

درمان آرتروز شانه قبل از پیشرفت این عارضه بسیار اهمیت دارد. آرتروز شانه یک بیماری ناشی از فرسایش و آسیب به غضروف‌های مفصل شانه است. این مشکل می‌تواند از عواملی مانند پیری، آسیب‌های تروماتیک، ساییش مفصل و یا بیماری‌های التهابی ناشی شود.

درمان و بهبود علائم آرتروز شانه معمولاً با تغییرات در سبک زندگی، تمرینات دامنه حرکتی و در موارد پیشرفته‌تر جراحی انجام می‌شود. از آنجا که آرتروز شانه می‌تواند به محدودیت حرکت و درد شدید منجر شود، اهمیت دارد که سریع‌تر به پزشک مراجعه کرده و راه‌های درمانی مناسب را بررسی کنید. با درمان مناسب، اکثر افراد قادرند به بهبود و بهبود کیفیت زندگی خود بپردازند.

## ● راه‌های درمان آرتروز شانه

برای کنترل و کاهش علائم آرتروز شانه، راه‌های مختلفی وجود دارد. استراحت شانه و کاهش استفاده از آن می‌تواند به تسکین درد و جلوگیری از تخریب بیشتر غضروف مفصلی کمک کند.

استفاده از کمپرس گرم و سرد نیز می‌تواند برای تسکین درد و التهاب شانه بسیار مؤثر باشد. فیزیوتراپی شانه یکی دیگر از راه‌های درمانی مؤثر در درمان و کنترل علائم آرتروز شانه شناخته می‌شود. این روش شامل تمرینات کششی و تقویتی، لیزر پرتوان، الکتروتراپی و تمرینات ورزشی می‌شود.

### بیشتر بخوانید: علت درد شانه چیست و چه درمان‌هایی دارد؟

درمان دارویی نیز ممکن است برای کاهش علائم درد بیماران تأثیر داشته باشد و دارو درمانی شامل استفاده از داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی و تزریق داروهای کورتیزونی در مفصل شانه است. تزریق کورتیزون می‌تواند برای تسکین درد و التهاب مفصلی مؤثر باشد.

از سوی دیگر پزشکان اجرای تمرینات کششی و تقویتی تحت نظر فیزیوتراپیست‌ها را به عنوان ابزاری برای تسکین درد در مراحل درمانی توصیه می‌کنند. در موارد پیشرفته‌تر زمانی که غضروف ناحیه شانه از بین رفته است، جراحی به عنوان آخرین گزینه برای بهبود شرایط شانه مدنظر قرار می‌گیرد.

[caption id="attachment\_8316" align="aligncenter" width="600"]



راه

های درمان آرتروز شانه[/caption]

## ● بهبود آرتروز شانه با جراحی

جراحی آخرین روش برای درمان آرتروز شانه در صورت عدم تسکین با درمان‌های غیرجراحی است. یکی از روش‌های جراحی متداول برای آرتروز شانه، آرتروسکوپی شانه است. در این روش، جراح از یک دوربین کوچک به نام آرتروسکوپ برای مشاهده داخل مفصل شانه استفاده می‌کند.

این دوربین تصاویر را بر روی صفحه نمایش نشان می‌دهد و جراح از این تصاویر برای هدایت ابزارهای جراحی استفاده می‌کند. عوارض و تهاجم این جراحی نسبت به جراحی باز کمتر است و از برش‌های بسیار کوچک‌تری استفاده می‌شود.

یک گزینه دیگر در درمان آرتروز شانه، تعویض مفصل شانه یا آرتروپلاستی است. این روش شامل برداشتن بخش‌های آسیب دیده از مفصل شانه و جایگزینی آن‌ها با اجزای مصنوعی یا پروتز است. این پروسه می‌تواند به شکل بازسازی مفاصل یا جایگزینی کامل شانه صورت گیرد.

از سوی دیگر جراحی بازسازی بخش بری نیز از روش‌های متداول است. در این روش پزشک مقداری از استخوان انتهایی استخوان ترقوه را برداشته و فضای باقی‌مانده با بافت زخمگاهی پر می‌شود. این روش به صورت آرتروسکوپی یا از طریق جراحی باز نیز قابل انجام است. گزینه‌های جراحی جایگزین مفصل و بازسازی بخش بری به شرایط خاص هر فرد بستگی دارد و پس از مشاوره با پزشک تعیین می‌شود.

[caption id="attachment\_8315" align="aligncenter" width="600"]



بهبود آرتروز شانه با جراحی [caption]

### ● درمان آرتروز شانه با متد اوزون تراپی

اوزون درمانی به عنوان یک روش مؤثر در درمان آرتروز شانه شناخته می‌شود. شانه به عنوان یک مفصل بسیار حساس و حرکتی در بدن، به طور مداوم به فشار و آسیب‌های مختلف از جمله التهابات، پارگی عضلات و گیرافتادگی شانه‌ها افت می‌کند.

اوزون یک ترکیب طبیعی از سه‌اتم اکسیژن است که به عنوان O3 شناخته می‌شود و به عنوان یک ترکیب قدرتمند جهت درمان بیماران به کار می‌رود. اوزون تراپی از این جهت بسیار از سوی پزشکان توصیه می‌شود که روش کم‌تهاجمی است و خطرات روش جراحی و تزریق استروئیدها را ندارد.

در این روش معمولاً پس از گذشت 30 تا 60 دقیقه از تزریق اوزون، درد به طور کامل تسکین می‌یابد. این تسکین درد از طریق افزایش سطح اکسیژن در محل بافت و افزایش متابولیسم (سوخت و ساز) آن ایجاد می‌شود که به تسریع فرایند ترمیم کمک می‌کند.

تزریق کورتیزون اثرات ضد التهابی دارد، ولی به علت اثرات کاتابولیسمی بافت محل تزریق را ضعیف می‌کنند، اما تزریق اوزون فرایند ترمیم را تسریع کرده و سطح بهبودی بافت آسیب‌دیده را ارتقا می‌دهد.

### بیشتر بخوانید: درمان تاندونیت شانه با اوزون تراپی

در کلینیک‌های تخصصی، تزریق اوزون به عنوان یک روش مؤثر در درمان دردهای آرتروز شانه به کار گرفته می‌شود و تاکنون 85 درصد موفقیت در تسکین درد مزمن آرتروز شانه مواجه شده است.

مدت زمان تسکین درد ممکن است متفاوت باشد و بین یک تا شش ماه یا بیشتر متغیر باشد. برخی بیماران نیز ممکن است برای دستیابی به تسکین کامل درد، به چندین تزریق نیاز داشته باشند که به صورت منظم در طول چند ماه صورت می‌گیرد، چراکه هر بار تزریق اوزون تأثیرات مثبتی بر ترمیم بافت و تسکین درد دارد.

[caption id="attachment\_8318" align="aligncenter" width="600"]



درمان آرتروز شانه با متد اوزون تراپی[/caption]

### ● بهترین کلینیک اوزون درمانی آرتروز شانه

✓ کلینیک اوزون درمانی یک مرکز پیشرو در ارائه خدمات بهداشتی و درمانی برای بیماران دارای آرتروز شانه بشمار می‌آید. این کلینیک‌ها با بهره‌گیری از تکنولوژی‌های پیشرفته در زمینه اوزون درمانی، می‌توانند بهبود قابل توجهی در کنترل درد و ترمیم بافت‌های آسیب‌دیده بیماران ایجاد کنند.

کادر پزشکی متخصص و مجرب می‌تواند دوره درمان بیماران را تسریع ببخشد. افراد مبتلا به آرتروز شانه می‌توانند با مراجعه به این کلینیک‌ها، نتایج مثبتی در بهبودی و کاهش درد خود تجربه کنند.

### بیشتر بخوانید: اوزون تراپی شانه چیست؟

■ کلینیک دکتر یوسفی یک مرکز درمانی معتبر در زمینه بهبود علائم آرتروز شانه است. کادر پزشکی این کلینیک با داشتن تخصص و تجربه وسیع در حوزه بیماری‌های مفصلی، راهکارهای مناسب و سازگار با نیازهای هر بیمار را ارائه می‌دهند. کلینیک پی آر پی دکتر یوسفی با ارائه به‌روزترین روش‌های درمانی، گزینه ایده‌آل برای بیماران با مشکلات آرتروزی می‌باشد و شما می‌توانید از طریق شماره‌های زیر مشاوره‌های لازم را دریافت کنید.

کلیک کن

فقط کافیہ یکبار تماس بگیریید



دکتر ناصح یوسفی

متخصص طب فیزیکی و توانبخشی

۰۹۱۹۲۴۰۴۰۵۴

| ۰۹۰۳۹۲۹۰۵۹۹

شماره تماس ها

### خلاصه مطالب

درمان آرتروز شانه برای جلوگیری از پیشرفت علائم آن و انتخاب یک کلینیک معتبر و تخصصی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. روش‌های متعددی برای درمان این عارضه وجود دارد. استفاده از روش‌های پیشرفته و جدید همچون **اوزون درمانی شانه** می‌تواند به بهبود وضعیت بیماران کمک کند.

**کلینیک پی آر پی دکتر یوسفی** به عنوان بهترین مرکز اوزون درمانی آرتروز شانه، با تیم متخصص از توانبخشان راهکارهای بسیار موثری برای درمان علائم و نشانه‌های این عارضه ارائه می‌کند. بیماران می‌توانند با اعتماد به این کلینیک، از خدماتی با کیفیت و نتایج مثبت تزریق اوزون بهره‌مند شوند.

برای دانلود پی دی اف مقاله کلیک کنید.