

## التعريف: التهاب الفقار اللاصق

### التعريف:

مرض التهابي مزمن ومتطور يهاجم بشكل رئيسي الجزء السفلي من العمود الفقري والمفاصل العجزية الحرقفية.

الكثير من المصابين بهذا المرض لديهم خطورة الإصابة بأمراض القلب والاعوية الدموية لذا كان من المهم تشخيصه وعلاجه.

السبب غير معروف، لكن قد يكون خلافا في الجينات سبباً لذلك.

### الاعراض (وقد تختلف حدتها من مريض الى الاخر):

- تبدأ اعراض آلام أسفل الظهر بالتدرج عادة في العمر ما بين ١٥-٣٠ سنة ويندر وجوده بعد عمر الـ ٤٥ سنة ويصيب الذكور في الغالبية العظمى.
- يشعر المريض لمدة تزيد عن الـ ٣ أشهر بألم أسفل الظهر مع تيبس بشدة عند الاستيقاظ من النوم ويتحسن الألم مع الحركة والنشاط، قد تكون الآلام مستمرة او متقطعة.
- الألم يجعل المريض يستيقظ من النوم مما يسبب تعب وارهاق وصعوبة في التركيز خلال اليوم.
- من الممكن ان يصيب المرض مفاصل الجسم الاخرى كمفاصل الاكتاف، الحوض والركب. ويصيب الاوتار حول المفاصل
- التهاب قزحية العين واردة ايضاً.
- الالتهاب في حالات ليست بالكثيرة قد يصيب اغشية ما حول القلب، الشريان التاجي، ويقفل من وظائف الرئتين.

### التشخيص:

- التاريخ المرضي والفحص السريري مع مساعدة الاشعة وارتفاع عوامل الالتهاب.
- ٩٠٪ من المرضى لديهم الجسم المضاد HLA B27 إيجابياً، لكن هذا الجسم المضاد متواجد في ٨-١٤٪ من عامة الناس الذين لا يعانون من المرض

### العلاج:

مشاركة ما بين المريض ونشاطه الرياضي، طبيب الروماتيزم وخصائي العلاج الطبيعي من أجل تقليل الألم، تحسين حركة المريض وقوته ولياقته البدنية، منع تغيرات العمود الفقري التي قد تسبب عاقبة وعدم القدرة على تحريك الظهر كما المعتاد.

### الادوية العلاجية:

- ٨٠٪ من المرضى يتحسنون مع استخدام مسكنات الألم المضادة للالتهاب.
- الكورتيزون قد يستخدم أيضا سواء حبوب او ابر بالمفصل.
- في حال عدم تحسن المريض مع العلاجات السابقة قد ينتقل الطبيب الى استخدام علاجات اخرى بيولوجية تثبط الالتهاب وهناك العديد من الادوية ففي حال عدم استجابة المريض مع أحدها ننتقل لاستخدام دواء اخر.

- الإحالة إلى أخصائي العلاج الطبيعي
- السباحة والرياضة حيث انه من المهم التدرج بالرياضة من منخفضة الشدة حتى عالية الشدة.
- عدم الجلوس لفترات طويلة.
- التوقف عن التدخين.
- مساعدة اختصاصي تغذية لمتابعة مؤشر كتلة الجسم المرتفع والدهون المرضية

### وسائل العلاج الاخرى:

(TENS) تحفيز العصب الكهربائي عبر الجلد والوخز بالإبر لتخفيف الألم