طقطقة الركبة ليست علامة على التهاب المفاصل

مقدمة الدكتور أحمد بو عيسى

هل طقطقة (فرقعة) الركبة تدعو إلى القلق أو تحتاج إلى مراجعة الطبيب المختص؟

من منا لم يشعر في وقت من الأوقات بصوت في مفاصله، وخصوصًا في مفصل الركبة. احيانا ً، يصبح الصوت قويًا الى

درجة يسمعه حتى أولائك الذين من حولنا.

تكثر اصابة الأربطة والغضاريف، خاصة بين فئة الشباب الرياضيين وبعد عملية منظار الركبة او تقويم الرباط المتعامد (الصليبي) الأمامي. بعد هذه العملية قد يشكو المصاب من فرقعة أو طقطقة الركبة، فهل هذه الفرقعة تدعو إلى القلق؟ ومتى تستدعي الحاجة لمراجعة طبيب العظام؟

من المهم أن نعرف أن فرقعة الركبة قد تكون بدون ألم أو يصاحبها الم. الفرقعة بدون الم غالبًا لا تمثل اي مشكلة للمصاب، ولا تعتبر علامة على تاكل او إصابة الغضاريف المبطنة بضرر

اما الفرقعة التي يصاحبها الم او التي تحد من الحركة، فهذه قد تكون علامة على تاكل الغضاريف. في الحالة الثانية هذه يجب على المصاب مراجعة طبيب العظام المختص، والذي غالبًا ما يحتاج الى تصوير الموضع بالرنين المغناطيسي للتأكد من طبيعة الفرقعة. فاذا كانت الفرقعة مرضية (أي تلك التي يصحبها ألم)، فهذه تحتاج الى تدخل جراحي

الدراسة المنشورة مؤخرًا والمترجمة أدناه تسلط الضوء على ما إذا لهذه الطقطقة علاقة بالتهاب المفاصل.

الدراسة المترجمة

الدراسة (1)، المنشورة في مجلة رعاية التهاب المفاصل وأبحاثها Research & Care Arthritis، تابعت 112 شابًا راشدًا (متوسط سنهم يبلغ 28 سنة) بعد استبدال الرباط المتعامد (الصليبي) الأمامي (2) (ACL)، استخدمت التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI) وإفادات المرضى لتتبع علامات التهاب المفصل التنكسي (3) على مدى خمس سنوات.

صرح جامون كوتش Jamon Couch، الباحث والمعالج الطبيعي في جامعة لا تروب La Trobe الأسترالية، أنه بالرغم من اقتران طقطقة (فرقعة) الركبة [بسبب خشونة الركبة] (4) بتلف الغضروف المفصلي (5) وتفاقم الأعراض بعد عام واحد من استبدال الرباط الصليبي، إلا أن ذلك ليس مؤشرًا على تضرر أو تلف المفاصل بمرور الزمن.

قال جامون: "وجدنا أن الذين لديهم طقطقة في الركبة أكثر احتمالًا للإصابة عرضة للإصابة بأضرار بالغة في الغضروف خلف الرضفة بأكثر من مرتين ونصف. يُعرف هذا النوع من التلف بعيب غضروفي كامل السُمك، (بمعنى أن الغطاء الواقي الأملس على العظم قد تآكل تمامًا). كما كانوا أكثر شعورًا بألم وصعوبة في تحريك ركبهم في المراحل المبكرة.

ولكن بعد أربع سنوات لم يُعاني هؤلاء المصابون بالطقطقة من ألم أو صعوبة في استعمال الركبة، بل كانوا قادرين

على تحريك ركبهم مثل غيرهم من غير المصابين بها، [يعني أن حالتهم تحسنت والألم أصبح أخف بعد السنة الأولى من الاستبدال واستمروا في قدرتهم على استعمال ركبهم حتى بعد أربع سنوات منه].

تُبين الدراسات أن حوالي 50% ممن لديهم تمزق في الرباط الصليبي الأمامي يصابون بأعراض التهاب المفصل التنكسي وتغيرات بنيوية يمكن ملاحظتها في صور الأشعة السينية أو الرنين المغناطيسي، والتي منها فقدان الغضروف أو ترققه وتقلص الفجوة بين العظام بعد تآكل الغضروف واحتكاك بين العظام، في غضون عقد من الزمن من الإصابة بالتمزق، أي 15 عامًا تقريبًا قبل ظهور الأعراض على غير المصابين بتمزق في الرباط الصليبي.

تطعن هذه النتائج في فكرة استخدام صوت الطقطقة للتشخيص أو للتنبؤ بالتهاب المفصل التنكسي المبكر بعد الإصابة الرضخية المبكرة [تمزق أو التواء الرباط الصليبي والذي عادة ما يصيب الشباب أثناء الألعاب الرياضية (6)].

وصرح الدكتور آدم كولفينور Adam Culvenor، رئيس مجموعة أبحاث إصابات الركبة في مركز أبحاث الطب الرياضي والتمارين (LASEM) بجامعة لا تروب، بأن هذا البحث سيُطمئن المرضى الشباب الذين يخشون أن يكون صوت طقطقة الركبة علامة تحذيرية تُنذر بتدهور حالة مفاصلهم بعد مدة من إجرائهم عملية جراحية لاستبدال الرباط الصليبي المتمزق.

"تُسلِّط هذه الدراسة الضوء أيضًا على أهمية الاستمرار في النشاط البدني، [مثل المشي والسباحة والتمارين الرياضية المناسبة الأخرى] والانخراط في برامج إعادة التأهيل (7) لتجنب أو تأخير الإصابة بالتهاب المفصل التنكسي،" حسبما قال الدكتور كولفينور.

ويقول الباحثون إن الدراسة تدعم مقاربة أكثر دقة لتشخيص التهاب المفصل التنكسي في مراحله المبكرة، وتشجع العاملين في مجال الرعاية الصحية على تجنب المبالغة في تفسير طقطقة الركبة عند المرضى الشباب النشطين رياضيًا [المستبدلة أربطتهم الصليبية سابقًا].