

نشرة معلومات عن حالة صحية  
صادرة في آذار/مارس ٢٠٢٤

## التعريف

يحدث تقلص دوبويتران حين يزداد سُمك جلد راحة يدك تدريجيًا ويصبح مشدودًا. وهذا يمكن أن يجبر الأصابع على الانحناء باتجاه راحة اليد فتصبح مثل المخالب. وقد يصيب هذا التقلص أي إصبع، ولكنه عادةً ما يؤثر في البنصر أولاً يليه الخنصر ثم الوسطى. وهكذا يمكن أن يحد من حركة يديك. وبالتالي قد يُصعب تأدية بعض المهام. وفي حين أن سبب الإصابة بتقلص دوبويتران غير معروف، تشير بعض الأبحاث إلى أنه قد ينتقل وراثيًا عبر العائلات. كما ترتبط هذه المشكلة الجلدية بمشكلات صحية أخرى مثل: الصرع وإدمان الكحول والسكري.

## ما الذي سيفعله طبيبي العام الآن؟

قد يصاب البعض من تقلص دوبويتران ولا تكون هناك حاجة إلى أي علاج على الإطلاق، وأحيانًا تكون الجراحة مفيدة. سيتحدث معك طبيبك العام عن العلاج المناسب لك، وسيحيلك إلى جراح إذا لزم الأمر. لا توجد أبحاث كافية تدعم فعالية العلاجات التي تستهدف اليد مباشرة أو الجبائر أو التمارين الرياضية أو حقن الستيرويد لعلاج هذه المشكلة.

## ماذا سيفعل طبيبي العام في المستقبل؟

سيود طبيبك العام الاطمئنان عليك من حين لآخر للوقوف على حالتك الصحية. وإذا تفاقمت أعراض التقلص لديك، فقد يحيلك طبيبك العام إلى جراح.

إذا خضعت لعملية جراحية، فقد يقترح طبيبك العام استخدام جبيرة خلال فترة النقاهة. وقد تحتاج إلى وضع جبيرة ليلية لمدة ثلاثة أشهر. قد تستغرق قدرتك على تحريك يدك على نحو طبيعي عدة أشهر حتى تعود إلى سابق عهدها. كما قد تؤلمك الجروح جزاء العملية خلال هذه الفترة. وربما يحيلك طبيبك العام كذلك إلى اختصاصي لعلاج اليدين بعد إجراء الجراحة.



## ما الأسئلة التي يمكنني طرحها على طبيبي؟

- ما خيارات العلاج المتاحة؟
- وكيف أعرف ما إذا كنت بحاجة إلى علاج؟
- وهل ستحسن الجراحة من الأعراض التي أعاني منها؟

## ماذا بوسعي أن أفعل؟

- قد تشعر بتحسّن في يدك مع بعض التدليك الخفيف وتمارين الإطالة. ولذا ننصحك بالآتي:
- تدليك الأنسجة السميكة في راحة يدك برفق
- فرد أصابعك بعيدًا عن راحة يدك
- وضع كمادات دافئة على راحة يدك للمساعدة على إرخاء الأنسجة

## ما أنواع الدعم المتاحة؟

يمكن لطبيبك العام إحالتك لحجز موعد في غرفة خاصة لدى طبيب متخصص يعمل في عيادة فيرفيلد لإصابات الأيدي. وهذه العيادة تستقبل جميع المرضى من مناطق جنوب غرب سيدني المحلية (باستثناء بانكستاون). أما سكان بانكستاون فيُحالون إلى اختصاصي خاص، والذي يمكنه بعد ذلك ترتيب إجراء عملية جراحية في مستشفى بانكستاون إذا لزم الأمر.

## أين يمكنني معرفة المزيد؟

- Better Health Channel – تقلص دوبويتران: [betterhealth.vic.gov.au](http://betterhealth.vic.gov.au)
- Healthdirect Australia – تقلص دوبويتران: [healthdirect.gov.au](http://healthdirect.gov.au)