

وكثيراً ما يذكر المصاب بتمزق غضروف الركبة أنه أثناء السير على أرض غير مستوية يشعر بان مفصل الركبة لا يتحمله وقد يسقط على الأرض لولا انقباض عضلاته المفاجئة التي تمنعه من السقوط غالباً يسقط على الأرض ، ومن الأعراض المزمنة وجود ضعف في العضلات المحيطة بالركبة المصابة التي تؤدي إلى ضمور مؤقت ملحوظ في شكل الركبة وهذه هي الأعراض المزمنة لتمزق غضروف الركبة أي التي مر عليها أكثر من شهر من الإصابة .

اسعافات تمزق الغضروف :

يجب أن تجرى اسعافات أولية في أرض الملعب بعد الإصابة مباشرةً عن طريق تثبيت الركبة مع مسكنات عادمة للالم في محاولة لتسكين الالم الشديدة مع الخروج من أرض الملعب كما يمكن استعمال الكمادات الباردة لتقليل نسبة التزيف الداخلي ويسمح أيضاً باستخدام الرباط الضاغط ولكن ليس لفترات طويلة ، ولا يسمح بالتدليك أو الكمادات الساخنة التي تؤدي إلى زيادة التزيف الداخلي للركبة مع زيادة التورم للمفصل .

فحص حالة تمزق الغضروف :

من قبل الطبيب المختص يتم إجراء إشعة لمفصل الركبة لتشخيص تمزق الاربطة والكسور المصاحبة ، وهناك نوعان من الإشعة منها العادية والرنين المغناطيسي ويمكن استخدام منظار الركبة في تشخيص الإصابة وهو عبارة عن جهاز بسيط في تركيبه على شكل أنبوبة قوية في حجم القلم الرصاص الرفيع أو أقل منها وبه عدسة للتكبير ومصابيح صغيرة للإضاءة ، ويتم إدخال هذا المنظار في الركبة لاستكشاف التركيب التشريحي للركبة داخلياً وما بها من إصابات أو أمراض ويمكن بهذا المنظار التدخل الجراحي بواسطة جفت رفيع لاستئصال جزء من الغضروف أو الغضروف كله أو استئصال جسم غريب من داخل الركبة .

علاج تمزق الغضروف : تطورت الجراحة باستخدام المنظار إلى أنواع كثيرة أكثر تعقيداً حيث يتم الاستئصال من خلال التدخل الجراحي بالمنظار .

خياطة تمزق الغضروف : عندما يتمزق غضروف الركبة لا يوجد سوى العلاج الجراحي الذي يتمثل في استئصال الغضروف المتمزق وهذا هو الدارج في العلاج ولكن الابحاث الحديثة توصلت إلى خياطة الغضروف المتمزق كي يلتئم كاي نسيج اخر (وهذه ما يقرره الجراح المختص) .

تساؤل؟ هل جميع انواع التمزق الغضروف يمكن خياطتها؟

اوضحت نتائج الابحاث الحديثة باستخدام منظار الركبة ان تمزق الغضروف يأخذ اشكالا مختلفة من التمزق منها **(الطولي - العرضي - الجانبي)** . فمن حيث القطع او التمزق الطولي الرقيق الذي يمثل اقل من ثلث سمك الغضروف يمكن استئصال ذلك الجزء الصغير ويترك الجزء المتبقى بدون استئصال . وقد اكدت الابحاث الجراحية على عينات كبيرة من المصابين ان الجزء المتبقى يمكن ان يقوم بنفس وظيفة الغضروف الاصلية ، وجدير بالذكر انه يمكن استئصال الجزء الطولي الصغير بواسطة المنظار المفصلي او بالجراحة العامة ، و يتميز الاستئصال باستخدام المنظار فهو عبارة عن فتحة (٢)مم ولاداعي لاستخدام الخياطة ويستطيع المريض بعدها السير في اليوم التالي من الجراحة ومزأولة نشاطه بعد اسبوع ، اما اذا كان التمزق طوليا بدرجة كبيرة بمعنى ان القطع ملامس لغشاء المفصل والكبسولة المفصالية فيمكن خياطة الغضروف للالثام وهذه الطريقة اجراؤها باستخدام المنظار المفصلي . اما اذا كان شكل التمزق الغضروفي عرضيا فاحتمالات التئام طرفي الغضروف مستحيلة وهذا يستلزم الاستئصال التام للغضروف المتمزق ، وان الاستئصال التام للغضروف لايسير خطرا كبيرا حيث يتكون نسيج غضروفي ليفي ليحل محل الغضروف الاصلي ويقوم بوظيفته وذلك شريطة ان لايسير المصاب على قدمه فترة تتراوح ما بين ١٠-١٥ يوما بعد اجراء الجراحة لاعطاء الفرصة لتكوين الغضروف الجديد ولكن النسيج الليفى الذي تكون اقل في وظيفته من الغضروف الاصلي ومن هنا يستحسن الجراحون المحافظة على الغضروف والتقليل من احتمالات استئصاله ولكن هناك حالات تستلزم استئصاله وهي خارجة عن ارادة الطبيب المعالج .

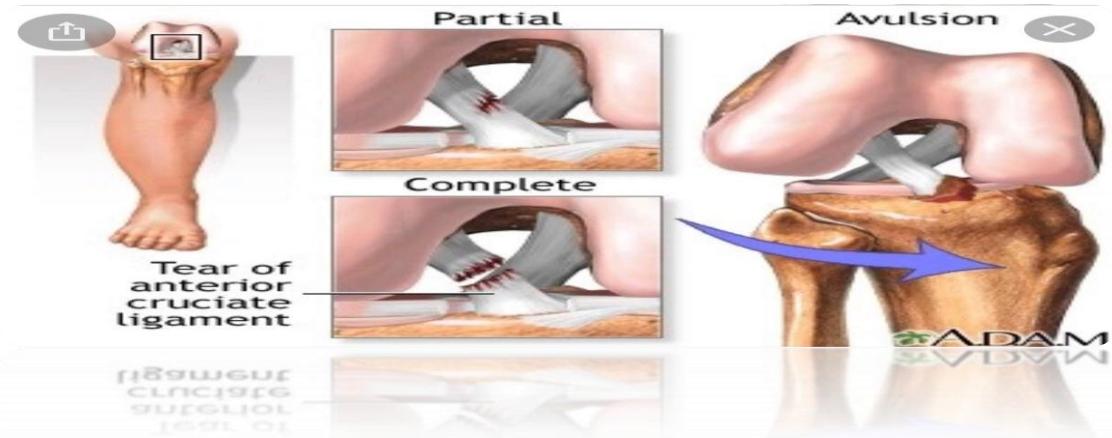
ماذا يجب السرعة في التعامل مع تمزق غضروف الركبة؟

ان المسكنات ومقويات العضلات تؤدي دورا فعالا في تسكين الالم الركبة مع وجود تمزق غضروفي ولكن يجب سرعة علاج هذا التمزق حيث ان تاجيله الى عدة شهور او سنين كما يحدث عند بعض المصابين يؤدي الى مضاعفات يصعب علاجها نوضحها في الاتي :

عند تمزق الغضروف ينزلق جزء عريض منه داخل المفصل وينحصر بين عظمتي الفخذ والساقي متعركا على الرباط الصليبي الامامي متسببا في ارتخائه مصحوبا بتمزق في الرباط الصليبي ، السبب الاخر هو ان السطح الحاد الناتج من قطع الغضروف يؤدي بدوره الى تكرار تجريح مفصل الركبة مؤثرا على نعومته ويتتحول الى خشونة بالمفصل الامر الذي يصعب علاجه .

تمزق الرباط الداخلي او الخارجي لمفصل الركبة :

ويحدث من اصابة شديدة في حالة غلق او في حالة فرد لمفصل الركبة ويكون مصحوباً بالام في الجهة الداخلية او الخارجية حسب جهة التمزق لمفصل الركبة وانسكاب دموي بالمفصل ويوجد تحريك غير طبيعي للمفصل وتعد اصابة الرباط الخارجي لمفصل الركبة اقل حدوثاً من اصابة الرباط الداخلي



اسعاف وعلاج تمزق الرباط الداخلي او الخارجي :

- ١- تطبيق قاعد RICE فور حدوث الاصابة .
 - ٢- يعمل رباط ضاغط ثم جبس لمدة شهرين حتى يلتئم الرباط .
 - ٣- عمل تمرينات علاجية للعضلة ذات الاربعة رؤوس الفخذية .
- اصابة الاربطة الصلبة لمفصل الركبة :** وتحت الاصابة لاربطة الصلبة لمفصل الركبة سواء كان الرباط الامامي او الرباط الخلفي نتيجة التفاف شديد للمصاب وركبته في حالة انتقاء او سقوط ، وكثيراً ما تحدث الاصابة بتلك الاربطة في ملاعب كرة القدم وتكون مصحوبة بالام انسكاب دموي داخل المفصل وتحريك غير طبيعي عند تثبيت الفخذ والركبة في حالة انتقاء ، يمكن تحريك اعلى الساق الى الامام والى الخلف .

ما هو الرباط الصليبي ؟ الرباط الصليبي ليس في الحقيقة رياطاً واحداً بل يتكون من رياطتين :

١- الرباط الصليبي الامامي ACL – Anterior Cruciate Ligament

٢- الرباط الصليبي الخلفي PCL – Posterior Cruciate Ligament