

- **Visibly deformed or out of place**
- **Swollen or discolored**
- **Intensely painful**
- **Immovable**





When to see a doctor

It can be difficult to tell a broken bone from a dislocated bone. For either type of injury, get medical help right away. If possible, ice the joint and keep it immobile while you're waiting to be seen.



What are the causes?

Dislocations can occur in contact sports, such as football and hockey, and in sports in which falls are common, such as downhill skiing, gymnastics and volleyball. Basketball players and football players also commonly dislocate joints in their fingers and hands by accidentally striking the ball, the ground or another player.

A hard blow to a joint during a motor vehicle accident and landing on an outstretched arm during a fall are other common causes.



What are the risk factors?

Risk factors for a joint dislocation include:

- **Susceptibility to falls.**Falling increases your chances of a dislocated joint if you use your arms to brace for impact or if you land forcefully on a body part, such as your hip or shoulder.
- **Some people are born with ligaments that are looser and more prone to injury than those of other people.**
- **Sports participation.**Many dislocations occur during high-impact or contact sports, such as gymnastics, wrestling, basketball and football.
- **Motor vehicle accidents.**These are the most common cause of hip dislocations, especially for people not wearing a seat belt.

What are the complications?

Complications of a joint dislocation can include:

- **Tearing of the muscles, ligaments and tendons that reinforce the injured joint**
- **Nerve or blood vessel damage in or around your joint**
- **Susceptibility to reinjury if you have a severe dislocation or repeated dislocations**

- **Development of arthritis in the affected joint as you age**

Stretching or tearing of ligaments or tendons that support your injured joint or damage to nerves or blood vessels surrounding the joint might require surgery to repair these tissues.

What is the prevention?

To help prevent a dislocation:

- **Take precautions to avoid falls.**Get your eyes checked regularly. Ask your doctor or pharmacist if any of the drugs you take might make you dizzy. Be sure your home is well-lighted and that you remove any potential tripping hazards from the areas where you walk.
- **Play safely.**Wear the suggested protective gear when you play contact sports.
- **Avoid recurrence.**Once you've dislocated a joint, you might be more susceptible to future dislocations. To avoid recurrence, do strength and stability exercises as recommended by your doctor or physical therapist to improve joint support.

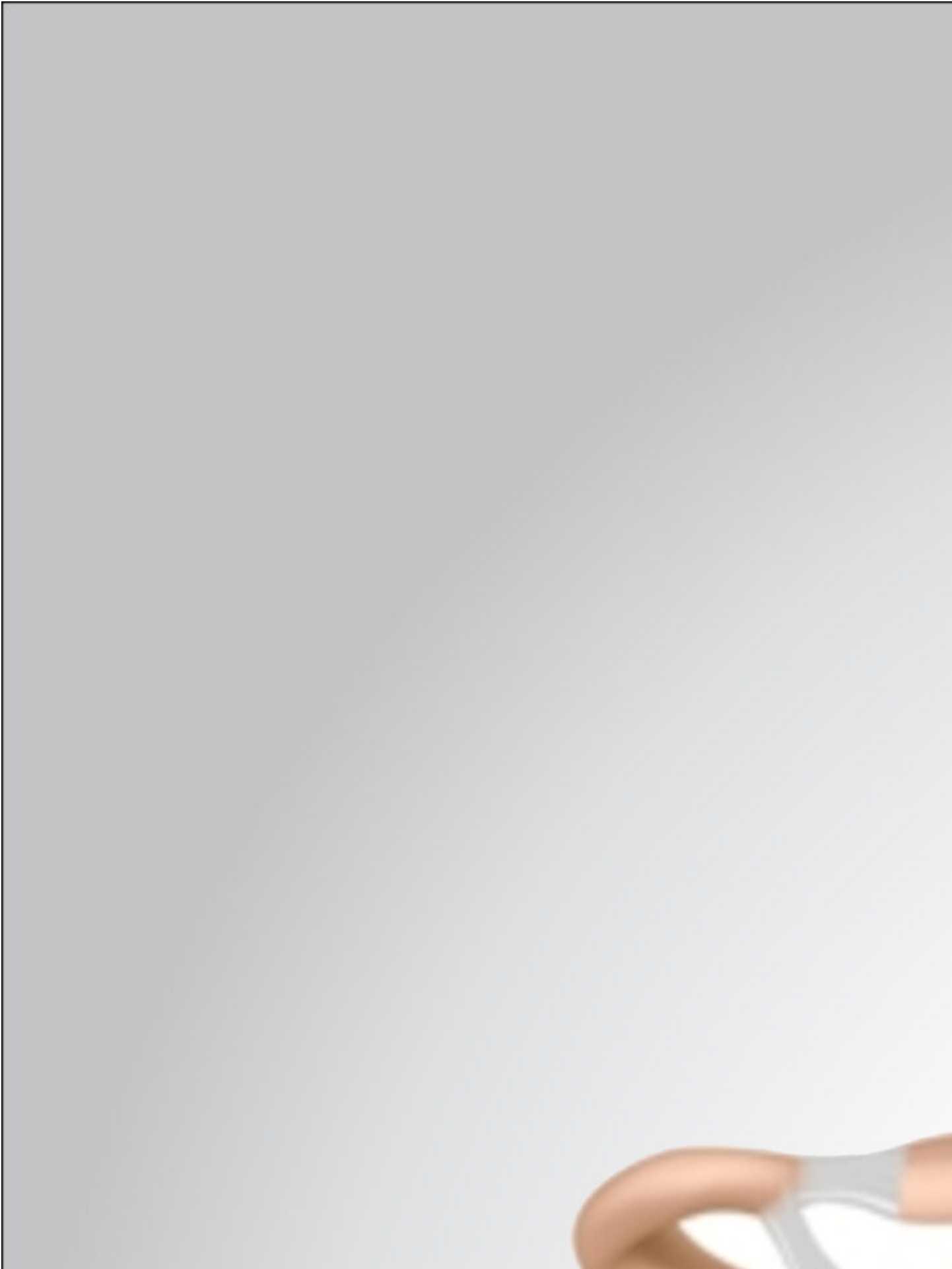
Treatment:

The dislocated joint must be fixed with a pillow so that the joint bones do not collide, and it is allowed to move with the least possible pain, taking into account that the dislocation is returned to its place by specialized personnel.

الخلع

التهاب الجيوب الأنفية هو التهاب أو تورم في الأنسجة المبطنة للجيوب الأنفية. تمتلئ الجيوب الأنفية الصحية بالهواء. ولكن عندما يتم انسدادها وامتلائها بالسوائل ، يمكن أن تنمو الجراثيم وتسبب العدوى.





ما هي الاعراض؟

يمكن أن يكون المفصل المخلوع:

- مشوهة بشكل واضح أو خارج المكان
- تورم أو تغير لونها
- مؤلم بشدة
- ثابت





متى ترى الطبيب؟

قد يكون من الصعب التمييز بين العظم المكسور والعظم المخلوع. لأي نوع من الإصابات ، احصل على المساعدة الطبية على الفور. إذا كان ذلك ممكناً ، ضع الثلج على المفصل وحافظ على ثباته أثناء انتظار رؤيتك.



ما هي الاسباب؟

يمكن أن تحدث الاضطرابات في الرياضات التي تتطلب الاحتكاك الجسدي ، مثل كرة القدم ، وفي الرياضات التي يشيع فيها السقوط ، مثل التزلج على المنحدرات والجمباز والكرة الطائرة. عادةً ما يقوم لاعبو كرة السلة ولاعبو كرة القدم بخلع مفاصل أصابعهم وأيديهم عن طريق ضرب الكرة أو الأرض أو لاعب آخر عن طريق الخطأ.

من الأسباب الشائعة الأخرى حدوث ضربة قاسية للمفصل أثناء حادث سيارة والهبوط على ذراع ممدودة أثناء السقوط.



ما هي عوامل الخطر؟

تشمل عوامل الخطر لخلع المفصل ما يلي:

- يزيد السقوط من احتمالية إصابتك بخلع مفصل إذا استخدمت ذراعيك القابلية للسقوط .
- للاستعداد للتأثير أو إذا هبطت بقوة على جزء من الجسم ، مثل وركك أو كتفك .
- العوامل الجينية يولد بعض الناس بأربطة أكثر مرونة وأكثر عرضة للإصابة من غيرهم .

- تحدث العديد من الاضطرابات أثناء الرياضات الشديدة التأثير أو التي .المشاركة الرياضية • .تتطلب الاحتكاك ، مثل الجمباز والمصارعة وكرة السلة وكرة القدم
- هذه هي السبب الأكثر شيوعاً لخلع الورك ، خاصةً للأشخاص الذين لا ..حوادث السيارات • .يرتدون حزام الأمان

ما هي المضاعفات؟

:يمكن أن تشمل مضاعفات خلع المفصل ما يلي

- تمزق العضلات والأربطة والأوتار التي تقوي المفصل المصاب •
 - تلف الأعصاب أو الأوعية الدموية في المفصل أو حوله •
 - قابلية الإصابة مرة أخرى إذا كان لديك خلع شديد أو اضطرابات متكررة •
 - تطور التهاب المفاصل في المفصل المصاب مع تقدمك في العمر •
- قد يتطلب شد أو تمزق الأربطة أو الأوتار التي تدعم المفصل المصاب أو تلف الأعصاب أو الأوعية الدموية المحيطة بالمفصل جراحة لإصلاح هذه الأنسجة.

ما هي طرق الوقاية؟

:للمساعدة في منع الخلع

- افحص عينيك بانتظام. اسأل طبيبك أو الصيدلي .اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب السقوط •
- عما إذا كان أي من الأدوية التي تتناولها قد يجعلك تصاب بالدوار. تأكد من أن منزلك مضاء جيداً وأنك تزيل أي مخاطر تعثر محتملة من المناطق التي تمشي فيها

- ارتدِ الملابس الواقية المقترحة عند ممارسة الرياضات التي تتطلب الاحتكاك .العب بأمان .
- الجسدي
- بمجرد خلع المفصل ، قد تكون أكثر عرضة للاضطرابات المستقبلية. لتجنب .تجنب التكرار
- التكرار ، مارس تمارين القوة والثبات على النحو الذي أوصى به طبيبك أو أخصائي العلاج الطبيعي لتحسين دعم المفاصل

:علاج او معاملة

يجب تثبيت المفصل المخلوع بوسادة حتى لا تصطدم عظام المفصل ، ويسمح لها بالحركة بأقل قدر ممكن من الألم ، مع مراعاة أن الخلع يعود إلى مكانه بواسطة متخصصين