

متلازمة النفق الرسغي

- حالة شائعة تحدث بسبب حدوث ضغط على عصب المعصم مسيياً وخز وخدر باليد.
- بعض العادات في العمل (كاستخدام الحاسوب بكثرة) من أشيع أسباب حدوث المتلازمة.

النفق الرسغي :

هو ممر ضيق داخل المعصم يتكون من العظام على الجزء السفلي والرباط الرسغي على القمة، يمر العصب الوسيط من الساعد إلى كف اليد للسيطرة على الإبهام والأصابع الثلاثة الأولى.

الأسباب :

تحدث متلازمة النفق الرسغي بسبب وجود ضغط على العصب المتوسط في المعصم، هنالك العديد من الأسباب التي قد تسبب الضغط على العصب المتوسط، كسر المعصم وجود الالتهاب والتورم الناجم عن التهاب المفاصل الروماتويدي في كثير من الحالات ليس هناك سبب واحد للإصابة، قد يكون الجمع بين عوامل الخطر يسهم في تطوير الحالة.

عوامل الخطورة :

- الجنس: النساء لديهن قابلية كبيرة للإصابة بالمتلازمة مقارنة بالرجال .
- مكان العمل : كالتعامل مع الأدوات التي تهتز أو العمل الذي يتطلب الثني لفترات طويلة أو المتكررة من المعصم (مثل: استخدام لوحة المفاتيح (الكمبيوتر) والماوس، أو الجوال .
- تاريخ عائلي من الإصابة بمتلازمة النفق الرسغي .
- الحمل .
- السمنة .
- إصابات في المعصم .
- بعض الظروف الصحية، مثل مرض السكري والتهاب المفاصل الروماتويدي.

أ.م.د. كوثر عبد الحسين مهدي