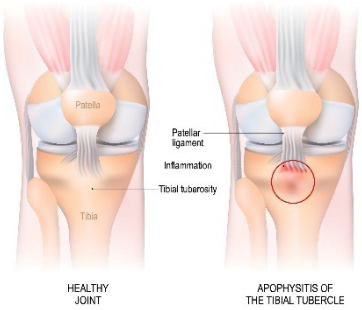
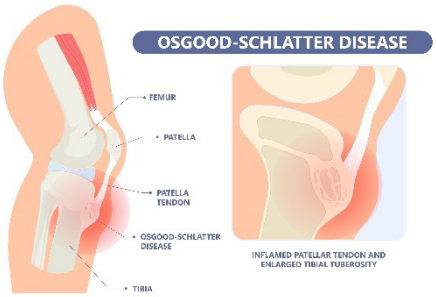
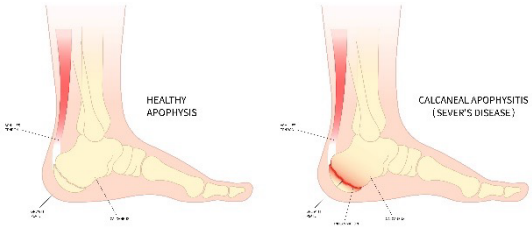
إرشادات لرعاية طفلك المصاب بالتهاب النتوء العظمي

تهدف هذه النشرة إلى تزويدكم بمعلومات شاملة حول التهاب النتوء العظمي، بما في ذلك أسبابه وأعراضه وسبل تشخيصه وعلاجه، بالإضافة إلى إرشادات للعناية بالطفل المصاب بهذه الحالة في المنزل.







ما هو التهاب النتوء العظمي؟

- التهاب النتوء العظمي هو حالة تُسبب تورمًا وألمًا في مناطق محددة من العظام حيث ترتبط العضلات والأوتار.
- في بعض الأحيان، قد يؤدي الإجهاد المتكرر على العضلات أو الأوتار إلى التهاب العظم أو تورمه في موضع ارتباطه بها، ما يُسبب الشعور بالألم عند الحركة.
- تُعد مناطق الوركين، والركبتين، والمرفقين من المواقع الأكثر عرضة للإصابة بهذه الحالة.

ما الذي يسبب التهاب النتوء العظمي؟

يحدث التهاب النتوء العظمي عادةً بسبب تكرار أداء حركات معينة بشكل مستمر، ما يؤدي إلى إجهاد العضلات أو الأوتار المتّصلة بالعظم بصورة مفرطة، مما يُسبب التهاب تلك المنطقة وتورمها.

ما هي أعراض الإصابة بالتهاب النتوء العظمي؟

- تتمثل الأعراض الرئيسية في الشعور بالألم، وأحيانًا التورم، عند موضع اتصال العضلة أو الوتر بالعظم.
- يمكن أن يتسبب أداء أي حركة عند موضع التهاب النتوء العظمي في تفاقم الألم والتورم.

كيف يتم تشخيص الإصابة بالتهاب النتوء العظمي؟

- يُعتمد في تشخيص التهاب النتوء العظمي بشكل أساسي على الفحص البدني الذي يجريه مقدم الرعاية الصحية، إلى جانب مراجعة التاريخ المرضي للطفل.
- وفي بعض الحالات المتقدمة من الإلتهاب، قد يُوصي الطبيب بإجراء تصوير بالأشعة السينية للكشف عن أي تغيّرات من الممكن أن تكون طرأت على العظم.

كيف يتم علاج التهاب النتوء العظمي؟

- يتم علاج التهاب النتوء العظمي في العادة باستخدام مسكنات الألم البسيطة، مثل الباراسيتامول (المعروف باسم بانادول)، بالإضافة إلى الأدوية المضادة للالتهاب، مثل الإيبوبروفين، لتخفيف التورم.
- يُعد إراحة المنطقة المصابة جزءًا مهمًا من خطة العلاج الأولية، مع العودة التدريجية/البطيئة لممارسة الأنشطة اليومية وفقًا لتحسّن الحالة.
- قد يُسهم العلاج الطبيعي أيضاً في استعادة الطفل قدرته على الحركة بشكل طبيعي وتمكينه من ممارسة أنشطته اليومية.

نصائح الرعاية في المنزل:

اتبع التعليمات التالية لرعاية طفلك في المنزل:

- أرِح المنطقة المصابة.
- امنع الحركات التي تسبب الألم.
- استخدم كمادات ثلجية لتخفيف التورم والألم إن كان ذلك مناسبًا.
- استخدم مسكنات الألم البسيطة مثل باراسيتامول.

متى يجب أن أطلب المشورة الطبية؟

- يعاني أي ألم غير مبرر أو شديد أو تفاقم الألم على الرغم من تلقي المسكنات
- يعاني نوبات أعراض مثل الحمى أو القيء أو انخفاض درجة الوعي.
- في حالة التعرض لإصابة في الماضي في نفس المنطقة
- عند وجود تاريخ لمشكلات في العظام أو المفاصل، أو في حالة تأثر أكثر من منطقة بالالتهاب
- في حالة ظهور الطفح الجلدي
- إن شعر طفلك بالتوعك، أو إن ساورك القلق بشأن حالته

سدرة للطب يهتم بصحتكم. لا ينبغي استخدام المعلومات الواردة في هذه النشرة كبديل عن الرعاية الطبية ونصيحة الطبيب. إذا كانت لديك استفسارات حول هذه المعلومات يمكنك مناقشتها مع مقدم الرعاية الصحي—ة الخاص بك. يمكنكم زيارتنا على الموقع الإلكتروني WWW.SIDRA.ORG

سدرة للطب
+974 4003 3333
ص. ب. 26999، الدوحة، قطر
www.sidra.org