

بسیاری از افراد در مورد ارثی بودن دیسک کمر سؤال دارند. دیسک کمر یکی از مشکلات شایع و پرسش‌برانگیز در جامعه است که ممکن است برخی افراد معتقد باشند که این عارضه ارثی است. اما باید توجه داشت که بیشتر دیسک کمر در بیشتر موارد ناشی از عواملی مانند فعالیت بدنی نادرست، آسیب‌های فیزیکی، باروری‌های سنگین، نشستن طولانی مدت، چاقی و... است و ارتباط مستقیمی با ویژگی‌های ارثی ندارد.

اما در برخی موارد، برخی از عوامل ژنتیکی می‌توانند احتمال ابتلا به دیسک کمر را افزایش دهند. به طور کلی، می‌توان گفت که دیسک کمر بیشتر ناشی از عوامل غیر ارثی است، اما ژنتیک ممکن است در برخی موارد نقشی داشته باشد. در هر صورت، توصیه می‌کنیم که به سبک زندگی، فعالیت‌ها و رژیم غذایی خود توجه داشته و در صورت نیاز، از راهنمایی متخصصین بهره‌مند شوید.

مهمترین دلایل دیسک کمر

عوامل زیر از جمله دلایل تاثیرگذار در بروز دیسک کمر هستند:

شیوه زندگی نامناسب و فعالیت‌های سنگین

استفاده از شیوه زندگی نامناسب، انجام حرکات نادرست و بلند کردن اجسام سنگین به صورت مکرر می‌تواند باعث فشار و تراکم بیش از حد بر دیسک‌های مهره‌ها شود و در نتیجه، بروز مشکلاتی مانند دیسک کمر را افزایش دهد.

بیشتر بخوانید: درد پا در بیماران دیابتی

عامل ژنتیک

هم اکنون ارثی بودن دیسک کمر توسط محققان در حال بررسی است. داشتن سابقه این بیماری در خانواده می‌تواند یکی از عوامل مؤثر در ابتلا به دیسک کمر باشد. ژنتیک ممکن است نقشی در آسیب‌پذیری شخص نسبت به این بیماری داشته باشد و احتمال ابتلا به آن را افزایش دهد.

افزایش سن

با بالا رفتن سن، بافت‌های بدن معمولاً تضعیف می‌شوند و این امر می‌تواند منجر به کاهش انعطاف‌پذیری و قوی‌تر شدن دیسک‌ها شود. این موضوع می‌تواند خطر بروز دیسک کمر را افزایش دهد. اما برخی در مورد ارثی بودن دیسک کمر سؤال دارند که در ادامه در این خصوص توضیح خواهیم داد.

[caption id="attachment_8927" align="aligncenter" width="600"]



مهمترین دلایل دیسک کمر [caption]

تحقیقات جدید در مورد ارثی بودن دیسک کمر

در سال‌های اخیر، تحقیقاتی در مورد ارثی بودن دیسک کمر صورت گرفته است. بروز دیسک کمر به عنوان یکی از مهمترین مشکلات اسکلتی-عضلانی مورد توجه قرار گرفته است. تحقیقات انجام شده نشان می‌دهد که این بیماری نه تنها تحت تأثیر عوامل ژنتیکی، بلکه تحت تأثیر عوامل محیطی نیز قرار می‌گیرد.

برای مثال، تحقیقاتی که در سال 2012 توسط محققان از دانشگاه کالج سلطنتی لندن انجام شد، نشان داد که ژن **PARK2** ممکن است در ارتباط با بروز دیسک کمر قرار داشته باشد. علاوه بر این، عواملی مانند سبک زندگی و رژیم غذایی نیز می‌توانند در افزایش خطر ابتلا به این بیماری تأثیرگذار باشند.

بیش از یک سوم خانم‌های میان‌سال حداقل یک بار مشکل دیسک در نراتیو را تجربه کرده‌اند و ارتباط ویژه‌ای بین این بیماری و ژنتیک وجود دارد. با توجه به این موضوع، مطالعات ژنتیکی و محیطی بیشتری می‌تواند به شناخت بهتر این بیماری و توسعه راهکارهای جدید درمانی کمک کند.

با این حال، برای اینکه بتوانیم به‌طور کامل ارثی بودن دیسک کمر و مکانیسم‌های بروز این بیماری را درک کنیم، نیاز به تحقیقات بیشتر و دقیق‌تری در این زمینه وجود دارد. تحقیقات گذشته نشان می‌دهد که عوامل ژنتیکی می‌توانند در افزایش خطر ابتلاء به دیسک کمر نقش داشته باشند، اما هنوز ارتباط دقیق بین این عوامل و بروز بیماری مشخص نیست.

[caption id="attachment_8926" align="aligncenter" width="600"]



تحقیقات جدید در مورد ارثی بودن دیسک کمر [caption]

با بررسی ستون فقرات حدود ۵ هزار نفر و استفاده از تصاویر MRI و نقشه برداری ژنتیکی، محققان متوجه شدند که این ژن با افرادی که به دلیل دچار کمر درد دیسک شده‌اند، مرتبط است. محققان این فرضیه مطرح کرده‌اند که این ژن ممکن است در افرادی که دچار دیسک‌های دژنراتیوی مهره‌ای هستند، غیرفعال شود.

همچنین، این تحقیقات نشان می‌دهد که ژن PARK2 ممکن است در فرآیند تحلیل دیسک نیز نقش داشته باشد و در سرعت این فرآیند تأثیرگذار باشد. به همین دلیل، لازم است که مطالعات بیشتری در این زمینه انجام شود تا بتوانیم فرآیند بروز این بیماری را دقیق‌تر درک کرده و راهکارهای بهتری برای پیشگیری و درمان آن ارائه دهیم.

بیشتر بخوانید: دلایل ورم زانو و درمان با پی آر پی زانو

کاهش علائم دیسک با روش‌های درمانی غیرتهاجمی

از آنجا که ارثی بودن دیسک کمر هنوز در علم پزشکی مورد سؤال است، شما باید به فاکتورهای دیگری که در ایجاد این عارضه نقش دارند نیز توجه کنید. کاهش علائم دیسک کمر با استفاده از روش‌های درمانی غیرتهاجمی، از جمله تزریق پی آر پی می‌تواند بهبودی قابل توجهی در علائم و کاهش درد دیسک کمر ایجاد کند.

تزریق پی آر پی یک روش غیرتهاجمی است که برای کاهش التهاب و درد در دیسک کمر مورد استفاده قرار می‌گیرد. در این روش، از ماده پی آر پی برای تزریق در مهره‌ها استفاده می‌شود.

[caption id="attachment_8925" align="aligncenter" width="600"]



کاهش علائم دیسک با روش‌های درمانی غیرتهاجمی[/caption]

کاهش التهابات دیسک کمر

تزریق پی آر پی می‌تواند به صورت موضعی در محل **تخریب دیسک** یا نزدیک به آن انجام شود. تزریق این ماده می‌تواند منجر به **کاهش التهاب، تسکین درد** و بهبود علائم مرتبط با دیسک کمر شوند.

روش‌های درمانی غیرجراحی از جمله **پی آر پی**، باعث **کاهش فشار عصب‌ها و بافت‌های اطراف** می‌شوند که در نتیجه زمینه بهبود سریعتر فرد فراهم خواهد شد. از این علاوه بر بررسی **ارثی بودن دیسک کمر**، توصیه می‌کنیم به مواردی که می‌توانند این عارضه را تشدید کنند توجه کرده و راه‌های درمانی مناسب را از طریق مشورت با **پزشکان متخصص** اتخاذ کنید.

خلاصه مطالب

بسیاری از بیماران در ارتباط با **ارثی بودن دیسک کمر** سؤال دارند. با توجه به تحقیقات اخیر، ارتباط بین **عوامل ژنتیکی** و **بروز دیسک کمر** به وضوح مشخص شده است. این تحقیقات نشان می‌دهد که وجود تاریخچه خانوادگی در ابتلا به دیسک کمر می‌تواند **نشان دهنده ارثی بودن** این بیماری باشد. به عبارت دیگر، افرادی که از خانواده خود چنین مشکلاتی را به ارث برده‌اند، بیشتر در معرض **ابتلا به دیسک کمر** خواهند بود.

همچنین تحقیقات نشان داده‌اند که وجود **ژن‌های خاصی** مانند **ژن PARK2** می‌تواند با **بروز دیسک کمر** در ارتباط باشد. این ژن‌ها ممکن است در افرادی که دچار **دیسک کمر** هستند، فعالیت کمتری داشته باشند یا **غیرفعال** شده باشند. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که **عوامل ژنتیکی** می‌توانند نقش مهمی در ابتلا به دیسک کمر داشته باشند و وجود سابقه خانوادگی می‌تواند یک عامل مؤثر در **افزایش احتمال بروز** این بیماری باشد. این موضوع بیان می‌کند که **ارثی بودن دیسک کمر**، می‌تواند تنها یکی

از عوامل مؤثر در بروز این بیماری باشد و نیاز به رعایت اقدامات پیشگیرانه از طریق روش‌های درمانی غیرتهاجمی مانند پی آر پی و اصلاح سبک زندگی دارد.

برای دانلود پی دی اف مقاله کلیک کنید.