

● **آسیب دیدگی مفصل لگن** باعث **کاهش دامنه حرکتی ران** می‌شود. **مفصل لگن** یکی از مهم‌ترین مفاصل بدن است که بیشترین میزان وزن را تحمل می‌کند. سلامت لگن و ران بسیار اهمیت دارد. با **افزایش سن و استفاده بیش از حد از مفاصل، احتمال آسیب دیدگی لگن و تخریب آن وجود دارد.**

**استخوان‌های لگن** می‌توانند به علت آسیب‌های مختلف دچار **ساییدگی** یا **شکستگی** شوند. در برخی موارد نیز **بورسیت لگن، فشار بر تاندون‌های ران و لگن، پارگی لابروم و حتی سرطان استخوان لگن،** می‌تواند باعث درد مزمن در این ناحیه شوند. در این شرایط باید برای درمان به موقع اقدام کنید تا از آسیب بیشتر جلوگیری شود .

## □ **آسیب‌های مفصل لگن**

**آسیب دیدگی مفصل لگن** می‌تواند به علت برخی از بیماری‌ها باشد. بیماری **استئوآرتریت** یکی از عارضه‌هایی است که باعث **محدودیت حرکتی لگن** می‌شود. از سوی دیگر **پوکی استخوان** منجر به ضعف استخوان‌ها شده و باعث شکستگی و **ساییدگی استخوان‌های مفصل لگن** می‌شود. البته این دو بیماری در افراد مسن بیشتر رایج است.

### [بیشتر بخوانید: علائم آرتروز لگن](#)

مشکل دیگری که احتمال آسیب دیدگی لگن را افزایش می‌دهد، بیماری **دیسپلازی لگن** است. در چنین شرایطی، قسمت توپی شکل مفصل در قسمت کاسه لگن به صورت شل قرار می‌گیرد و به اصطلاح **لگن دچار دررفتگی** می‌شود. درمان بسیاری از این آسیب دیدگی‌ها با **فیزیوتراپی، استراحت و دارودرمانی** امکان‌پذیر است، اما در بعضی موارد **جراحی تعویض مفصل لگن** تنها راه درمان است.

[caption id="attachment\_9312" align="aligncenter" width="600"]

آسیب‌های مفصل لگن[/caption]

## □ عوامل موثر بر آسیب دیدگی مفصل لگن

بیماری‌های متعددی باعث ایجاد درد و آسیب دیدگی مفصل لگن می‌شود. در چنین شرایطی باید درد مفاصل لگن را جدی بگیرید. در ادامه به برخی از این بیماری‌ها اشاره می‌کنیم.

## شکستگی لگن

از مواردی که احتمال آسیب دیدگی مفصل لگن را افزایش می‌دهد، **شکستن استخوان‌های مفصل لگن** است. با افزایش سن استخوان‌ها تضعیف می‌شوند. **ضعیف شدن استخوان‌ها** نیز منجر به **تخریب لگن** می‌شود. شکستگی مفاصل لگن در هر سنی می‌تواند رخ بدهد، ولی در سنین بالای ۶۵ سالگی، در افرادی که یوکی استخوان دارند و در زنان بیشتر رایج‌تر است.

[caption id="attachment\_9311" align="aligncenter" width="600"]

عوامل موثر بر آسیب دیدگی مفصل لگن[/caption]

## بورسیت لگن

**بورس لگن**، کیسه‌های حاوی مایعات است که در بین بافت‌های ماهیچه، تاندون‌ها و استخوان‌ها قرار دارد. بورس‌ها باعث اصطکاک این بافت‌ها بر روی یکدیگر می‌شود. زمانی که بورس‌های لگن متورم می‌شود، مفصل به شدت آسیب می‌بیند. بورس لگن معمولاً به علت ورزش بیش از حد و حرکات تکراری به وجود می‌آید.

## آرتریت لگن

**آرتروز** یا **استئوآرتریت** از مهمترین عوامل آسیب دیدگی مفصل لگن است. **آرتروز مفصل ران** به التهاب و پارگی غضروف منجر می‌شود. در نتیجه ساییدگی و فرسایش استخوان‌ها را به همراه دارد.

در چنین شرایطی درد مفصل لگن وخیم‌تر می‌شود. افرادی که به آرتريت روماتوئيد مبتلا هستند، محدوديت حرکتی زيادی در مفصل لگن احساس خواهند کرد .

## پارگی لابروم لگن

پارگی که در **حلقه غضروف** ايجاد می‌شود، به عنوان لابروم شناخته می‌شود. **لابروم** علاوه بر **نرم کردن مفاصل ران** و لگن جهت حرکت، نقش یک لایه **محافظتی** را دارد که باعث نگه داشتن قسمت تویی شکل مفصل در بالای **استخوان ران** می‌شود.

**پارگی لابروم** مفصل ران باعث آسیب به **بافت لابروم** و **اطراف کاسه استابولوم** می‌شود. این بیماری به دلیل **افتادن، تصادف، پیچ خوردگی، استفاده بیش از حد از لگن** و یا **آرتريت لگن** به وجود می‌آید.

[caption id="attachment\_9310" align="aligncenter" width="600"]

[/caption] پارگی لابروم لگن

**سرطان استخوان لگن**

**تومورهای سرطانی** که در استخوان رشد می‌کنند و به استخوان‌های دیگر مفصل ران گسترش می‌یابند، از عوامل آسیب دیدگی مفصل لگن هستند. در چنین شرایطی حتماً باید برای درمان به موقع اقدام کنید.

## سیاه شدگی سر استخوان لگن

زمانی که **خون‌رسانی** به استخوان لگن کند و آهسته انجام می‌شود، **تخریب استخوان** اتفاق می‌افتد. این بیماری می‌تواند دیگر استخوان‌ها را نیز درگیر کند. **سیاه شدگی سر استخوان لگن**، در اثر شکستگی یا دررفتگی لگن و یا استفاده از **داروهای استروئیدی** ایجاد می‌شود.

## دررفتگی لگن

زمانی که قسمت توپی شکل مفصل از کاسه‌ای آن خارج می‌شود، **دررفتگی لگن** اتفاق می‌افتد و قابلیت حرکت از پا سلب می‌شود. دیسپلازی امکان دررفتگی لگن را افزایش می‌دهد. در چنین شرایطی ممکن است **رباط‌های پا** نیز آسیب ببینند.

## □ درمان آسیب دیدگی مفصل لگن

برای **درمان آسیب دیدگی مفصل لگن** ابتدا باید منشأ و علت آن را پیدا کنید. در مواردی که مفصل ران دچار **گرفتگی و کوفتگی** شده، مشکل با **درمان‌های خانگی** و استراحت رفع می‌شود. اما اگر آسیب جدی باشد، نیاز به درمان‌های تخصصی خواهید داشت.

پس از معاینه توسط پزشک، نوع درمان آسیب دیدگی مفصل لگن مشخص می‌شود. در بسیاری از موارد در دردهای شدید لگنی، معمولاً استفاده از **مسکن** برای تسکین درد بهترین گزینه است. اما اگر شکستگی مفصل لگن اتفاق افتاده باشد، حتماً باید برای درمان جدی آن اقدام کنید.

## □ درمان آسیب‌های مفصل لگن با روش پی آر پی

یکی از راه‌های درمانی در کنار فیزیوتراپی یا استفاده از دارو، **تزریق پی آر پی** است. این متد درمانی نسبت به جراحی که در آن چاره‌ای جز تعویض مفصل ران نیست، ایمن‌تر بوده و ماندگاری و تاثیر آن نیز بیشتر است.

از **فواید تزریق پی آر پی** در مفصل لگن، کاهش التهابات و تورم و افزایش خون‌رسانی به ناحیه آسیب دیده است. اما برای جلوگیری از عارضه‌های جانبی از جمله عفونت، باید مراحل درمان را تحت نظر متخصصان طی کنید .

پزشکان متخصص و مجرب **کلینیک دکتر ناصح یوسفی**، فرایند تزریق پی آر پی را با دستگاه‌های پیشرفته و مدرن انجام می‌دهند. از این رو می‌توانید پس از چند جلسه علائم بهبودی را مشاهده کنید . متخصصان این کلینیک، **مراقبت‌های درمانی** لازم را پس از هر جلسه تزریق در اختیار شما قرار خواهند داد و شما می‌توانید با اطمینان برای درمان این عارضه اقدام کنید. برای دریافت راهنمایی‌های لازم در ارتباط با درمان آسیب دیدگی مفصل از طریق روش **prp** با شماره‌های زیر در تماس باشید.

## خلاصه مطالب

**آسیب دیدگی مفصل لگن** می‌تواند به علت حرکات تکراری، استفاده بیش از حد از مفصل ران و یا بیماری‌هایی مانند آرتروز و پارگی لگن و حتی سرطان استخوان لگن باشد. در این شرایط حتماً باید برای درمان به موقع اقدام کنید تا از پیشروی آن جلوگیری شود.

در حال حاضر متدهای درمانی مختلف از جمله دارودرمانی، فیزیوتراپی و حتی جراحی از سوی پزشکان پیشنهاد می‌شود. اما اگر به دنبال درمان این عارضه از طریق روش‌های کم‌خطر هستید، پی‌آر پی درمانی بهترین گزینه است. شما می‌توانید با مراجعه به **کلینیک دکتر ناصح یوسفی** به عنوان **بهترین کلینیک پی‌آر پی غرب تهران**، مراحل تزریق را به صورت امن و تحت نظر متخصصان انجام دهید. برای دریافت اطلاعات بیشتر با شماره‌های مندرج در صفحه اصلی تماس بگیرید.

برای دانلود پی‌دی‌اف مقاله کلیک کنید.