

نشرة معلومات عن الحالة الصحية
صدرت في نيسان/أبريل ٢٠٢٤

التعريف

الإصبع الزنادي هي حالة تحدث حين يصبح من الصعب فرد إصبعك بعد ثنيه. وقد يصاحب ذلك شعور بفرقة أو طقطة عندما تنثني إصبعك. كما قد تشعر بتصلب إصبعك. أما في الحالات الشديدة، فإن الإصبع الزنادي يبقى منحنيًا بعد ثنيه، وقد يعود بعد ذلك فجأة إلى استقامته مع صوت طقطة.

السبب وراء حدوث الإصبع الزنادي يكمن في التهاب أحد الأوتار. وهذا يحُول دون انحناء الإصبع كما ينبغي. وفي معظم الحالات يكون سبب التهاب هذا الوتر غير واضح.

وأحيانًا يصيب الإصبع الزنادي مرضى السكري أو التهاب المفاصل أو متلازمة النفق الرسغي. كما يمكن أن يصيب من يستخدمون أيديهم في مهام تعتمد على دوران المعصم (مثل ربط البراغي).

ماذا سيفعل طبيبي العام الآن؟

سيتحدّث طبيبك العام معك عن خيارات العلاج المتاحة لك. والعلاجات الشائعة لهذه الحالة تتضمن كلاً من الخلود للراحة أو تعاطي الأدوية أو إجراء عملية جراحية. قد ينصحك الطبيب بإراحة يدك لتهدئة أي ألم أو تورّم. وفي هذه الحالة قد يضع إصبعك في جبيرة لبضعة أسابيع؛ وذلك لمساعدتك على الراحة. كما قد ينصحك الطبيب العام بممارسة بعض التمارين الخفيفة.

ماذا سيفعل طبيبي العام في المستقبل؟

إذا لم يتحسن إصبعك بمجرد الراحة وأداء التمارين الخفيفة، فقد يحقن طبيبك العام إصبعك بدواء الستيرويد. وبعدها قد تحتاج إلى وضع جبيرة على إصبعك لبضعة أيام.

وربما تُضطر إلى إجراء جراحة إذا كان إصبعك الزنادي يؤثّر تأثيرًا سلبيًا في حياتك اليومية. وحينها سيحيلك طبيبك العام إلى جراح يد إذا كان ذلك الخيار الأنسب لحالتك.

ماذا يمكنني أن أفعل؟

أرح يدك وأصابعك كما نصحك طبيبك العام. واتّبع نصيحته بشأن ممارسة التمارين الخفيفة. وإذا لم تتحسن الأعراض التي تعاني منها، فيجب عليك زيارة طبيبك العام لإجراء فحص آخر.

ما هي أنواع الدعم المتاحة؟

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



ما هي الأسئلة التي يمكن أن أطررها على طبيبي؟

ما سبب الألم الذي أشعر به؟

ما العلاجات التي يمكن أن تساعد في تحسّن حالتني؟

ما الذي يجب عليّ تجنّبه؟

أين يمكنني معرفة المزيد؟

- OrthoInfo – الإصبع الزنادي: orthoinfo.aaos.org
- Patient.info – الإصبع الزنادي: patient.info