Continue

إرشادات علاج هبوط القرص القطنية

يشمل العلاج المحافظ عادة مسكنات الألم، والراحة، والعلاج الطبيعي، حركات رياضية معينة بالاضافة للوخز بالإبر. من المهم جدا ان يدرك المريض أن هذه الاستراتيجيات و التقنيات توفر تخفيف الأعراض ولكنها لا تعكس العملية التنكسية الأساسية و لا تعالج الانزلاق العضروفي بل تسكن الالم فقط. من أجل إبطاء سرعة تدهور القرص (العضروف) وتجنب التدخل الجراحي، يجب تفريغ القرص التالف من الضغط الميكانيكي. تعد تعديلات نمط الحياة مثل فقدان الوزن والإقلاع عن التدخين وتجنب الأنشطة الشاقة التي تضع حملاً ميكانيكيًا كبيرًا مفيدة. قد يكون الحقن في العمود الفقري واستئصال الانزلاق العضروفي بالترددات الراديوية الحرارية مفيدًا لدى بعض المرضى. يمكن أن تكون حقن التستيروند فوق الجافية نظار إزالة النواة اللبية مما يؤدي إلى انهيار مساحة القرص، وتنبحة لذلك، تصبح النقمة بين الفقرات والفتاة الشوكية ضيقة مما يؤدي إلى انحصاراً عقلي المستصيل المستصيل المستصيل