

## طققة الركبة ليست علامة على التهاب المفاصل



مقدمة الدكتور أحمد بو عيسى

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

من منا لم يشعر في وقت من الأوقات بصوت في مفاصله، وخصوصاً في مفصل الركبة. أحياناً، يصبح الصوت قوياً إلى

درجة يسمعه حتى أولئك الذين من حولنا .

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

من المهم أن نعرف أن فرقة الركبة قد تكون بدون ألم أو يصاحبها ألم. الفرقة بدون ألم غالبًا لا تمثل أي مشكلة للمصاب، ولا تعتبر علامة على تاكل أو إصابة الغضاريف المبطنة بضرر

أما الفرقة التي يصاحبها ألم أو 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 الفرقة. فإذا كانت الفرقة 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 Trobe La الأسترالية، أنه بالرغم من اقتران طقطقة (فرقة) 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 احتمالاً للإصابة عرضة للإصابة بأضرار بالغة في العضروف خلف الرضفة بأكثر من مرتين ونصف. يُعرف هذا النوع من التلف بعيب عضروف كامل السُمك، (بمعنى أن الغطاء الواقى الأملس على العظم قد تآكل تماماً). كما كانوا أكثر شعوراً بالألم 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)].

وشرح 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 إجراءاتهم عملية جراحية لاستبدال الرباط الصليبي الممزق.

"تُسلط 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 مقارنة 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].