



فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ

فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ هو أحد الأعراض الشائعة بعد إصابة الجهاز العصبي المركزي، أي الدماغ أو النخاع الشوكي. في حالة إصابة النخاع الشوكي تحت الفقرة القطنية الأولى (ق1) أو إصابة عصب طرفي فلا يُصاب الشخص بفَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ.

يتجلى فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ في العضلات الواقعة تحت إصابة النخاع الشوكي، مما يعني أن الشخص المصاب بالشلل الرباعي قد يُصاب بفَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ في كامل الجسم تقريباً، في حين أن الشخص المصاب بالشلل السفلي قد يكون مصاباً بفَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ في الساقين والجذع. بسبب الاختلافات الواقعة في إصابة النخاع الشوكي نفسها فقد يختلف فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ اختلافاً شديداً من شخص لآخر.

وقد يأخذ فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ مظهر فرط النشاط أو التشنجات أو توتر العضلات أو مقاومة في العضلات، مثلاً قفز القدم. وقد يتحفز في كثير من الأحيان بسبب اللمس أو الحركات، ولكن بالنسبة للبعض فقد يأتي عفويًا بمجرد جلوس الشخص أو استلقائه.

فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ ليس إيجابياً أو سلبياً من حيث الأساس، بل هو عَرَضٌ من أعراض إصابة العصب المركزي، ولكن قد يختلف الشعور بذلك اختلافاً كبيراً. فلبعض الأشخاص قد يستعملونه ويستفيدون منه، مثلاً لتلقي دعم إضافي عند الوقوف واكتساب التوازن عند التنقل. وبالنسبة لآخرين فقد يكون هذا أمراً معيقاً في حياتهم اليومية وأحياناً مؤلماً. من المهم تفقد سبب زيادة فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ المفاجئة لأن هذا قد يكون ناقوس خطر بأن شيئاً ما ليس على ما يرام، مثلاً العدوى أو الألم. فإن لم تعثر على السبب بنفسك فاطلب المساعدة من مُقَدِّم الرعاية الخاص بك. حاول تعلم كيفية فك رموز إشارات جسمك وإيجاد استراتيجيات للتعامل مع فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ لديك.

سبب فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ

يحدث بعض النشاط في الجسم دون مشاركة الدماغ، مثلاً عندما تمتد الساق بعد ضرب الركبة لفحص المُنْعَكِسَات. لذلك غالباً ما يكون لدى الشخص ردود فعل حتى لو كان مشلولاً لأن قوس المنعكس ينظمه النخاع الشوكي.

وهي آلية مماثلة تشكل جزءاً من فَرْطُ التَّوَثُّرِ التَّشْنُجِيِّ، أي النشاط غير الطوعي في العضلات التي لا تضعفها إشارات الدماغ بسبب إصابة النخاع الشوكي.

RYGG
MÄRGS
SKADA

النص التالي هو اختيار من الموقع:
<http://www.ryggmargsskada.se>

مؤلف: Inka Löfvenmark
Physiotherapist



ترجمة: بتمويل من Allmänna Arvsfonden & Project RG Integration

<https://www.rgintegration.se/ar>

Spinalis®

موقع Ryggmargsskada.se
من صنع Spinalis.

مؤسسة Spinalis هي مؤسسة خيرية مهمتها تعزيز البحث والتطوير لعلاجات المصابين بإصابات النخاع الشوكي

<https://spinalis.se>



ما يسمى بالصدمة النخاعية تبدأ بعد أسابيع من الإصابة في الانحسار فيظهر وقتها فَرْط التَّوَثُّر التَّشْنُجِيّ. ويزداد تدريجياً في الأشهر القليلة الأولى إلى أن يصل مستوى معيناً ثم يبقى ثابتاً نسبياً.

أن تحيا مصاباً بفَرْط التَّوَثُّر التَّشْنُجِيّ قد يكون لفَرْط التَّوَثُّر التَّشْنُجِيّ بعض الآثار الإيجابية، بالضبط مثل عمل العضلات العادية، مثلاً زيادة الدورة الدموية وحرق الطاقة وتدني ضمور العضلات. ويرى البعض أن التحرك أو المشي أو بقية الأنشطة أصبحت أسهل بسبب فَرْط التَّوَثُّر التَّشْنُجِيّ، وتحسن أحياناً قدرة التحكم في البول والبراز وكذلك قدرة الانتصاب. ويمكن أيضاً أن تكون إيجابية أن الساقين تتحرك حتى لو لم تكن مدفوعة بالإرادة. وبالنسبة لأخرين فإن فَرْط التَّوَثُّر التَّشْنُجِيّ أمر سلبي قبل كل شيء. إذ قد يؤثر في الوظيفة التنفسية والتوازن والحركة ويعرقل أو يصعب الأنشطة اليومية ويسبب صعوبة في النوم. كما قد يؤدي أحياناً إلى زيادة احتمال الإصابة بالجروح أو التَّفَقُّعات، أي تصلب المفاصل، أو جعل النظافة الشخصية والرعاية أكثر صعوبة. كما قد يكون مزعجاً أو مؤلماً.

إن زاد فَرْط التَّوَثُّر التَّشْنُجِيّ فجأة فقد يكون هذا ناقوس خطر. قد يكون سبب هذا التهاب المسالك البولية أو إمساك أو ضغط أو جرح أو ألم لا تشعر به إن كانت قدرتك على الإحساس متدنية. ومن المهم الالتزام بالتحذير ومحاولة اكتشاف الخطأ. فكر في ما إذا كنت قد غيرت الوسادة أو كنت ترتدي حذاءً جديداً يضغط على قدميك أو إن كان هناك شيء جديد آخر وتحقق منه أولاً.

فإن لم تتمكن من العثور على الخطأ فاطلب المساعدة. ينبغي إجراء دراسة استقصائية بخصوص زيادة فَرْط التَّوَثُّر التَّشْنُجِيّ تدريجياً مع الألم وتدني الإحساس والقوة أو بعضها

RYGG MÄRGS SKADA

النص التالي هو اختيار من الموقع:
<http://www.ryggmargsskada.se>

مؤلف: Inka Löfvenmark
Physiotherapist



ترجمة: بتمويل من Allmänna Arvsfonden & Project RG Integration

<https://www.rgintegration.se/ar>

Spinalis®

موقع Ryggmargsskada.se
من صنع Spinalis.

مؤسسة Spinalis هي مؤسسة خيرية مهمتها تعزيز البحث والتطوير لعلاجات المصابين بإصابات النخاع الشوكي

<https://spinalis.se>