

طبلوع

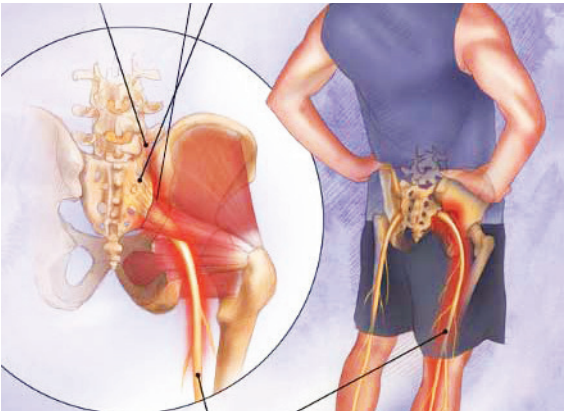
تاریخ
۱۵
شهریور
۱۴۰۰
دوشنبه

روزنامه

عصب سیاتیک و علت درد سیاتیک چیست؟

دکتر قاسم اسحاقی

عصب سیاتیک از یک طرف بدن انسان از گردن تا کمر و از طرف دیگر از کمر تا پاها می‌گردد.



عصب سیاتیک بزرگترین عصب بدن انسان است. این عصب در داخل باسن و در پشت ران درست درخط وسط سیر می‌کند و به زانو می‌رسد. در پشت زانو به دو شاخه تی بیال و عصب پروانه آل مشترک تقسیم می‌شود. درد سیاتیک به صورت یک طرفه یا دو طرفه انتشار می‌یابد. البته عصب پروئنال مشترک خود به دو عصب پروئنال سطحی و عمقی تقسیم می‌شود. عصب پروئنال سطحی حسی است و به پوست می‌رود و حس جلوی پای انسان را تأمین میکند و عصب پروئنال عمقی به عضلات جلوی ساق پا می‌رود .

عصب سیاتیک از ریشه عصبی در داخل کمر و لگن تشکیل می‌شود. که عبارتند دو ریشه از کمر انسان که ریشه عصبی چهارم و پنجم کمری (L۴و L۵) و سه ریشه از لگن که شامل ریشه اول دوم و سوم لگنی (S۱،S۲،S۳) می‌باشد.

این عصب در باسن انسان از زیر عضله گلابی شکل یا عضله پیریفورمیس رد می‌شود و در پشت زانو به دو شاخه تیبیال و عصب پروئنال مشترک تقسیم می‌شود. اصولا ساق پا از دو قسمت درست شده است : عضلات قسمت جلوی ساق پا از عصب پروئنال عمقی عصب میگیرند وعضلات قسمت پشت ساق پا از عصب تیبیال عصب می گیرند. کلیه حرکات پاهای ما (مانند راه رفتن ، ایستادن ، فشردن پدال ترمز و گاز ، برداشتن پا از روی ترمز) از طریق این عصب(یعنی عصب سیاتیک و دوشاخه انتهایی آن عصب پروئنال عمقی و عصب تیبیال) انجام می‌گیرد.

مسیر درد سیاتیک

درد سیاتیک دردی است که در مسیر عصب سیاتیک بوجود می‌آید یعنی از کمر، به باسن و پشت ران و پشت و پا یا خارج ساق پا احساس می‌شود. معمولاً،علت درد سیاتیک یک طرفه است ، اما می تواند دو طرفه نیز باشد. درد می تواند به صورت ناگهانی ایجاد شده یا به تدریج و با گذشت زمان افزایش پیدا کند . درد سیاتیک در ۹۰ درصد موارد در نتیجه پارگی یا فتق دیسک ایجاد می‌شود و در اینگونه مواقع معمولاً دیسک پاره شده یا فتق دیسک که ریشه های عصب سیاتیک(معمولا فتق یا پاره شدن دیسک L۴-L۵و ریشه عصبی S۱ به علت فتق یا پاره شدن دیسک L۵-S1 فشار وارد می‌کند. پس به طور خلاصه شایع ترین علت درد سیاتیک پارگی یا فتق دیسک L۴-L۵ و L۵-S1 است . سایر بیماریهایی که باعث درد عصب سیاتیک می‌شوند شامل تنگی کانال نخاعی ، تومورهای ستون مهره ها ، عفونت های ستون مهره ها و یا تومر های داخل لگن و تومورهای خود عصب سیاتیک هستند .وقتی ریشه های عصب سیاتیک تحت فشار قرار می گیرند، باعث ایجاد ضعف در عضلات، بی حسی ، ضعف ساق پا یا احساس سوزش کف پا و یا کمر می شوند. بعضی از مطالعات نشان داده اند که ۴۰ در صداز افرادی که دچار دیسک کمر میشوند فقط با درد سیاتیک مراجعه می کنند ، (بدون اینکه کمر درد داشته باشند) .

درد در مسیر عصب سیاتیک چه اهمیتی دارد ؟

درد در مسیر عصب سیاتیک اهمیت زیادی دارد. زیرا شایع ترین علت آن پارگی دیسک کمر می باشد و در درجه بعد تنگی کانال نخاعی و در درجه بعد لیزخوردگی مهره های کمر است. این سه بیماری مهم هستند و معمولاً نیاز به عمل جراحی دارند .

درد سیاتیک چه نوع دردی است ؟

درد سیاتیک یک درد مکانیکی است و با حرکت ایجاد و یا تشدید می‌شود و با دراز کشیدن بهتر می‌شود . درد سیاتیک ممکن است در زمان ایستادن، نشستن یاره رفتن ایجاد شود. درد سیاتیک دردی است که از پشت باسن به پشت ران و سپس به پشت ساق و پا گاهی در قسمت جراحی ساق پا انتشار پیدا می‌کند. و منجر به درد و گزگز کف پا و انگشتان(خصوصاً انگشت شست پا یا انگشت کوچک پا) می‌شود. درد عصب سیاتیک در افراد مختلف می‌تواند از ملایم تا شدید باشد و این درد می‌تواند با نشستن طولانی، خم شدن به جلو ، سرفه و عطسه کردن نیز تشدید شود.

چه عواملی باعث ایجاد درد سیاتیکی می‌شوند؟ ریسک فاکتورهای درد عصب ساتیک چیست؟ راه های تشخیص درد سیاتیک چیست؟
تشخیص علت درد سیاتیک با تصویربرداری در معاینه فیزیکی ، پزشک وضعیت قدرت عضلات را مورد بررسی قرار می دهد . از بیمار خواسته می‌شود تا روی انگشتان یا پاشنه خود راه برود، از یک حالت چمباتمه بلند شود، برای معاینه میزان فشار به عصب سیاتیک در حالیکه بیمار روی تخت به پشت دراز کشیده است، پزشک یکی از پاهای بیمار را در بلند می‌کند. معمولاً دردی که ناشی از عصب سیاتیک باشد، با انجام این مانور تشدید خواهد شد

برای تشخیص بیماری سیاتیک از روش های تصویر برداری زیر استفاده می‌کنیم :
– عکس برداری رادیولوژی
– تصویر برداری ام آر آی (MRI)
تسکین درد سیاتیک

از هر ۱۰ نفر ۴ نفر در دوره ای از زندگی خود دچار سیاتیک یا تحریک عصب سیاتیک می‌شوند. این عصب از دو طرف ستون فقرات پایین آمده و از طریق لگن و باسن حرکت می‌کند سپس عصب از پشت هر قسمت بالایی پا عبور می‌کند قبل از اینکه در زانو به شاخه هایی تقسیم شود که به سمت پا می‌رود.هر چیزی که این عصب را تحت فشار قرار دهد یا تحریک کند می‌تواند باعث ایجاد درد در پشت یک باسن یا ران شود. احساس درد می‌تواند بسیار متفاوت باشد. سیاتیک

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری

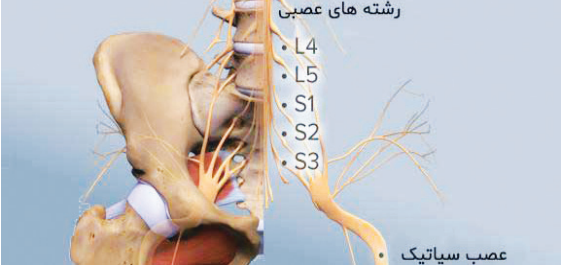
و درمان آن

این شماره: درد سیاتیک

محل را درمان می‌کنند و اثرات آنها معمولاً یک ساعت بعد از تزریق ظاهر می‌شود و تا چندین روز ادامه دارد. از عوارض آنها شامل : درد معده ، زخم معده، خونریزی معده ، بالا بردن فشار خون و بالا بردن قند خون است. بنابراین در بیمارانی که مبتلا به بیماری های معده ، قلبی ، فشار خون و دیابت هستند باید با احتیاط مصرف شوند. داروی دیگری به نام آمپول تتراکوزاکناید نیز وجود دارد که باعث آزاد شدن کورتون طبیعی انسان از غده فوق کلیه می‌شود. آمپول تتراکوزاکناید داروی خوبی است اما گاهی باعث حساسیت های شدید می‌شود. دسته دوم داروهای ضد التهاب تزریقی هستند مانند آمپول دیکلوفناک یا آمپول کتورولاک که این داروها هم بعد از تزریق بدونی که به کبد بروند مستقیم به محل ضایعه دیده می‌رسند و اثرات خود را شروع می‌کنند و تقریباً عوارض آنها شبیه عوارض قرص های کورتونی است که می‌تواند باعث بالا رفتن فشار خون ، ایجاد زخم معده یا خونریزی گوارشی می‌شوند ولی قند خون را معمولاً بالا نمیبرند. دسته سوم داروهای شل کننده عضلانی هستند که شامل آمپول متوکاربامول است. آمپول متوکاربامول را می‌توان به صورت تزریق عضلانی مصرف کرد. این داروها نیز باعث شل کنندگی عضلانی می‌شوند و اثر آمپول متوکاربامول قویتر از اثر قرص آن است ولی صلاح است در بیمارستان یا درمانگاه مصرف شود. گروه چهارم داروهای مخدر هستند که از ترکیبات تریاک هستند. همانطور که میدانیم تریاک قوی ترین و اولین داروی ضد دردی بوده است که انسان به آن دست یافته است ولی به دلیل اعتیاد آور بودن برای درمان در منازل کنار گذاشته شده است. فقط کاربرد آن در بیمارستانها و در درمان دردهای پس از عمل جراحی یا دردهای بیماران مزمن سرطانی است. این داروها شامل آمپول مورفین ، آمپول پتیدین و آمپول ترامادول و آمپول کدئین می‌باشد. این داروها بسیار قوی می‌باشند به فاصله و اثرات آنها تقریباً ۱۵ دقیقه پس از تزریق ظاهر می‌شوند و نسخه کردن آنها تابع قوانین خاصی است و حتماً باید در بیمارستان مصرف شود. لازم به ذکر است که داروهای مخدر علاوه بر اینکه ضد درد هستند باعث آرام شدن بیمار و احساس سرخوشی می‌شوند که این از خصوصیات اختصاصی این داروهاست. از عوارض داروهای مخدر این است که تنفسی است و موارد مسمومیت با تریاک است به همین جهت باید با احتیاط و با دوز کم و در بیمارستان مصرف شود.

گاباپنتین برای سیاتیک

همانطور که می‌دانیم وقتی ضایعه‌ای در قسمتی از بدن بوجود می‌آید مثلا دیسک یک نفر پاره می‌شود، فشار بر روی ریشه‌های عصبی باعث می‌شود که جریان های الکتریکی که در اصطلاح پزشکی پیام های عصبی نامیده می‌شود از عصب سیاتیک بیمار وارد نخاع شود و از طریق نخاع به مغز منتقل شود و در مغز به صورت درد حس شود. در واقع می‌توان گفت که نخاع یک شاهراه یا اتوبان است که پیام های عصبی از آن عبور کرده و خود را به مرز می‌رساند بنابراین اگر بتوانیم به طریقی باعث هدایت این پیامهای عصبی و میزان آنها را کم کنیم قاندا تا درد بیمار کم میشود. در بیماران دیابتی که به دانشمندان مدتها به فکر این بودند که دردی پیدا کنند که بتوانند این کار را انجام دهد، خصوصاً علت نوروپاتی دردهای سوزشی شدید دارند. اینگونه بیماران حس می‌کنند که پای آنها را در داخل آتش گذاشته اند یا صدها سوزن وارد پاهای آنها می‌شود . به این ترتیب دو داروی مهم کشف شد که باعث



عصب سیاتیک

کم کردن انتقال پیام های درد از نخاع به مغز می‌شدند . که این داروها عبارت بودند از گاباپنتین و پراگابالین. این داروها در اصل داروهایی بودند که برای کنترل تشنج ساخته شدند اما بعدها دیدند که بر روی انتقال درد هم موثر است به همین جهت امروزه توسط اکثر پزشکان در درمان بیماری های درد مصرف می‌شود. از مزیت های مهم گاباپنتین این است که عوارض گوارشی معمولاً نمیدهد. در حالی که داروهای ضد التهاب مانند دیکلوفناک بروفن ممکن است عوارض گوارشی بدهند و فشارخون بیماران را بالا ببرند ولی از عوارض مهم گاباپنتین می‌توان سرگیجه و احساس خواب آلودگی را نام برد . بسیاری از بیمارانی که دچار درد سیاتیک و کمر درد هستند و پس از تشخیص علت درد سیاتیک توسط پزشکان ، برای آنها گاباپنتین تزریق می‌کنند وقتی به اینترنت مراجعه می‌کنند و ملاحظه میکنند که گاباپنتین دارویی است که در درمان تشنج به کار می‌رود تشنج به کار می‌رود و وحشت زده میشوند و از مصرف آن خودداری میکنند. در حالی که امروزه در اکثر کلینیکهای درد دنیا از این دارو به عنوان داروی ضد درد استفاده می‌کنند. هنگامی که دارو در درمان تشنج به کار می‌رود تشنج از جمله دردهای نوروپاتی در بیماران بلکه به تدریج کم‌کنند و سپس قطع کنند . اما در مواردی که به عنوان داروی ضد درد به کار می‌رود این چنین نیست و بیمار می‌تواند دارو را قطع کند و مشکلی برای بیمار پیش نمی‌آید.

پراگابالین یا لیریکا برای درمان درد سیاتیک

یکی از داروهایی که در درمان درد سیاتیک استفاده می‌شود داروی پراگابالین یا لیریکا (Lyrica) است. این دارو نیز اولین بار برای درمان بیماری تشنج و صرع تولید شد اما بعدها پزشکان متوجه شدند که که اثرات ضد درد خیلی خوبی دارد بنابراین پزشکان شروع به تجویز این دارو برای درمان دردهای مختلف از جمله دردهای نوروپاتی در بیماران دیابتی کردند. از لحاظ ساختمان این دارو نیز مانند دارویی گاباپنتین شبیه اسید آمینه مهاری است که در نخاع انسان های طبیعی وجود دارد و گاما آمینوبوتریک اسید (Gaba) نامیده می‌شود. از آنجا که این دارو می‌تواند باعث سرگیجه و خواب آلودگی شود، پزشکان معمولاً دارو را با دوز کم شروع میکنند و به تدریج بر مقدار آن میافزایند.

عوارض شایع پراگابالین چیست ؟

عوارض شایع پراگابالین شامل سرگیجه ، خواب آلودگی، تاری دید، دوبینی است. بنابراین کسانی که کارهای دقیق دارند یا رانندگی می‌کنند صلاح است که دارو را شها مصرف کنند. از دیگر عوارض پراگابالین می‌توان به سردرد اختلال حافظه، خشکی دهان ، اختلال دید ، افزایش وزن اشاره کرد. البته حساسیتهای داروی نیز با این دارو گزارش شده است. مصرف آن در دوران شیردهی و حاملگی باید با احتیاط انجام بشود.

درد سیاتیک : علت، علائم، تشخیص و راه های درمانی آن

دکتر محمد صمدیان

عصب سیاتیک از یک طرف بدن انسان از گردن تا کمر و از طرف دیگر از کمر تا پاها می‌گردد.

درد سیاتیک که بر اثر درگیری دیسک کمر و با انجام بعضی فعالیت‌ها مانند عطسه، سرفه، و راه رفتن شدیدتر بشود.

–درد انتشاری به زیر زانو

–احساس گرفتگی عضلات

علت درد سیاتیک

درد سیاتیک به علت ایجاد فشار به عصب سیاتیک و وارد کردن ضربه به ناحیه کمر ایجاد می‌شود. سیاتیک نشانه ای از مشکلی است که در محل آسیب دیده ایجاد شده است. حرکت دیسک بین مهره ای دردناک است که می‌تواند عضله باسن را درگیر نماید.

درد سیاتیک زمانی ایجاد می‌شود که فشار بر روی عصب سیاتیک افزایش یابد. از علت های درد عصب سیاتیک بیرون زدگی یا لغزندگی دیسک کمر می‌باشد. دیسک کمر زمانی رخ می‌دهد که مواد داخل دیسک بر اثر فشارهایی که در طول زمان کم کم یا ناگهانی به دیسک وارد می‌شود دیسک را پاره یا حتی بدون پارگی تحریک و به عصب سیاتیک فشار وارد خواهد کرد.

از دیگر علت های درد عصب سیاتیک می‌توان به گرفتگی ماهیچه های لگنی و خصوصا عضله پرفیورمیس اشاره کرد. همچنین عواملی که موجب کشیدگی و فشار بر روی شکم می‌شود می‌تواند موجب ابتلا و درگیری عصب سیاتیک شود مانند درد عصب سیاتیک در بارداری و چاقی.

درمان درد سیاتیک

در طول مراحل معاینه فیزیکی، پزشک وضعیت قدرت عضلات و عکس العمل آنها را مورد بررسی قرار می‌دهد. درمان های بسیار متنوعی دارد ولی استفاده از درمان صحیح توسط پزشک متخصص از مزمن شدن و غیر قابل درمان شدن ان جلوگیری می‌کند. درمان های اولیه هر چه باشد هدف اول کاهش التهاب و کاهش درد است. چندین روش بدون جراحی را برای درمان توصیه می‌کنند که مهم‌ترین آنها عبارت است از:

تزریق اپیدورال برای سیاتیک

بی حسی اپیدورال به تزریق داروی بی حسی موضعی توسط یک لوله به ناحیه ای در قسمت پایین کمر که فضای اپیدورال نام دارد انجام می‌شود. این کار نیز به منظور آزادسازی سیاتیک انجام می‌شود. این تزریق با توقف سیگنال های درد در امتداد ستون فقرات حرکت می‌کند و منجر به بی حسی در قسمت‌های بزرگی در بدن می‌شود.

درمان‌های کایروپراکتیک

کایروپراکتیک یا درمان دستی روشی درمانی برای تشخیص، درمان و پیشگیری از اختلالات دستگاه اسکلتی عضلانی و تاثیر آن بر روی دستگاه عصبی و سلامت عمومی می‌باشد. کایروپراکتور از دست های خود برای درمان اختلالات مربوط به استخوان، عضلات و مفاصل استفاده می‌کنند.

^[1] عصب سیاتیک از یک طرف بدن انسان از گردن تا کمر و از طرف دیگر از کمر تا پاها می‌گردد

^[2] عصب سیاتیک از یک طرف بدن انسان از گردن تا کمر و از طرف دیگر از کمر تا پاها می‌گردد