

مجموعه کتابهای پزشک مشاور - ۸

راهنمای خانواده در

آرتروز

نگارش:

دکتر سید محمد صدر عاملی - دکتر امین پارسائی

سرشناسه : صدرعاملی، سیدمحمد، ۱۳۴۸ -
 عنوان و نام پدیدآور : راهنمای خانواده در آرتروز/ نگارش سیدمحمد صدرعاملی، امین
 پارسایی.
 وضعیت ویراست : اویراست ۱.
 مشخصات نشر : مشهد : واژیران، ۱۳۹۱.
 مشخصات ظاهری : ۵۶ص: مصور: ۱۷ × ۱۱ س.م.
 فروست : مجموعه کتابهای پزشکی مشاوره: ۸.
 شابک : ۹۷۸-۶۹۴۴-۹۶۴-۷۸-۷
 شناسه افزوده : پارسایی، امین، ۱۳۴۵ -
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۱ ۲۳۲/۹۳۳RC
 رده بندی دیویی : ۶۱۶۲۷۲۲
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۷۱۳۶۶۹
 ملی

انتشارات واژیران

مشهد- بلوار سجاد- ساختمان بهاران تلفن: ۰۵۱۱-۷۶۸۵۵۸۵

بیماری آرتروز

نگارش:

دکتر سیدمحمد صدرعاملی- دکتر امین پارسایی

مدیر تولید: سعید عمادی

طرح جلد: مینا زراعتکار

صفحه آرای و تنظیم: اعظم حسینی

سال چاپ: ۱۳۹۱

شابک: ۷-۷۸-۶۹۴۴-۹۶۴-۹۷۸

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه قیمت: ۲۵۰۰ تومان

مرکز پخش: اوستا- اصفهان- ۰۹۱۳۱۶۷۴۰۴۲

فهرست مطالب

۵.....	آغاز سخن
۷.....	مقدمه
۸.....	مفصل چیست؟
۸.....	وظیفه مفصل چیست؟
۹.....	چند نوع مفصل در بدن وجود دارد؟
۱۰.....	مفصل از چه قسمت‌هایی تشکیل شده است؟
۱۲.....	روماتیسم به چه معنی است؟
۱۳.....	آرتروز چیست؟
۱۴.....	آرتروز بر چند نوع است؟
۱۵.....	شیوع آرتروز به چه میزان است؟
۱۶.....	عوامل زمینه ساز و مستعدکننده ابتلا به آرتروز چیست؟
۱۷.....	عوامل مستعدکننده ابتلا به آرتروز رانو چیست؟
۱۸.....	علت ایجاد آرتروز چیست؟
۱۹.....	در مفصلی که دچار آرتروز میشود چه اتفاقاتی می افتد؟
۲۱.....	علائم آرتروز چیست؟
۲۵.....	پزشک در یک بیمار مبتلا به آرتروز چه نشانه‌هایی می یابد؟
۲۶.....	پزشک چگونه به تشخیص بیماری می رسد؟
.....	در عکسهای رادیوگرافی گرفته شده از مفاصل دچار آرتروز چه می بینیم؟
۲۸.....	روشهای تشخیص دیگری که مورد استفاده قرار میگیرند چیست؟
۲۸.....	آیا آزمایش خاصی برای تشخیص قطعی آرتروز وجود دارد؟

- سیر و پیش آگهی بیماری آرتروز چگونه است؟ ۲۹
- درمان آرتروز چیست؟ ۳۰
- درمان غیر دارویی ۳۱
- درمان دارویی ۳۶
- عوارض داروهای ضدالتهابی غیر کورتونی چیست؟ ۴۰
- آیا آرتروز به وسیله جراحی هم قابل درمان است؟ ۴۱
- چگونه میتوان از ابتلا به آرتروز پیشگیری کرد؟ ۴۲
- کدام مفصل بدن بیش از دیگر مفاصل دچار آرتروز می شود؟ ۴۶
- حرکت درمانی یا ورزش طبی چیست؟ ۴۶
- علائم بالینی آرتروز مهرهای گردنی چیست؟ ۴۹
- نکات مهم در درمان آرتروز گردن چیست؟ ۵۰
- حرکت درمانی یا ورزش طبی در مورد آرتروز گردن به چه صورت انجام می شود؟ ۵۱
- نکته ها ۵۳
- منابع ۵۶

آغاز سخن

بیماری همیشه تهدید کننده حیات آدمی است و هر انسانی در طول زندگی خود خواه ناخواه دچار بیماریهایی خواهد شد، بیمار دردمند جهت تسکین آلام خود و دانستن پاسخ سؤالات بسیاری که در ذهن دارد از پزشک یاری می طلبد. پزشک با توکل به خداوند و با آنچه که با علم و تجربه اندوخته است وظیفه درمان را به عهده خواهد گرفت.

کیفیت درمان آن زمانی مطلوب است که بیمار از ماهیت و سیر بیماری، چگونگی مراقبتهای پرستاری، عوارض داروهای مصرفی، مدت درمان و جزئیات مربوط به آنها آگاهی داشته باشد و به پزشک در امر درمان یاری رساند.

نظر به فرصت کم پزشک و بیمار در مطب بر آن شدیم، آنچه حق یک بیمار است که درمورد بیماری خود بداند به صورت مختصر و کاملاً علمی ولی به زبان ساده تحت عنوان "پزشک مشاور، راهنمای خانواده" در اختیار بیمار قرار دهیم و این مهم را با همکاری پزشکان متخصص در هر زمینه برپا تر کرده ایم.

ما معتقدیم دانستن این اطلاعات اگر نه بیشتر از داروهای تجویز شده، که به اندازه آنها در امر درمان حائز اهمیت است. البته واضح است که مطالعه این کتب بیمار را از مراجعه به پزشک بی نیاز نمی سازد.

از آنجا که مطالب این مجموعه از معتبرترین و جدیدترین کتب علمی مطرح دنیا جمع آوری شده است برای همکاران پزشکی که می خواهند تمام سؤالات بیمار خود را بطور علمی و جمع بندی شده و در فرصت مناسب پاسخ دهند مفید خواهد بود. با این امید که مجموعه کتابهای فوق سهم هر چند ناچیز در بهبود وضعیت بهداشتی درمانی هموطنان داشته باشد.

ارسال نظرات ارزشمند شما به آدرس الکترونیکی زیر و یا مطرح نمودن آن با تلفن پیامگیر ۰۳۱۱-۶۲۸۴۶۲۹ می تواند راهگشای مناسبی برای مؤلفین در جهت ارائه اطلاعات مفیدتر در چاپهای بعدی کتاب باشد.

pezeshkemoshaver@hotmail.com

مقدمه

یکی از بیماریهای شایع در افراد بالای ۴۰ سال بیماری آرتروز است بگونه‌ای که ۲۰ درصد افراد بالای ۶۵ سال از درد ناشی از آرتروز رنج می‌برند. شایعترین علت ناتوانی جسمی و از کارافتادگی در سنین پیری بیماری آرتروز است. آرتروز که به زبان عموم مردم سایدگی مفصل یا مهره نامیده می‌شود با ایجاد درد هنگام حرکت و گاه هنگام استراحت، توانایی انجام بسیاری از امورات روزانه را از فرد بیمار سلب می‌کند.

پیشگیری و درمان این بیماری در ارتباط بسیار نزدیک با نحوه استفاده از مفاصل است. نظر به اینکه نحوه زندگی ایرانیان زمینه مستعدی برای ابتلا به آرتروز ایجاد می‌کند، آگاهی از عوامل بوجود آورنده و تشدیدکننده بیماری برای هر شخص سالم یا بیمار ضروری است. بنابه این ضرورت، سعی کرده ایم که در این نوشته طریقه پیشگیری از آرتروز، چگونگی جلوگیری از پیشرفت بیماری، نحوه کنار آمدن فرد مبتلا به آرتروز با بیماری خود و روش درمان را توضیح دهیم. نخست برای درک بهتر مطلب بایستی ساختمان مفصل توضیح داده شود.

مفصل چیست؟

مفصل یک ساختمان تقریباً پیچیده است که دو استخوان را به یکدیگر متصل می‌سازد به عبارتی دیگر دو استخوان که بایستی در مجموع به یکدیگر متصل شوند به وسیله ساختمانی به نام مفصل به هم مربوط می‌شوند.

وظیفه مفصل چیست؟

تأمین حرکت استخوانها و انتقال فشار یک استخوان به استخوان دیگر از وظایف اصلی مفاصل است. تصور کنید اگر در بدن مفصل وجود نداشت چه اتفاقی می‌افتاد؟! سر را نمی‌توانستیم به اطراف یا بالا و پایین حرکت دهیم، دستها بی حرکت بودند، قادر به راه رفتن نبودیم، نمی‌توانستیم بنشینیم یا خم شده چیزی را از زمین بلند کنیم، حتی حرف نمی‌توانستیم بزنیم و غذا خوردن برایمان مقدور نبود چون فک ما همان به هم چسبیده بود و مانند یک مجسمه کاملاً بی حرکت بودیم.