

نشرة معلومات عن حالة صحية  
صادرة في آذار/مارس ٢٠٢٤

## التعريف

مسامير اللحم والدُّشَبذات عبارة عن بقع من الجلد السميك والقاسي. وعادةً ما تتكون على القدمين وأصابع القدمين، ولكن هذا لا يمنع أنها قد تتكون على اليدين وأصابع اليدين. والسبب في حدوثها يُعزى إلى الضغط أو الاحتكاك على الجلد، ونادرًا ما تسبب مشكلات. مسامير اللحم هو منطقة صغيرة مؤلمة وملتهبة من الجلد السميك. بينما يكون الدُّشَبذ أكبر حجمًا، وعادةً ما لا يكون مؤلمًا.

## إذا كنت مصابًا بداء السكري أو تعاني من ضعف تدفق الدم

توخَّ الحذر الشديد حتى لا يؤدي العلاج إلى الإصابة بعدوى في قدمك.

احرص على إجراء فحوصات منتظمة مع طبيبك العام إذا كنت تعاني من مشكلات في قدميك.

إذا كنت تعاني من خدر أو وخز أو ضعف في قدميك، فسيحيلك طبيبك العام إلى اختصاصي أقدام.

راجع نشرة معلومات diabetes foot screening للمزيد من المعلومات.

## ما الذي سيفعله طبيبي العام الآن؟

سيطرح عليك طبيبك العام أسئلة لمعرفة سبب الإصابة بمسامير اللحم أو الدُّشَبذ. وقد يعالج الطبيب المنطقة المصابة عبر نقعها في ماء دافئ ثم بَرْد جزء من المنطقة المصابة من الجلد ووضع الكريم عليها. كما سيوضح لك طبيبك العام كيفية العناية ببشرتك وعلاج مسامير اللحم أو الدُّشَبذ في المنزل. وربما يحيلك طبيبك العام إلى اختصاصي يُسمى جراح العظام لإزالة مسامير اللحم أو الدُّشَبذ، ولكن ذلك لا يحدث سوى في حالات نادرة.

## ماذا سيفعل طبيبي العام في المستقبل؟

قد يرغب طبيبك العام في رؤيتك مرة أخرى في موعد للمتابعة والتحقق من حالتك بعد علاج مسامير اللحم أو الدُّشَبذ. وإذا لم تشهد حالتك تحسنًا، فقد يحيلك طبيبك العام إلى جراح. وربما يحيلك طبيبك العام أيضًا إلى اختصاصي أقدام؛ لمساعدتك على العناية بصحة قدميك.

## ماذا بوسعي أن أفعل؟

لمساعدتك على التعافي من مسامير اللحم أو الدُّشَبذ، عليك ارتداء قفازات واقية، ولا سيما في المهام اليدوية أو الخارجية أو المتكررة. احرص كذلك على ارتداء حذاء مريح ومسطح وذو مقاس ملائم. واستخدم لاصقة واقية على مسامير اللحم أو الدُّشَبذ. قد ينصحك طبيبك العام ببرد الجلد المصاب بلطف واستخدام كريم مهدئ. وإذا لم يختفِ مسامير اللحم أو الدُّشَبذ بالعلاج، فعليك استشارة طبيبك العام.

## ما أنواع الدعم المتاحة؟

إذا كنت بحاجة إلى الدعم، يمكن لطبيبك العام أن يحيلك إلى خدمة محلية لإصابات القدم عالية الخطورة في المنطقة الصحية المحلية في جنوب غرب سيدني.

- خدمة إصابات القدم عالية الخطورة في بانكستاون: الهاتف ٩٧٢٢ ٨٣٦٠
- خدمة إصابات القدم عالية الخطورة في ليفربول: الهاتف ٨٧٣٨ ٨٢٩٦
- خدمة إصابات القدم عالية الخطورة في ماكارثر: الهاتف ٤٦٣٤ ٣٧٧٧

يمكن أن يحيلك طبيبك العام أيضًا إلى اختصاصي أقدام خاص؛ لمساعدتك على العناية بصحة قدميك.



## ما هي الأسئلة التي يمكنني طرحها على طبيبي؟

كيف يمكنني العناية ببشرتي؟

ما الكريمات التي ستساعد في علاج مسامير اللحم أو الدُّشَبذ؟

هل أنا معرض لأي مشكلات أخرى؟

## أين يمكنني معرفة المزيد؟

The Feet People - مسامير اللحم والدُّشَبذات: [theftpeople.com.au](http://theftpeople.com.au)