

سیاتیک چیست؟ درد سیاتیک یکی از مشکلات شایع و آزاردهنده‌ای است که به صورت درد از ناحیه کمر آغاز شده و تا باسن، پشت ران و ساق پا امتداد می‌یابد. این درد معمولاً به صورت ناگهانی شروع می‌شود و ممکن است با گذشت زمان و مراقبت‌های صحیح بهبود یابد؛ اما در برخی موارد، درد سیاتیک می‌تواند آنقدر شدید باشد که نیاز به درمان‌های جدی‌تر از جمله جراحی داشته باشد. از دیگر عوارض این عارضه، ضعف یا بی‌حسی در نواحی مختلف بدن است.

برای مدیریت و درمان درد سیاتیک، روش‌های مختلفی وجود دارد که شامل مراقبت‌های خانگی مانند استراحت، استفاده از کمپرس گرم یا سرد، تمرینات کششی و تقویتی و مصرف داروهای ضد التهاب می‌شود. در موارد شدیدتر، فیزیوتراپی یا استفاده از روش‌های ایمن درمانی از جمله پی‌آر‌پی مؤثر است. اگر این روش‌ها مؤثر نباشند، جراحی به عنوان یک گزینه نهایی در نظر گرفته می‌شود. برای جلوگیری از بازگشت درد سیاتیک، توصیه می‌کنیم مشاوره با پزشک برای تعیین بهترین روش درمانی بر اساس شدت و علت درد اهمیت دارد.

### عصب سیاتیک چیست؟

سیاتیک به بزرگترین عصب در بدن انسان اشاره دارد. این عصب از ناحیه کمر آغاز شده و از باسن و پشت ران در یک مسیر مستقیم تا زانو ادامه می‌یابد. در قسمت زانو، عصب سیاتیک به دو شاخه تقسیم می‌شود که شامل عصب تیبیال و عصب پروئنال (یا پروئنال مشترک) هستند.

عصب پروئنال نیز به دو عصب مجزا تقسیم می‌شود: عصب پروئنال سطحی و عصب پروئنال عمقی. عصب پروئنال سطحی وظیفه تأمین حس جلوی پا را بر عهده دارد و به سمت پوست می‌رود؛ در حالی که عصب پروئنال عمقی به سمت عضلات جلوی ساق پا حرکت می‌کند و در حرکات پیچیده‌تر عضلانی نقش دارد.

این سیستم عصبی پیچیده به هماهنگی و اجرای حرکات اساسی نظیر راه رفتن و ایستادن کمک می‌کند. آسیب یا فشار به هر قسمتی از عصب سیاتیک یا شاخه‌های آن می‌تواند منجر به درد شود، که می‌تواند از کمر تا پاها احساس شود و شامل ضعف، بی‌حسی یا درد شدید باشد.

[caption id="attachment\_9164" align="aligncenter" width="600"]

عصب سیاتیک چیست؟[/caption]

### شایع‌ترین علائم سیاتیک چیست؟

علائم سیاتیک می‌تواند در هر نقطه‌ای از مسیر عصبی ظاهر شود، به خصوص در مسیری که از کمر تا باسن و پشت ران‌ها و پاها امتداد دارد. درد سیاتیک می‌تواند از یک درد خفیف تا یک درد مزمن متفاوت باشد. گاهی اوقات ممکن است درد به صورت یک تکان یا شوک الکتریکی احساس شود. عواملی مانند سرفه، عطسه یا نشستن طولانی‌مدت می‌توانند این درد را تشدید کنند. معمولاً این عارضه فقط یک طرف بدن را درگیر می‌کند.

### بیشتر بخوانید: درمان سیاتیک با اوزون تراپی

علاوه بر درد، برخی از افراد ممکن است بی‌حسی، گزگز یا ضعف عضلانی در ساق یا پا را تجربه کنند. ممکن است یک قسمت از پا دردناک باشد، در حالی که قسمت دیگر دچار بی‌حسی باشد. این علائم می‌توانند فعالیت‌های روزمره را تحت تأثیر قرار داده و نیاز به مدیریت و درمان مناسب دارند.

### علت ابتلا به سیاتیک

علت سیاتیک می‌تواند متنوع باشد و به مشکلات ستون فقرات و اعصاب پشت مرتبط باشد. در ادامه به چهار دلیل رایج در بروز این عارضه اشاره کرده‌ایم:

دیسک کمر (فتق دیسک) فتق یا برآمدگی دیسک‌های بین مهره‌ای می‌تواند به عصب سیاتیک فشار وارد آورده و باعث درد و علائم حاد شود.

**تنگی کانال نخاعی** (استنوز نخاعی) تنگ شدن کانال نخاعی می‌تواند فضا را برای عصب سیاتیک محدود کرده و به آن فشار بیاورد، که منجر به درد و علائم دیگر شود.

**آسیب‌ها و ضربه‌های شدید** آسیب‌های ناشی از افتادن از ارتفاع، تصادفات یا ضربه‌های شدید به ناحیه کمر می‌تواند باعث آسیب به اعصاب نخاعی شود.

**تومورهای نخاعی** رشد تومورهای نخاعی در ناحیه کمر می‌تواند به عصب سیاتیک فشار وارد آورده و باعث بروز **علائم** این عارضه شود. تومورها می‌توانند فشار مستقیم بر روی عصب ایجاد کرده یا از طریق التهابات ثانویه به آن آسیب برسانند.

[caption id="attachment\_9161" align="aligncenter" width="600"]

علت ابتلا به سیاتیک[/caption]

## تشخیص سیاتیک چگونه است؟

**علائم و دلایل سیاتیک** می‌تواند در هر فرد متفاوت باشد و به شرایط ایجاد کننده آن بستگی دارد. برای تشخیص این بیماری، پزشک ابتدا سابقه پزشکی شما را بررسی می‌کند تا مشخص شود آیا اخیراً آسیب دیده‌اید، به ویژه در ناحیه‌ای که احساس درد دارید.

علاوه بر این پزشک سؤالاتی در مورد مواردی که درد شما را تسکین یا تشدید کرده و نحوه آغاز و انتشار درد می‌پرسد. در معاینه فیزیکی، قدرت عضلات و رفلکس‌ها بررسی می‌شود و ممکن است پزشک از شما بخواهد حرکات کششی یا خاصی را انجام دهید تا تشخیص دهد که با کدام فعالیت درد شما بیشتر می‌شود.

مثلاً، بیمار ممکن است روی انگشتان یا پاشنه پا راه برود، چمباتمه بزند و سعی کند بلند شود تا فشار روی عصب ارزیابی شود. همچنین زانو درد شدید و بلند کردن یکی از پاها در حالی که بیمار به پشت دراز کشیده است، می‌تواند به تشخیص کمک کند؛ در صورتی که درد سیاتیک باشد، این حرکت باعث تشدید درد می‌شود.

برای اطلاع از قیمت پی آر پی زانو با متخصصان کلینیک دکتر ناصح یوسفی تماس بگیرید.

## تشخیص از طریق تصویربرداری

پس از معاینه فیزیکی، برای تشخیص دقیق‌تر، آزمایش‌های تصویربرداری مانند رادیولوژی و MRI انجام می‌شود. این تصویربرداری‌ها به پزشک اجازه می‌دهد تا ستون فقرات شما را مشاهده کرده و علت سیاتیک را تشخیص دهد و درمان مناسب را تعیین کند.

### بیشتر بخوانید: مرکز اوزون تراپی دیسک کمر دکتر ناصح یوسفی

اشعه ایکس، MRI و سی تی اسکن از رایج‌ترین روش‌های تصویربرداری برای تشخیص آسیب عصب سیاتیک استفاده می‌شوند. در برخی موارد، پزشک ممکن است میلوگرام CT را تجویز کند که طی آن یک رنگ خاص به ستون فقرات تزریق می‌شود تا تصاویر واضح‌تری از نخاع و اعصاب ارائه کند. توصیه می‌کنیم برای تشخیص دقیق این عارضه به کلینیک دکتر ناصح یوسفی با برخورداری از مجرب‌ترین کادر پزشکی مراجعه نموده و راهنمایی‌های لازم را دریافت کنید.

## خلاصه مطالب

سیاتیک یک وضعیت پزشکی است که با درد و علائم عصبی از کمر تا پاها همراه است. علائم این بیماری می‌تواند از درد خفیف تا شدید متغیر بوده و اغلب با احساس گزگز، بی‌حسی یا ضعف عضلانی همراه است. دلایل رایج ایجاد سیاتیک شامل فتق دیسک، تنگی کانال نخاعی، آسیب‌های فیزیکی و تومورهای نخاعی است. تشخیص این عارضه نیازمند ارزیابی دقیق پزشکی است که شامل بررسی سابقه پزشکی، معاینه فیزیکی و آزمایش‌های تصویربرداری مانند اشعه ایکس، MRI و سی تی اسکن است. این روش‌ها به پزشک کمک می‌کنند تا علت دقیق درد را شناسایی کرده و درمان مناسب را ارائه دهند.

برای درمان سیاتیک، شما می‌توانید به کلینیک پی آر پی دکتر یوسفی مراجعه کنید. این کلینیک با بهره‌گیری از روش‌های پیشرفته و تخصصی، از جمله تزریق پی آر پی و اوزون تراپی، به بهبود بیماران کمک می‌کند. با مشاوره و درمان توسط تیم مجرب و متخصص کلینیک دکتر ناصح یوسفی، می‌توانید از خدمات پزشکی مناسب بهره‌مند شوید.

برای دانلود پی دی اف مقاله کلیک کنید.