**الشرائح**

1. الجراحة بالمنظار

تنظير المفصل هو إجراء جراحي يتم فيه إدخال منظار المفصل في المفصل.

1. تنظير الركبة

تنظير مفصل الركبة هو إجراء جراحي شائع يتم إجراؤه باستخدام منظار المفصل لعلاج مشكلة في الركبة.

1. اضطرابات الورك والركبة

تساعد عمليات استبدال مفصل الورك ومفاصل الركبة الأشخاص من جميع الأعمار على عيش حياة نشطة وخالية من الألم.

**الملف الشخصي للطبيب**

دكتور ريبوار عبدالله علاف، طبيب

[rebwar.allaf@gmail.cm](mailto:rebwar.allaf@gmail.com)

الدكتور ريبوار علاف هو شريك في عيادة العظام، أحد جراحي العظام الرائدين في العالم.

يجمع الدكتور ريبوار علاف، جراح العظام واليد الموقر لدينا، بين أكثر من عقد من الخبرة المتخصصة مع التفاني في التميز الجراحي. يتمتع الدكتور علاف بخبرة واسعة في جراحة العظام العامة وجراحات اليد المعقدة، مما يؤهله بشكل فريد لمعالجة مجموعة واسعة من حالات العظام، بدءًا من استبدال المفاصل وحتى إعادة بناء اليد المعقدة.

في مجال جراحة العظام واليد، يعد الدكتور ريبوار علاف حجر الزاوية المعترف به في مجال الرعاية الصحية في المنطقة. لقد أكسبته دقته الجراحية والتزامه بالرعاية التي تركز على المريض ثقة المجتمع. خارج غرفة العمليات، يشارك الدكتور علاف بنشاط في مبادرات صحة المجتمع، مما يعزز دوره كشخصية مهمة في مجال الرعاية الصحية. بفضل سمعته الطيبة في تحقيق النتائج المثلى والرعاية الرحيمة، يعد الدكتور ريبوار علاف أحد الأصول التي لا غنى عنها لعيادتنا ومؤثرًا رئيسيًا في المشهد الصحي العضلي الهيكلي المحلي.

**التعليم:**

بكالوريوس الطب والجراحة (مع مرتبة الشرف) البكالوريوس (مع مرتبة الشرف) FRCS (Tr & Orth)، أصبح جراح العظام المعالج في مستشفى الجراحة الخاصة.

**الخبرة**

يتمتع الدكتور ريبوار علاف بخبرة تزيد عن 20 عامًا في جراحة العظام واليد كأستاذ.

**إنجازات**

عالج ما يقرب من 500 رياضي محترف وأولمبي بنجاح.

**اختصاص**

استبدال الورك والركبة، جراحة المفاصل الأولية والمراجعة.

**العضوية**

عضو وأمين فريق المؤسسة الأولمبية الأسترالية.

**عن العيادة**

**تعرف على عيادة العظام**

**نحن متخصصون في علاج الورك والركبة والكتف والطب التجديدي. أحدث التقنيات الطبية مع أحدث المرافق الطبية لتزويد مرضاه بأفضل النتائج الممكنة.**

1. **تعرف على عيادة العظام**

حن متخصصون في علاج الورك والركبة والكتف والطب التجديدي. أحدث التقنيات الطبية مع أحدث المرافق الطبية لتزويد مرضاه بأفضل النتائج الممكنة.

1. **خدمات شاملة**

في عيادة الدكتور ريبوار علاف، نقدم مجموعة شاملة من خدمات جراحة العظام، بدءًا من استبدال المفاصل وحتى الطب الرياضي وإدارة الصدمات. يلبي نهجنا متعدد التخصصات الاحتياجات المتنوعة لمرضانا، ويقدم خطط علاج شاملة وشخصية.

الأطباء الخبراء

تضم عيادتنا فريقًا من أطباء العظام ذوي المهارات العالية والخبرة. بفضل خبراتهم في مختلف التخصصات، يقدم أطباؤنا ثروة من المعرفة لضمان حصول كل مريض على رعاية مخصصة وعلى أعلى مستوى.

1. **التميز الاصولی**

مع تاريخ يمتد لأكثر من 20 عامًا، كان الدكتور ريبوار علاف رائدًا في رعاية العظام. إن إرثنا الدائم مبني على أساس من التميز والثقة والسعي الحثيث لتحقيق أعلى المعايير في مجال الرعاية الصحية.

مع تاريخ يمتد لأكثر من 20 عامًا، كان الدكتور ريبوار علاف رائدًا في رعاية العظام. إن إرثنا الدائم مبني على أساس من التميز والثقة والسعي الحثيث لتحقيق أعلى المعايير في مجال الرعاية الصحية.

مرحبًا بكم في عيادة الدكتور ريبوار علاف لجراحة العظام، حيث تتلاقى الرعاية الرحيمة والخبرة المتطورة لتقديم حلول تقويمية لا مثيل لها. عيادتنا مخصصة لتعزيز صحة العضلات والعظام، مما يضمن حصول كل مريض على رعاية شخصية وشاملة لمجموعة من حالات العظام.

**الخدمات**

مجموعة واسعة من علاجات العظام

نحن متخصصون في علاج الورك والركبة والكتف والطب التجديدي. أحدث التقنيات الطبية مع أحدث المرافق الطبية لتزويد مرضاه بأفضل النتائج الممكنة.

1. **جراحة اليد والمعصم**

تتكون اليد والمعصم من العديد من العظام والأوتار والأربطة التي تسمح بحركات معقدة. من الشائع حدوث حالات مثل متلازمة النفق الرسغي والتهاب الأوتار والكسور. تسبب متلازمة النفق الرسغي تنميلًا ووخزًا بسبب الضغط على العصب المتوسط. ينجم التهاب الأوتار عن الإفراط في الاستخدام، مما يؤدي إلى الألم والتورم. يمكن أن تحدث الكسور بسبب الصدمة، مما يسبب الألم وصعوبة الحركة. يشمل العلاج التجبير أو العلاج أو الأدوية أو الجراحة، اعتمادًا على شدته.

**حالات:**

* متلازمة النفق الرسغي
* إصبع الزناد/الإبهام.
* التهاب غمد الوتر دي كواترين
* الخراجات العقدية
* التواء المعصم
* كسور اليد (مثل كسور المشط)
* انكماش دوبوترين
* التهاب المفاصل الروماتويدي في اليد/الرسغ

**إجراءات:**

1. تحرير النفق الرسغي: إجراء جراحي لتخفيف الضغط على العصب المتوسط في الرسغ عن طريق قطع الرباط الرسغي المستعرض. يخفف هذا الإجراء من أعراض متلازمة النفق الرسغي، مثل التنميل والوخز في اليد والأصابع.
2. إطلاق إصبع الزناد: التصحيح الجراحي للإصبع الزنادي، وهي حالة يعلق فيها الإصبع في وضع منحني بسبب التهاب أو سماكة غمد الوتر المثني. يقوم الجراح بتحرير الجزء الضيق من الغمد للسماح بحركة الإصبع بسلاسة.
3. إطلاق تقلص دوبويترين: عملية جراحية لتصحيح تقلص دوبويترين، وهي حالة يتحول فيها النسيج السميك في راحة اليد إلى حبال ضيقة، مما يؤدي إلى انحناء الأصابع إلى الداخل. يقوم الجراح بإزالة هذه الحبال أو تقسيمها لاستعادة حركة الأصابع.
4. تنظير المعصم: إجراء طفيف التوغل باستخدام كاميرا صغيرة وأدوات جراحية لتشخيص وعلاج حالات المعصم المختلفة، مثل إصابات الأربطة أو تلف الغضروف أو كسور المعصم.
5. **جراحة القدم والكاحل**

تدعم القدم والكاحل وزن الجسم وتسهل الحركة، مما يجعلهما عرضة للإصابات والظروف. تشمل المشاكل الشائعة التهاب اللفافة الأخمصية والالتواء في الكاحل والتهاب وتر العرقوب. يسبب التهاب اللفافة الأخمصية ألمًا في الكعب بسبب التهاب اللفافة الأخمصية. يحدث التواء الكاحل نتيجة الالتواء، مما يسبب الألم والتورم. يتضمن التهاب وتر العرقوب ألمًا وتيبسًا في وتر العرقوب، وغالبًا ما يكون ذلك بسبب الإفراط في الاستخدام. تتراوح العلاجات من الراحة والثلج إلى العلاج الطبيعي أو الجراحة، اعتمادًا على شدة المرض.

**حالات:**

* التهاب اللفافة الأخمصية
* الالتواء في الكاحل
* التهاب وتر أخيل
* الأورام (إبهام القدم الأروح)
* ورم مورتون العصبي
* الثآليل الأخمصية
* متلازمة النفق الرصغي
* الأقواس العالية (pes cavus)

**إجراءات:**

1. دمج الكاحل (الإيثاق المفصلي): دمج جراحي لمفصل الكاحل لعلاج التهاب المفاصل الحاد أو عدم الاستقرار. يقوم الجراح بإزالة الغضروف التالف ثم يقوم بدمج العظام معًا باستخدام البراغي أو الصفائح أو الطعوم العظمية.
2. إصلاح وتر العرقوب: إصلاح جراحي لوتر العرقوب الممزق، ويتم إجراؤه عادةً عن طريق خياطة الأطراف الممزقة معًا مرة أخرى أو استخدام الطعوم لتعزيز الإصلاح.
3. استئصال الورم: الاستئصال الجراحي للورم، وهو نتوء عظمي يتشكل عند قاعدة إصبع القدم الكبير. يقوم الجراح بإعادة تنظيم العظام والأنسجة الرخوة لتخفيف الألم وتحسين وظيفة القدم.
4. إعادة بناء أربطة الكاحل: عملية جراحية لإصلاح أو إعادة بناء الأربطة التالفة في الكاحل، والتي يتم إجراؤها عادةً لعلاج عدم الاستقرار المزمن في الكاحل أو الالتواء المتكرر في الكاحل. قد يستخدم الجراح ترقيع الأنسجة أو المواد الاصطناعية لتقوية الأربطة.
5. **جراحة الورك**

الورك عبارة عن مفصل كروي ومقبس يربط عظم الفخذ (عظم الفخذ) بالحوض. تشمل مشكلات الورك الشائعة التهاب المفاصل والتهاب الجراب والكسور. يمكن أن يسبب التهاب المفاصل الألم والتيبس، بينما يؤدي التهاب الجراب إلى التهاب وألم. الكسور هي كسور في عظم الورك، غالبًا ما تكون بسبب السقوط أو هشاشة العظام. تتراوح العلاجات من الأدوية والعلاج الطبيعي إلى الجراحة، اعتمادًا على شدة الحالة.

**حالات:**

* هشاشة العظام في الورك
* كسور الورك.
* التهاب كيسي في الورك
* متلازمة اصطدام الورك.
* تمزقات الورك الشفوية.
* نخر الأوعية الدموية في الورك
* تشوهات مفصل الفخذ.
* التهاب كيسي مدوري

**إجراءات:**

1. استبدال مفصل الورك بالكامل (THR): يتضمن THR إزالة العظام والغضاريف التالفة من مفصل الورك واستبدالها بمكونات صناعية مصنوعة من المعدن أو السيراميك أو البلاستيك. يهدف هذا الإجراء إلى تخفيف الألم وتحسين الوظيفة لدى المرضى الذين يعانون من التهاب مفاصل الورك الشديد أو الكسور.
2. تنظير مفصل الورك: إجراء طفيف التوغل حيث يتم إدخال كاميرا صغيرة وأدوات جراحية من خلال شقوق صغيرة حول مفصل الورك. يتم استخدامه لتشخيص وعلاج حالات الورك المختلفة مثل التمزقات الشفوية واصطدام الورك والغضروف المفكوك.
3. إعادة تسطيح الورك: مثل THR، ولكن بدلاً من إزالة رأس عظم الفخذ بالكامل، تتم إزالة السطح التالف فقط وتغطيته بدعامة معدنية. يحافظ هذا على المزيد من العظام، وغالبًا ما يوصى به للمرضى الأصغر سنًا والنشطين المصابين بالتهاب مفاصل الورك.
4. إصلاح كسر الورك: عملية جراحية لتثبيت الورك المكسور، وعادةً ما يتم ذلك باستخدام مسامير أو ألواح أو قضبان معدنية لتثبيت العظام المكسورة في مكانها. يهدف هذا الإجراء إلى استعادة الاستقرار والوظيفة لمفصل الورك، مما يسمح بالشفاء وإعادة التأهيل المناسبين.
5. **جراحة الركبة**

الركبة مفصل معقد ضروري للمشي والجري والقفز. تشمل مشاكل الركبة الشائعة التهاب المفاصل وتمزقات الأربطة (مثل الرباط الصليبي الأمامي أو الرباط الصليبي الأمامي) وتمزق الغضروف المفصلي. يؤدي التهاب المفاصل إلى الألم والتورم والتصلب، بينما تؤدي تمزقات الأربطة إلى عدم الاستقرار وصعوبة الحركة. تؤدي تمزقات الغضروف المفصلي إلى الألم والأحاسيس المقفلة. تشمل خيارات العلاج الراحة أو العلاج الطبيعي أو الحقن أو الجراحة، اعتمادًا على مدى الإصابة.

**حالات:**

* تمزق الرباط الصليبي الأمامي (ACL).
* الدموع الهلالية
* متلازمة الألم الرضفي الفخذي (ركبة العداء)
* هشاشة العظام في الركبة
* التهاب الجراب في الركبة (ما قبل الركبة أو pes anserine)
* التهاب الأوتار الرضفي (ركبة العبور)
* متلازمة النطاق الحرقفي الظنبوبي (IT).
* خلع الركبة

**إجراءات:**

1. الاستبدال الكامل للركبة (TKR): يتضمن TKR إزالة الغضاريف والعظام التالفة من مفصل الركبة واستبدالها بمكونات صناعية مصنوعة من المعدن والبلاستيك. يتم تنفيذ هذا الإجراء لتخفيف الألم وتحسين الحركة لدى المرضى الذين يعانون من التهاب مفاصل الركبة الشديد أو الإصابات.
2. تنظير مفصل الركبة: إجراء طفيف التوغل حيث يتم إدخال كاميرا صغيرة وأدوات جراحية من خلال شقوق صغيرة حول مفصل الركبة. يتم استخدامه لتشخيص وعلاج حالات الركبة المختلفة مثل تمزق الغضروف (الغضروف المفصلي)، وإصابات الأربطة، والأجسام المرتخية.
3. إعادة بناء الرباط الصليبي الأمامي: عملية جراحية لاستبدال الرباط الصليبي الأمامي الممزق (ACL) في الركبة بطعم وتر من جزء آخر من الجسم أو من متبرع. يهدف هذا الإجراء إلى استعادة الاستقرار والوظيفة لمفصل الركبة، خاصة عند الرياضيين أو الأفراد النشطين.
4. إصلاح الغضروف المفصلي: إصلاح جراحي للغضروف المفصلي الممزق في الركبة، ويتم إجراؤه عادةً باستخدام شقوق صغيرة وأدوات متخصصة. يتم خياطة حواف الغضروف المفصلي الممزقة معًا أو تثبيتها مرة أخرى على العظام لتعزيز الشفاء والحفاظ على وظيفة الركبة.
5. **جراحة الكتف والكوع**

تتيح مفاصل الكتف والمرفق نطاقًا واسعًا من الحركة ولكنها عرضة لمشاكل مختلفة. تشمل الحالات الشائعة تمزقات الكفة المدورة، ومرفق التنس، واصطدام الكتف. تسبب تمزقات الكفة المدورة الألم والضعف، مما يؤثر على حركة الذراع. ينتج مرفق لاعب التنس عن الإفراط في الاستخدام، مما يؤدي إلى الألم والألم حول المرفق. يسبب اصطدام الكتف ألمًا عند رفع الذراع بسبب التهاب الأوتار. قد يشمل العلاج الراحة أو العلاج الطبيعي أو الحقن أو الجراحة، اعتمادًا على شدة الحالة.

**حالات:**

* تمزقات الكفة المدورة
* متلازمة اصطدام الكتف
* الكتف المتجمدة (التهاب المحفظة اللاصق)
* خلع الكتف
* مرفق التنس (التهاب اللقيمة الوحشي)
* مرفق لاعب الجولف (التهاب اللقيمة الإنسية)
* التهاب وتر العضلة ذات الرأسين
* عدم استقرار الكتف

**إجراءات:**

1. إصلاح الكفة المدورة: إصلاح جراحي لوتر الكفة المدورة الممزق في الكتف. يقوم الجراح بإعادة ربط الوتر الممزق بالعظم باستخدام الغرز أو المثبتات لاستعادة القوة والوظيفة.
2. تنظير مفصل الكتف: إجراء طفيف التوغل باستخدام كاميرا صغيرة وأدوات جراحية لتشخيص وعلاج حالات الكتف المختلفة، مثل تمزقات الكفة المدورة، أو تمزقات الشفا، أو انحشار الكتف.
3. جراحة تومي جون (إعادة بناء الرباط الجانبي الزندي): إعادة بناء الرباط الجانبي الزندي (UCL) في المرفق، والتي يتم إجراؤها عادة لدى الرياضيين لإصلاح إصابات الأربطة، وخاصة في أباريق البيسبول.
4. تنظير مفصل المرفق: إجراء طفيف التوغل باستخدام كاميرا صغيرة وأدوات جراحية لتشخيص وعلاج حالات المرفق المختلفة، مثل الأجسام السائبة أو التهاب المفاصل أو مرفق لاعب التنس.
5. **جراحة العمود الفقري**

العمود الفقري هو العمود الفقري للجسم، ويتكون من فقرات، وأقراص، وأعصاب. تشمل حالات العمود الفقري الشائعة الانزلاق الغضروفي، وتضيق العمود الفقري، وعرق النسا. يحدث الانزلاق الغضروفي عندما تبرز المادة الداخلية الناعمة من خلال الطبقة الخارجية الصلبة، مما يسبب الألم وضغط الأعصاب. تضيق العمود الفقري هو تضييق القناة الشوكية، مما يؤدي إلى الضغط على الحبل الشوكي أو الأعصاب، مما يؤدي إلى الألم والضعف. يحدث عرق النسا بسبب الضغط على العصب الوركي، مما يؤدي إلى الألم والخدر والوخز أسفل الساق. تشمل خيارات العلاج الأدوية، أو العلاج الطبيعي، أو الحقن، أو الجراحة، اعتمادًا على شدة المشكلة وموقعها.

**حالات:**

* القرص المنفتق (القرص المنزلق أو المنتفخ)
* تضيق العمود الفقري
* مرض القرص التنكسي
* انزلاق الفقار
* عرق النسا
* كسور العمود الفقري (الكسور الانضغاطية)
* الجنف
* متلازمة المفصل الوجهي.

**إجراءات:**

1. استئصال الصفيحة: الاستئصال الجراحي للصفيحة (الجزء الخلفي من الفقرة) لتخفيف الضغط على الحبل الشوكي أو الأعصاب الناجم عن حالات مثل تضيق العمود الفقري أو الأقراص المنفتقة.
2. دمج العمود الفقري: عملية جراحية لربط فقرتين أو أكثر معًا باستخدام ترقيع العظام والمسامير والقضبان. يتم إجراء ذلك لتحقيق الاستقرار في العمود الفقري وتخفيف الألم الناجم عن حالات مثل مرض القرص التنكسي أو كسور العمود الفقري.
3. استئصال القرص: الاستئصال الجراحي للجزء المنفتق أو التالف من القرص الفقري لتخفيف الضغط على الأعصاب المجاورة، ويتم إجراؤه عادة لحالات مثل عرق النسا أو اعتلال الجذور.
4. رأب العمود الفقري/رأب الحدبة: إجراءات تثبيت كسور العمود الفقري الانضغاطية عن طريق حقن الأسمنت العظمي في الفقرات المكسورة. وهذا يساعد على تخفيف الألم واستعادة ارتفاع العمود الفقري واستقراره.

**حالة الخدمات بالتفصيل:**

**خاصرة:**

* هشاشة العظام في الورك: التآكل التنكسية في غضروف مفصل الورك، مما يسبب الألم، والتيبس، وانخفاض القدرة على الحركة.
* كسور الورك: كسور في عظام الورك، تنتج غالباً عن السقوط أو هشاشة العظام، مما يؤدي إلى ألم شديد وعدم القدرة على الحركة.
* التهاب الجراب في الورك: التهاب الجراب، وهي أكياس صغيرة مملوءة بالسوائل حول مفصل الورك، مما يسبب الألم والألم.
* متلازمة انحشار الورك: اتصال غير طبيعي بين عظام مفصل الورك، مما يؤدي إلى الألم والتيبس وتقييد الحركة.
* تمزقات الشفا الوركي: تلف الغضروف (الشفا) الذي يبطن مقبس الورك، مما يسبب الألم، أو النقر، أو الإحساس بالقفل في مفصل الورك.
* نخر الورك اللاوعائي: موت أنسجة العظام بسبب ضعف إمدادات الدم، مما يؤدي إلى الألم وانهيار مفصل الورك في نهاية المطاف.
* خلل التنسج الوركي: تطور غير طبيعي لمفصل الورك، مما يؤدي إلى عدم الاستقرار والألم وزيادة خطر الإصابة بهشاشة العظام.
* التهاب الجراب المدور: التهاب في الأجربة الموجودة بالقرب من المدور الأكبر للورك، مما يسبب الألم والألم في الورك الخارجي.

**ركبة:**

* تمزق الرباط الصليبي الأمامي: إصابة الرباط الصليبي الأمامي، مما يسبب عدم استقرار الركبة وتورمها وصعوبة تحمل الوزن.
* تمزق الغضروف المفصلي: تمزق في الغضروف الهلالي للركبة، مما يؤدي إلى الألم والتورم، وفي بعض الأحيان قفل المفصل.
* متلازمة ألم رضفة الفخذ (ركبة العداء): ألم حول الرضفة، يتفاقم بسبب أنشطة مثل الجري أو صعود السلالم.
* هشاشة العظام في الركبة: مرض تنكس المفاصل يسبب الألم والتصلب والتورم في مفصل الركبة.
* التهاب الجراب في الركبة (ما قبل الركبة أو pes anserine): التهاب الجراب حول الركبة، مما يؤدي إلى الألم والتورم.
* التهاب الوتر الرضفي (ركبة العبور): التهاب الوتر الذي يربط الرضفة بعظم الساق، مما يسبب الألم أسفل الرضفة.
* متلازمة الشريط الحرقفي الظنبوبي (IT): التهاب الشريط الحرقفي الظنبوبي، مما يسبب ألمًا في الجانب الخارجي للركبة، خاصة أثناء الجري أو ركوب الدراجات.
* خلع الركبة: نزوح العظام في مفصل الركبة، مما يسبب ألمًا شديدًا وعدم استقرارًا واحتمال تلف الأعصاب أو الأوعية الدموية.

**اليد والمعصم:**

* متلازمة النفق الرسغي: ضغط على العصب المتوسط في الرسغ، مما يؤدي إلى التنميل والوخز والضعف في اليد.
* إصبع الزناد/الإبهام: حالة تسبب قبض الأصابع أو تثبيتها في وضع منحني، وغالبًا ما يكون مصحوبًا بألم ونقر.
* التهاب غمد الوتر دي كيرفان: التهاب الأوتار الموجودة في قاعدة الإبهام، مما يسبب الألم والتورم في الرسغ.
* الكيسات العقدية: كتل غير سرطانية مملوءة بالسوائل، وتحدث عادة على الجزء الخلفي من اليد أو المعصم.
* التواء المعصم: إصابات في أربطة المعصم، مما يؤدي إلى الألم والتورم وانخفاض نطاق الحركة.
* كسور اليد (مثل كسور المشط): كسور في عظام اليد، مما يسبب الألم والتورم والتشوه.
* تقلص دوبويترين: سماكة وتضييق الأنسجة الموجودة تحت جلد راحة اليد، مما يؤدي إلى تقلصات الأصابع.
* التهاب المفاصل الروماتويدي في اليد/الرسغ: مرض مناعي ذاتي مزمن يسبب التهاب المفاصل والألم والتشوهات في اليدين والمعصمين.

**الكتف والكوع:**

* تمزقات الكفة المدورة: تمزقات في عضلات وأوتار الكفة المدورة، مما يسبب الألم والضعف في الكتف.
* متلازمة انحشار الكتف: انضغاط الأوتار والجراب في الكتف، مما يؤدي إلى الألم وتقييد الحركة.
* الكتف المتجمدة (التهاب المحفظة اللاصق): تصلب وألم في مفصل الكتف، مما يحد من الحركة ويسبب عدم الراحة.
* خلع الكتف: نزوح عظم العضد من مقبس الكتف، مما يسبب ألماً شديداً وعدم استقرار.
* مرفق لاعب التنس (التهاب اللقيمة الوحشي): ألم والتهاب في الأوتار الموجودة في الجزء الخارجي من المرفق، وغالبًا ما يكون ذلك بسبب الحركة المتكررة.
* مرفق لاعب الجولف (التهاب اللقيمة الإنسية): ألم والتهاب في الأوتار الموجودة داخل المرفق، وينجم عادة عن الإفراط في الاستخدام.
* التهاب وتر العضلة ذات الرأسين: التهاب في وتر العضلة ذات الرأسين، مما يؤدي إلى ألم في الجزء الأمامي من الكتف أو الكوع.
* عدم استقرار الكتف: حالة يكون فيها مفصل الكتف عرضة للخلع أو الخلع الجزئي، مما يؤدي إلى نوبات متكررة من عدم الاستقرار والألم.

**القدم والكاحل:**

* التهاب اللفافة الأخمصية: التهاب اللفافة الأخمصية، مما يسبب ألماً في الكعب، خاصة مع الخطوات الأولى في الصباح.
* التواء الكاحل: إصابات في الأربطة المحيطة بمفصل الكاحل، مما يؤدي إلى الألم والتورم وعدم الاستقرار.
* التهاب وتر العرقوب: التهاب في وتر العرقوب، مما يسبب الألم والتيبس في الجزء الخلفي من الكاحل.
* الأورام (إبهام القدم الأروح): نتوءات عظمية تتشكل عند قاعدة إصبع القدم الكبير، مما يسبب الألم والتشوه.
* ورم مورتون العصبي: سماكة الأنسجة المحيطة بالعصب الموجود بين أصابع القدم، مما يؤدي إلى الألم أو الحرق أو التنميل.
* الثآليل الأخمصية: عدوى فيروسية تسبب نموًا صغيرًا ومؤلمًا في باطن القدم.
* متلازمة النفق الرصغي: ضغط على العصب الظنبوبي أثناء مروره عبر النفق الرصغي، مما يؤدي إلى ألم أو وخز أو تنميل في القدم.
* الأقواس المرتفعة (pes cavus): حالة يرتفع فيها قوس القدم بشكل غير طبيعي، مما يؤدي إلى ألم في القدم وعدم استقرارها وصعوبة ارتداء الأحذية.

**العمود الفقري:**

* القرص المنفتق (القرص المنزلق أو المنتفخ): تمزق أو بروز القرص الفقري، مما يسبب ضغط العصب والألم.
* تضيق العمود الفقري: تضييق القناة الشوكية، مما يؤدي إلى الضغط على الحبل الشوكي أو الأعصاب، مما يؤدي إلى الألم والضعف.
* مرض القرص التنكسي: تآكل أقراص العمود الفقري، مما يؤدي إلى الألم والتصلب وانخفاض القدرة على الحركة.
* انزلاق الفقار: انزياح الفقرة إلى الأمام، مما يسبب عدم الاستقرار واحتمال ضغط العصب.
* عرق النسا: ألم أو تنميل أو وخز ينتشر على طول العصب الوركي، وغالبًا ما يحدث بسبب الضغط أو التهيج.
* كسور العمود الفقري (الكسور الانضغاطية): كسور في الفقرات، عادة بسبب هشاشة العظام أو الصدمة، مما يسبب الألم واحتمال ضغط الحبل الشوكي.
* الجنف: انحناء غير طبيعي في العمود الفقري، مما يسبب انحناء جانبياً واحتمال الألم أو التشوه.
* متلازمة المفاصل الوجيهية: انحطاط أو التهاب في المفاصل الوجيهية في العمود الفقري، مما يؤدي إلى آلام الظهر وتصلبها.

خاصرة:

الورك عبارة عن مفصل كروي ومقبس يربط عظم الفخذ (عظم الفخذ) بالحوض. تشمل مشكلات الورك الشائعة التهاب المفاصل والتهاب الجراب والكسور. يمكن أن يسبب التهاب المفاصل الألم والتيبس، بينما يؤدي التهاب الجراب إلى التهاب وألم. الكسور هي كسور في عظم الورك، غالبًا ما تكون بسبب السقوط أو هشاشة العظام. تتراوح العلاجات من الأدوية والعلاج الطبيعي إلى الجراحة، اعتمادًا على شدة الحالة.

ركبة:

الركبة مفصل معقد ضروري للمشي والجري والقفز. تشمل مشاكل الركبة الشائعة التهاب المفاصل وتمزقات الأربطة (مثل الرباط الصليبي الأمامي أو الرباط الصليبي الأمامي) وتمزق الغضروف المفصلي. يؤدي التهاب المفاصل إلى الألم والتورم والتصلب، بينما تؤدي تمزقات الأربطة إلى عدم الاستقرار وصعوبة الحركة. تؤدي تمزقات الغضروف المفصلي إلى الألم والأحاسيس المقفلة. تشمل خيارات العلاج الراحة أو العلاج الطبيعي أو الحقن أو الجراحة، اعتمادًا على مدى الإصابة.

اليد والمعصم:

تتكون اليد والمعصم من العديد من العظام والأوتار والأربطة التي تسمح بحركات معقدة. من الشائع حدوث حالات مثل متلازمة النفق الرسغي والتهاب الأوتار والكسور. تسبب متلازمة النفق الرسغي تنميلًا ووخزًا بسبب الضغط على العصب المتوسط. ينجم التهاب الأوتار عن الإفراط في الاستخدام، مما يؤدي إلى الألم والتورم. يمكن أن تحدث الكسور بسبب الصدمة، مما يسبب الألم وصعوبة الحركة. يشمل العلاج التجبير أو العلاج أو الأدوية أو الجراحة، اعتمادًا على شدته.

الكتف والكوع:

تتيح مفاصل الكتف والمرفق نطاقًا واسعًا من الحركة ولكنها عرضة لمشاكل مختلفة. تشمل الحالات الشائعة تمزقات الكفة المدورة، ومرفق التنس، واصطدام الكتف. تسبب تمزقات الكفة المدورة الألم والضعف، مما يؤثر على حركة الذراع. ينتج مرفق لاعب التنس عن الإفراط في الاستخدام، مما يؤدي إلى الألم والألم حول المرفق. يسبب اصطدام الكتف ألمًا عند رفع الذراع بسبب التهاب الأوتار. قد يشمل العلاج الراحة أو العلاج الطبيعي أو الحقن أو الجراحة، اعتمادًا على شدة الحالة.

القدم والكاحل:

تدعم القدم والكاحل وزن الجسم وتسهل الحركة، مما يجعلهما عرضة للإصابات والظروف. تشمل المشاكل الشائعة التهاب اللفافة الأخمصية والالتواء في الكاحل والتهاب وتر العرقوب. يسبب التهاب اللفافة الأخمصية ألمًا في الكعب بسبب التهاب اللفافة الأخمصية. يحدث التواء الكاحل نتيجة الالتواء، مما يسبب الألم والتورم. يتضمن التهاب وتر العرقوب ألمًا وتيبسًا في وتر العرقوب، وغالبًا ما يكون ذلك بسبب الإفراط في الاستخدام. تتراوح العلاجات من الراحة والثلج إلى العلاج الطبيعي أو الجراحة، اعتمادًا على شدة المرض.

العمود الفقري:

العمود الفقري هو العمود الفقري للجسم، ويتكون من فقرات، وأقراص، وأعصاب. تشمل حالات العمود الفقري الشائعة الانزلاق الغضروفي، وتضيق العمود الفقري، وعرق النسا. يحدث الانزلاق الغضروفي عندما تبرز المادة الداخلية الناعمة من خلال الطبقة الخارجية الصلبة، مما يسبب الألم وضغط الأعصاب. تضيق العمود الفقري هو تضييق القناة الشوكية، مما يؤدي إلى الضغط على الحبل الشوكي أو الأعصاب، مما يؤدي إلى الألم والضعف. يحدث عرق النسا بسبب الضغط على العصب الوركي، مما يؤدي إلى الألم والخدر والوخز أسفل الساق. تشمل خيارات العلاج الأدوية، أو العلاج الطبيعي، أو الحقن، أو الجراحة، اعتمادًا على شدة المشكلة وموقعها.

**رحلة مرضى العظام**

أحدث التقنيات الطبية مع أحدث المرافق الطبية لتزويد مرضاه بأفضل النتائج الممكنة.

**التشاور**

* تاريخ طبى
* الفحص البدني
* الأشعة السينية
* اختبارات أخرى

**ابحث عن الجراحة المناسبة**

* نهج شمولي
* العمر ومستوى الألم
* خلل وظيفي
* عوامل الخطر

**إجراءات**

* التحضير للجراحة
* إجراء ما بعد
* الإجراء في الوقت المناسب

**المتابعة والرعاية**

* العناية بالشق الخاص بك
* النشاط البدني
* متابعة طبية أو أجتماعية