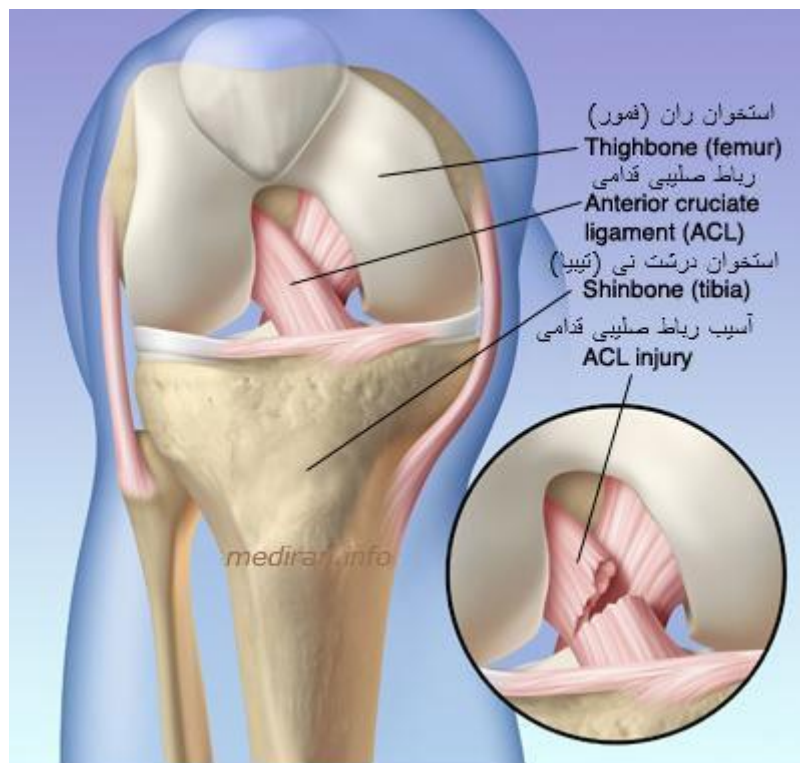


مراقبت و درمان از پارگی رباط صلیبی قدامی

شهریار بیگی

www.beygi.net

پارگی ACL رباط صلیبی قدامی در اسکی بازان غیر حرفه‌ای را می‌توان بدون عمل جراحی درمان کرد. طبق مطالعاتی که در بیمارستان جراحی نیویورک انجام شده است، تقریباً یک چهارم پارگی‌های ACL پارگی رباط صلیبی قدامی که در اسکی بازان غیر حرفه‌ای اتفاقی می‌افتد به خودی خود ترمیم می‌شوند. روبرت مارکس، جراح ارتوپد در توضیح این مطلب گفته است :



بعضی از بیمارانی که ACL پارگی رباط صلیبی قدامی آنها هنگام اسکی کردن پاره می‌شود می‌توانند بدون جراحی بهبود یابند. رباط‌های آنها به خودی خود ترمیم می‌شوند و زانویشان به حالت ثبات باز می‌گردد ، آنها دوباره می‌توانند اسکی و ورزش انجام دهند. این گام بزرگی در پزشکی است که بتوانیم از جراحی جلوگیری کنیم. مطالعات نشان داده‌اند که در شش تا دوازده هفته بعد از پارگی ACL ، دو تست زانو می‌توانند نشان دهند که آیا اسکی بازان نیاز به جراحی دارند یا خیر. معمولاً پارگی ACL در اسکی بازان نسبت به دیگر ورزشکاران کمتر دردناک است. بنابراین در اسکی این پارگی وخامت

کمتری دارد و راحت‌تر نیز درمان می‌شود. دکتر مارکس می‌گوید: بیمارانی که به دلیل اسکی تفریحی دچار آسیب دیدگی ACL می‌شوند نباید سریعاً وقت جراحی بگیرند. باید در شش تا دوازده هفته بعد از آسیب دیدگی آزمایشاتی انجام دهند و اگر دلیل ضروری وجود داشت به این کار دست بزنند. بیشتر این افراد می‌توانند بدون جراحی درمان شوند. دکتر مارکس زمانی به این نتیجه رسید که بعضی از بیمارانش که بر اثر اسکی تفریحی دچار آسیب دیدگی شده بودند، به خودی خود بهبود یافتند. از شصت و سه نفری که مورد بررسی قرار گرفته و برای نخستین بار رباط ACL آنها در اسکی پاره شده بود، بیست و نه نفر عمل جراحی انجام ندادند و از این بیست و نه نفر، هفده نفر توانستند بدون عمل جراحی درمان شوند. پزشکان با کمک بررسی‌های فیزیولوژیک و معاینه زانوی بیمارانی که ثبات پیدا کردند زانوی آنها بعد از شش تا دوازده هفته پی بردند. این افراد به این وسیله توانستند بهبود یابند و به اسکی بازگردند. دکتر مارکس خاطر نشان کرد که متوسط سن مصدومینی که بدون عمل جراحی درمان شدند چهل و سه سال بوده است و معمولاً کسانی که بالای چهل سال سن دارند، حجم ماهیچه‌هایشان کمتر است و زمان بیشتری طول می‌کشد تا بهبود یابند. درمان بدون عمل جراحی در وقت و هزینه صرفه



جویی می‌کنند. هرچند تاکنون اکثریت پزشکان بر قطعیت عمل جراحی به عنوان تنها درمان پارگی کامل رباط صلیبی برای بازگشت به فعالیت حرفه‌ای اسکی برای قهرمانان اسکی اتفاق نظر دارند و به قوت گذشته خود باقی است. قهرمانان اسکی با انجام عمل و تمرینات فشرده به اسکی باز می‌گردند