

کجی گردن یا **تورتیکولی** عارضه ای دردناک است که در آن بالای سر به یک سمت متمایل شده و چانه در خلاف جهت آن قرار می گیرد. این بیماری می تواند مادرزادی یا اکتسابی باشد. همچنین به علت وارد شدن آسیب به عضلات گردن یا سیستم خون رسانی نیز بروز می کند. کجی گردن گاهی اوقات بدون درمان برطرف می شود، اما شانس وقوع دوباره آن نیز وجود دارد. **دکتر محمد ابراهیم طاهریان** بهترین متخصص ارتوپد تهران با بهره گرفتن از برترین تکنیک ها شما را از این درد رها می کنند.

Dr. M E Taherian
Orthopedic Surgeon
Endoscopic Disc Surgeon
Pelvic and knee joints replacement surgery

دکتر محمد ابراهیم طاهریان
پروزی آدم، سن قزاق - برج آتیک کورک
پروزی تورش، سن گلستان



تورتیکولی



تهران، خیابان آفریقا، چهار راه جهان کودک، نبش کوچه شهیدی مناسی، برج امیر پرویز
طبقه دوم، واحد ۲۳، پلاک ۷۲
تهران، خیابان دماوند، بین وحیدیه و سیلان، ساختمان پزشکان شهریار، طبقه دوم، واحد ۱

۰۲۱۸۸۸۷۸۴۱۱ ۰۲۱۸۸۸۷۸۶۷۱
۰۲۱۷۷۸۴۴۶۹ ۰۲۱۷۷۸۲۵۵۵۶ @Dr_taherian1 www.drme-taherian.ir

www.drme-taherian.ir

نوع مزمن این مشکل می تواند درد زیادی را با خود به همراه داشته باشد و روی انجام فعالیت های روزانه تاثیر منفی بگذارد. خوشبختانه با مصرف داروهای خاص و انجام فیزیوتراپی توسط بهترین دکتر تورتیکولی در تهران می توان درد و خشکی را تا حد زیادی کاهش داد. گاهی اوقات جراحی نیز این معضل را اصلاح می کند. درمان زمانی به بیشترین میزان موفقیت می رسد که در مراحل اولیه آغاز شود، مخصوصا برای کودکان.

چه چیزی موجب بروز تورتیکولی می شود؟

این بیماری هم می تواند ارثی باشد و هم در رحم مادر شکل بگیرد. این اتفاق زمانی رخ می دهد که سر بچه در موقعیت نامناسبی باشد و یا به عضلات و سیستم خون رسانی آسیب رسیده باشد. همه افراد بعد از آسیب دیدن در ناحیه گردن و یا سیستم عصبی می توانند به کجی این عضو مبتلا شوند. اما در اکثر موارد علت وقوع تورتیکولی نامشخص است.

علاوه بر موارد ذکر شده فاکتورهایی مثل در رفتن مفاصل، دیسک بیرون زده و یا عفونت های باکتریایی نیز باعث کج شدن گردن می شوند.

علت های بروز تورتیکولی

عضلانی

شایع ترین علت است و در نتیجه تنگ بودن SCM و یا دیگر عضلات گردن رخ می دهد.

عصب شناختی

این موارد، شیوع کمتری دارند اما شامل موارد زیر می شوند:

- بروز تومور در فضای کوچکی در جمجمه نزدیک مخچه یا ساقه مغز
- وجود تومور در چشم یا اعصاب چشم
- سندرم سانديفر (نوعی بیماری ارثی که منجر به حرکت غیر ارادی عضلات می شود. در چنین شرایطی نوزاد می چرخد و به کمر خود قوس می دهد)

اسکلنتی

فرم گرفتن غیر عادی استخوان ها؛ که به معنی رشد غیر عادی استخوان در جمجمه یا ستون فقرات گردنی می باشد.

بیماری های دیگری که اغلب به همراه کجی گردن رخ می دهند نیز در ادامه ذکر شده اند:

- آسیب به شبکه عصبی براکیال (بازویی) : این موضوع می تواند در نتیجه آسیب دیدن گردن ، شانه و یا دست ها رخ دهد. در بیشتر موارد این اتفاق در حین زایمان سخت رخ می دهد و باعث آسیب دیدن عصب هایی می شود که شانه و دست ها را کنترل می کنند.
- دیسپلازی استخوان لگن : زمانی رخ می دهد که استخوان Femur (ران) به شکل مناسبی با استخوان لگن چفت نمی شود.
- پلاژیوسفالی : زمانی که سر نوزاد صاف یا به شکلی نامتقارن در آمده باشد
- تکامل دیر هنگام مهارت های حرکتی

در برخی شرایط نیز نوزاد با توریتیکولی به دنیا می آید. برای مثال زمانی که طول بدن نوزاد از حالت عادی بیشتر باشد و یا زمانی که در رحم جای کمی برای رشد وجود داشته باشد این اتفاق رخ می دهد. در مواردی نیز حالت قرار گیری جنین در رحم ، باعث بروز مشکلاتی خواهد شد. صاف شدن سر نوزاد ، کج شدن فک ، نامتقارن بودن اعضای صورت و محدود بودن دامنه حرکتی از جمله این عوارض می باشند.

انواع کجی گردن

موقت

این نوع معمولاً بعد از یک یا دو روز خود به خود رفع می شود و می تواند به علت ورم غدد لنفاوی ، عفونت گوش ، سرماخوردگی و آسیب به سر که منجر به تورم شده باشد بروز کند.

ثابت

این مدل که با نام توریتیکولی حاد یا دائمی نیز شناخته می شود به علت مشکل در ساختار عضلانی یا استخوانی به وجود می آید.

عضلانی

شایع ترین نوع از دسته ثابت است که در نتیجه خراشیده شدن یا سفت شدن ماهیچه های یک طرف گردن رخ می دهد.

سندرم گردن کوتاه

یکی از انواع نادر و مادرزادی کجی گردن است و زمانی اتفاق می افتد که استخوان های گردن کودک به شکل نامناسبی شکل بگیرند ، مخصوصاً زمانی که دو مهره بهم جوش می خورند. نوزادانی که با این معضل به دنیا می آیند احتمال دارد در حس بینایی و شنوایی آن ها اختلال ایجاد شده باشد.

دیسٹونی گردن

این عارضه نادر بعضی وقت ها با نام توریتیکولی متناوب نیز شناخته می شود و موجب می شود عضلات گردن دچار اسپاسم شوند. اگر به این بیماری مبتلا باشید گردن به شکل دردناکی به یک طرف بر می گردد. حتی امکان دارد به سمت جلو یا عقب نیز خم شود. دیسٹونی گردن معمولاً نیازی به درمان ندارد اما در این صورت احتمال رخ داد دوباره آن هست.

این معضل را همه افراد می توانند تجربه کنند ، اما بیشتر در کسانی که بین ۴۰ تا ۶۰ سال سن دارند تشخیص داده می شود. به علاوه بیشتر زنان را درگیر می کند تا مردان.



علائم کجی گردن

نشانه های تور تیکولی به آرامی شروع می شوند و به مرور زمان بدتر می شوند. به گفته بهترین جراح تور تیکولی در تهران شایع ترین این علائم شامل موارد زیر می شوند:

- ناتوانی در حرکت دادن سر به صورت عادی
- درد گردن یا سفت شدن آن
- سر درد
- یکی از شانه ها بالاتر از دیگری باشد
- تورم عضلات گردن
- کج شدن چانه به یک سمت
- درد در ماهیچه های گردن که به ستون فقرات سرایت می کند

صورت کودکانی که به بیماری تور تیکولی مبتلا هستند ممکن است نامتعادل و پهن به نظر برسد. همچنین امکان دارد مهارت های حرکتی کندی داشته باشند و حس شنوایی و بیناییشان مختل شده باشد.

تشخیص این معضل

این امر معمولاً با بررسی مدارک و سوابق پزشکی و معاینه فیزیکی توسط بهترین متخصص ارتوپد تهران تشخیص داده می شود. به یاد داشته باشید که اگر آسیبی به ناحیه سر و گردن وارد شده بود حتماً ایشان را مطلع سازید. امکان دارد چند آزمایش نیز صورت پذیرد.

الکترومیوگرافی (EMG) یکی از این آزمایشات است که در آن فعالیت های الکتریکی ماهیچه ها اندازه گیری می شود و مشخص می شود کدام یک از عضلات تحت تاثیر قرار گرفته اند. یکی دیگر از این تست ها تصویربرداری X ray و MRI می باشد تا مشکلات ساختاری به موقع تشخیص داده شوند.

تور تیکولی به سه گروه تقسیم بندی می شود:

گروه اول: تومور استرنوکلیدوماستوئید یا SCM در این نوع از این بیماری، یک تومور واقعی در گردن وجود ندارد، تنها به علت ضعیف بودن گردن نوزاد، یک بافت در عضله برآمده می‌شود. این شدیدترین نوع این معضل است و درمان آن مدت زمان بیشتری به طول می‌انجامد. این امر منجر به سفت شدن عضلات گردن شده و دامنه حرکات آن محدود می‌شود.

گروه دوم: مدل عضلانی. کودکانی که به این عارضه دچار هستند دچار سفتی در عضلات گردن شده و دامنه حرکات و انعطاف این ناحیه را از دست می‌دهند، اما برآمدگی در گردن وجود نخواهد داشت.

گروه سوم: نوع موضعی. این خفیف‌ترین و قابل‌درمان‌ترین نوع این بیماری در نوزادان می‌باشد. هرچند اگر درمان توسط یک دکتر خوب ارتوپد در تهران زود متوقف شود، امکان دارد گردن کودک دوباره به همان حالت قبلی باز گردد. نوزادانی که به این نوع مبتلا هستند، در ماهیچه‌های گردن سفتی ندارند و محدوده حرکتی آن‌ها نرمال است. این افراد معمولاً با یکی از نشانه‌های زیر رو به رو می‌شوند:

- عدم تعادل عضلات
- میل شدید گردن به قرار گرفتن در یک موقعیت خاص

درمان تورتيكولي

در حال حاضر راهی برای پیشگیری از این عارضه وجود ندارد، هرچند اگر سریعاً تحت درمان قرار بگیرید از بدتر شدن آن جلوگیری می‌کنید. شما می‌توانید برای بهبود مدل ارثی و مادرزادی کجی گردن، از حرکات کششی در ماهیچه‌های این عضو بهره بگیرید. اگر چند ماه بعد از به دنیا آمدن بچه این روند آغاز شود درصد موفقیت آن تا حد زیادی بالا می‌رود. اگر این امر یا درمان‌های دیگر جواب نداد، باید از جراحی کمک گرفت. اگر دلیل بروز تورتيكولي مشخص باشد، دکتر با توجه به آن می‌تواند برای درمان برنامه ریزی کند. برخی از این درمان‌ها شامل گرم کردن موضعی، ماساژ، فیزیوتراپی یا طب مفصلی، حرکات کششی و بستن آتل گردن می‌شود.

در مواردی نیز بهترین پزشک ارتوپد تهران پیشنهاد می‌دهد شخص تحت جراحی قرار گیرد. در ادامه مقاله تعدادی از این عمل‌ها را نام برده ایم:

- جوش دادن مهره‌های غیر عادی
- افزایش طول یا کش دادن ماهیچه‌های گردن
- بریدن عضلات یا اعصاب
- تحریک اعماق مغز به منظور اختلال در سیگنال‌های عصبی (تنها در موارد شدید تورتيكولي استفاده می‌شود).

همچنین ممکن است داروهایی نیز برای بهبودی از کجی گردن مصرف شود. شل‌کننده‌ها عضلات، داروهایی که برای درمان لرزش‌های ناشی از پارکینسون استفاده می‌شود، تزریق بوتاکس که هر چند ماه یک‌بار تکرار می‌شود و قرص‌های مسکن از جمله این داروها هستند.

زندگی با تورتيكولي

کج شدن گردن که به علت آسیب خفیف یا بیماری ایجاد می‌شود اکثراً درمان‌پذیر و موقتی می‌باشد. هرچند فرم مادرزادی و شدید آن می‌تواند منجر به مشکلات دراز مدت سلامتی شود، این مشکل باعث بروز عوارضی می‌شود که در ذیل برای شما گردآوری کرده ایم:

- تورم عضلات گردن
- اختلالات عصب شناختی که در نتیجه تحت فشار قرار گرفتن اعصاب رخ می‌دهند
- درد مزمن
- مشکل در انجام وظایف روتین و روزانه
- ناتوانی در رانندگی کردن
- مشکل در ظاهر شدن در اجتماع و فعالیت‌های عمومی
- منزوی شدن

- افسردگی و استرس

بهبود این مشکل در نوزادان

اگر کودک دل‌بند شما به تورتيکولی مبتلا باشد ، بهترين جراح ارتوپدي تهران فعاليت هايي کشتي را به شما آموزش مي دهد تا در خانه آن را انجام دهيد. اين امر کمک مي کند تا عضله سفت شده به مرور شل شود و ماهيچه ضعيف مقابل آن تقويت شود. اين کار در صاف شدن سر و گردن بچه تاثير بسزايي دارد. در مواردی دکتر پيشنهاده مي دهد تا نوزاد تحت فزيوتراپي قرار گيرد. پس از شروع دوره ، هر ۲ تا ۴ هفته بايد به مطب مراجعه کنيد تا ايشان وضعيت بيماري را بررسي کند.

کمک به نوزاد در خانه

کودک را تشويق کنيد تا سر خود را به هر دو طرف بچرخاند. توجه داشته باشيد که بچه نمی تواند با اين کار به خود آسیب بزند. در ادامه اين مقاله چند حرکت و نرمش را برای رفع تورتيکولی به شما پيشنهاده داده ايم:

- هنگام غذا خوردن ، شيشه شير و سينه را در جايي قرار دهيد که نوزاد مجبور شود سر خود را به طرف ديگر بچرخاند.
- وقت خواب صورت کودک را به سمت ديوار بگذاريد. از آنجايي که آن ها ترجيح مي دهند فضاي اتاق را تماشا کنند ، از سمت ديوار غلت مي زنند و همين حرکت موجب کش آمدن ماهيچه هاي گردن مي شود.
- در زمان بازی کردن توجه نوزاد را با اسباب بازی های مورد علاقه او جلب کنيد تا سر را به جهات مختلف بچرخاند.

نوزاد را به شکم بخوابانيد

يکي از تمرينات مهم ، اين است که کودک را هنگامی که بيدار است ، روی شکم بخوابانيد. اين امر به قدرت بخشيدن به عضلات گردن و شانه کمک مي کند و نوزاد را برای چهار دست و پا رفتن آماده مي کند. اين تمرين مخصوصا به نوزادی که به تورتيکولی مبتلاست کمک مي کند. برای انجام آن:

- کودک را روی پای خود بخوابانيد ؛ به طوري که سر او بر خلاف جهتي باشد که شما قرار داريد. سپس با نوزاد حرف بزنيد تا صورتشان را به سمت شما بچرخاند. اين کار را سه بار در روز به مدت ده تا پانزده دقيقه انجام دهيد.

نتيجه گيري

کجی گردن می تواند به علل زيادی در نوزادی و يا بزرگسالی رخ دهد و راهی برای پيشگيري از آن نيست اما می توان آن را بهبود بخشيد. درمان تورتيکولی در نوزادان از کودکان راحت تر است. زماني که درمان اين بيماري از راه های معمولی و غيرتهاجمی ممکن نباشد از عمل کمک گرفته می شود. شما می توانيد با مراجعه به دکتر طاهريان بهترين متخصص ارتوپد تهران از پروسه ای امن برخوردار شويد و به بهترين نتيجه ممکن برسيد.