

كيفية تشخيص كسر الأصابع

تعد كسور عظام اليد أو كسور الأصابع واحدة من الإصابات الأكثر شيوعاً التي يهتم بها أطباء غرف الطوارئ، ولكن يجب عليك قبل توجهك إلى المستشفى التأكد أن أصابعك تعرضت للكسر بالفعل، فالتواء المفصل أو الأربطة سيُشعرُك بالألم بالتأكيد ولكن لا يتطلب الذهاب إلى غرفة الطوارئ. نظرة صغيرة من الطبيب تمكنه من تحديد إذا كانت أصابعك تعرضت لتمزق في الأربطة، في حين أن كسر الإصبع قد يسبب لك نزيف داخلي أو ضرر كبير يتطلب عناية طبية في الحال.

طريقة 1

التعرف على العلامات التي تشير إلى كسر الإصبع



أفحص مدى ألم إصبعك وإذا كان هناك ألم بمجرد اللمس. يُعد الألم أول دليل على وجود كسر بعظام اليد حيث يعتمد حجم الألم الذي يصيبك على درجة كسر عظامك. لا بد أن تعامل إصبعك بحرص بعد إصابته بالكسر وأن تضع مدى الألم نصب عينيك [1]

- اعرف أنه من الصعب تحديد كسر الأصابع بشكل دقيق لأن من أعراض التمزق والالتواء الشعور أيضاً بالألم أثناء حركة الإصبع.
- انظر إلى أي أعراض أخرى تنتابك أو اسع إلى المتابعة الطبية إذا كنت غير متأكد من شدة إصابتك



٣

تتحقق إذا كنت تعاني من التورم أو الكدمات. قد تلاحظ وجود ألم حقيقي يتبعه ورم أو كدمة بعد كسر إصبعك ويعد هذا جزءاً من استجابة جسدك للإصابة بعد حالة الكسر حيث ينشط الالتهابات مما يؤدي إلى تجمع السوائل في الأنسجة المحيطة. [٢]

- لاحظ أن عادة ما يتبع التورم وجود كدمات. غالباً ما يحدث هذا عند تورم أو انفجار الشعيرات الدموية الموجودة حول مكان الإصابة، وذلك استجابة لزيادة ضغط السوائل. [٣]
- اعلم أنه من الصعب معرفة إذا كان إصبعك قد تعرض للكسر بالفعل في بداية الأمر لمجرد أنك لا تستطيع تحريكه. بعد محاولتك تحريكه قد تبدأ الكدمات وكذلك بعض التورم في الظهور وربما ينتشر التورم إلى أصابع أخرى أو إلى أسفل كف اليد.
- ستلاحظ وجود الورم والكدمات بعد ٥ إلى ١٠ دقائق بعدما تشعر بالألم في بداية الأمر في إصبعك
- قد يكون الورم البسيط أو اختفاء الكدمة في الحال دليلاً على وجود التواء في مفاصل اليد وليس كسرها.



لاحظ وجود أي تشوه أو عدم مقدرة على تحريك إصبعك يتضمن كسر العظام وجود كسر عظمة في مكان ما أو كسر في أكثر من مكان مما يؤدي لحدوث تشوه في العظام وعدم تساوي في عظم الإصبع خاصة عندما أشارته إلى اتجاه ما. [٤]

- تأكد من وجود كسر في عظم الإصبع في حالة عدم اتساق العظم فيه.
- لن تسطح تحريك إصبعك إذا كان مكسوراً لأن أجزاء العظم لن تكن متصلة.
- اعرف أنه من المرجح أيضاً أن تسبب الكدمات والورم ألماً في حركة إصبعك عند إصابتك بالكسر فيه.



حدد متي يجب عليك اللجوء للرعاية الطبية. اذهب إلى أقرب قسم للطوارئ الطبية إذا كنت تشعر بإصابتك بكسر في عظم إصبعك بعد كسر العظام من الإصابات المعقدة كما أن خطورته تجعل

أعراضها الخارجية لا تتضح بسهولة. تتطلب بعض كسور العظام علاجاً فعالاً وصحيحاً لذا إذا كنت غير

متأكد من إصابتك بكسر في عظم إصبعك، من الأفضل استشارة الطبيب في حال. [٥]

- اسمع إلى اتخاذ كافة متطلبات الرعاية الطبية إذا كنت تعاني من ألم شديد أو تورم أو ظهور أية كدمات وكذلك إذا شعرت بوجود تشوه في مظهر عظام إصبعك أو انخفاض قدرتك على حركة الإصبع. [٦]
- يجب على الأطفال المصابين بكسر في عظام أصابعهم أن تتم متابعتهم طبياً حيث إن عظام الأطفال أكثر عرضة لهذه الإصابة كما أنهم أكثر عرضة لمضاعفاتها نظراً لأن العظام في هذا السن تمر بمرحلة النمو، لذا يجب أن يتم علاجها بشكل صحيح.
- تأكد من أنه إذا لم يتم علاجك من خلال طبيب متخصص، يُحتمل أن يصبح إصبعك ويدك في حالة تيبس مؤلم خاصة عند محاولة تحريك إصبعك
- سوف يصعب عليك تحريك يدك كما كانت من قبل الإصابة عندما تلتئم العظام مرة أخرى ولكن بشكل غير صحيح.

طريقة ٢

تشخيص حالة كسر الإصبع في عيادة الطبيب



تأكد من خضوعك للفحص الجسدي. يجب عليك الذهاب للطبيب إذا كنت غير متأكد من إصابتك بكسر

في الإصبع حيث يقوم الطبيب بتقييم حالتك وتحديد مدى خطورة الإصابة. [٧]

- سوف يأخذ الطبيب الملاحظات حول حركات إصبعك وكذلك عند قبض يدك، كما أنه سيحدد إذا كنت تعاني من أي تورم أو كدمات وكذلك إذا كنت تعاني تشوهات في عظام اليد.
- سوف يقوم طبيبك بفحص إصبعك يدويًا للبحث عن أية علامات تشير إلى انخفاض تدفق الدم في المنطقة المصابة وكذلك في أعصاب يدك



بادر بعمل أشعة للمنطقة المصابة. يُحتمل أن يطلب طبيبك المعالج أشعة على الإصبع المصاب إذا لم يتأكد من أن إصبعك قد تعرض للكسر بالفعل أم لا. يتطلب ذلك عمل الأشعة السينية أو المقطعية أو التصوير بالرنين المغناطيسي.

- تكون الأشعة السينية غالباً أول فحص تصويري يُستخدم لتشخيص كسر الإصبع حيث يقوم الطبيب بوضع الإصبع المصاب بين مصدر الأشعة السينية وبين مكشاف هذه الأشعة ثم يرسل موجات إشعاعية - ذات مستوى منخفض - كي تتبين نتيجة الفحص. يستغرق هذا الأمر دقائق معدودة ولا يسبب ألماً للمريض. [١]
- يتم استخدام الأشعة المقطعية من خلال تركيز الأشعة السينية لفحص أجزاء مختلفة حول مكان الإصابة، ويقرر الطبيب استخدام الأشعة المقطعية إذا كانت نتيجة الأشعة السينية غير حاسمة للمنطقة المصابة أو إذا كانت هناك أنسجة قد تضررت عقب إصابتك [٢]
- قد يقرر الطبيب استخدام الرنين المغناطيسي إذا كنت تعرضت إلى "كسر الإجهاد" حيث يحدث نتيجة إصابات متكررة في نفس المنطقة ولكن على فترات مختلفة. يقدم الرنين المغناطيسي تفاصيلاً واضحة تساعد الطبيب في التفريق بين إصابات الأنسجة الرخوة وبين الكسر الطفيف في إصبعك [٣]



أدرك إذا كنت في حاجة إلى تدخل جراحي. تحتاج إلى استشارة الطبيب بشأن إجراء جراحة إذا كنت تعرضت إلى كسر مركب. قد تكون بعض الكسور غير مستقرة ومن ثم قد تحتاج إلى إجراء جراحي من أجل إعادة وضع العظام في أماكنها بمساعدة (المسامير والأسلاك) وبذلك ستعالج العظام بشكل

صحيح. [١١]

- لاحظ أنه قد تحتاج إلى إجراء جراحي من أجل استعادة الحركة المفصليّة له من جديد إذا كانت إصابتك تعيقك عن الحركة نظراً إلى عدم اتساق العظام في الإصبع.
- قد تُفاجأ بسبب مدى صعوبة تنفيذ مهامك اليومية بدون استخدام أصابعك كافة. يحتاج كافة المتخصصين سواء أطباء العمود الفقري أو الجراحين أو الميكانيكيين الحركة الكاملة من كافة مهاراتهم الحركية من أجل أداء وظائفهم بدقة، لذا فإن رعاية الأصابع أمر حيوي وضروري.

طريقة ٣

علاج كسر الإصبع



يمكنك استخدام الثلج مع الضغط ورفع الإصبع. لابد من التحكم في حجم التورم من خلال استخدام الثلج على المنطقة المصابة مع رفع الإصبع. تعتبر هذه من الطرق السريعة لعلاج إصابة الإصبع مع التأكد من راحة إصبعك [١٢]

- يجب عليك استخدام قطعة من الثلج. يمكنك وضع كيس من الخضروات المثلج أو منشفة رقيقة مثلجة على الإصبع بلطف للمساعدة في تقليل التورم والألم. ضع الثلج عقب إصابتك مباشرة لمدة لا تتجاوز عشرين دقيقة حسب حاجتك
- يمكنك الضغط قليلاً على المنطقة المصابة. يجب عليك أن تقوم بوضع الضمادة حول إصبعك للمساعدة في التحكم في حجم التورم ولنقل البرودة إلى إصبعك اطلب من الطبيب في أول زيارة له إذا كان بإمكانك الدوام على الضمادة حول إصبعك من أجل تقليل التورم ولعدم إعاقة حركة الأصابع الأخرى.
- يمكنك رفع يديك كلما كان ذلك متاحاً بحيث تكون في مستوى أعلى من مستوى قلبك تستطيع أن تشعر بالراحة إذا قمت بالاستلقاء على أريكة مع راحة قدميك وراحة معصمك ويدك وأصابعك على ظهر الأريكة.
- لا تستغل إصبعك المصاب في أي أنشطة منزلية حتى يسمم لك الطبيب بذلك



- اسأل طبيبك إذا كنت بحاجة إلى جبيرة.** تُستخدم الجبيرة لمنع حركة الإصبع تماماً حفاظاً عليه بدلاً من التعرض لمزيد من الضرر وعقب الكسر يمكنك استخدام الجبيرة المؤقتة المصنوعة من عصا وحولها ضمادة فضفاضة وبنم وضعها حتى يتم وضع جبيرة أفضل من قبل الطبيب. [١٣]
- يختلف نوع الجبيرة المستخدمة وفقاً للإصبع المكسور حيث تستفيد الكسور الثانوية من نوع من الجبائر يتم لفه حول إصبعين (الإصبع المكسور والذي يجاوره).
 - يوجد نوع من الجبائر يحمي الإصبع المكسور من الانحناء إلى الوراء ونوع آخر ذو ملمس ناعم يحمي الإصبع من الانحناء للأمام تجاه كف اليد من خلال تثبيت الإصبع في مكانه بمساعدة رباط لين.

- تُحافظ جبيرة الألمونيوم - وهي على شكل حرف يو - على الإصبع المكسور من أن يتمدد ويتم وضع هذا النوع من الجبيرة على الإصبع كي لا يتحرك [١٤]
- يوصي الطبيب في كثير من الحالات بوضع دعامة تسمى بدعامة الألياف الزجاجية "تتكون من زجاج على شكل خيوط دقيقة" والتي تمتد من الإصبع المكسور حتى كف اليد وتعتبر ضرورية لمن يصابوا بهذا النوع من الكسر.



استشر طبيبك إذا كنت في حاجة إلى عملية جراحية. تُعد العملية الجراحية أمراً مناسباً وضرورياً لشفاء الإصبع المكسور في حالة أن عامل الوقت لا يساعد على التئام العظام، ولكن بشكل عام تعتبر حالات كسر الإصبع التي تتطلب عملية جراحية أكثر تعقيداً من الحالات التي تتطلب فقط تثبيت الكسر. [١٥]

- تُعد كل هذه الحالات في حاجة إلى عملية جراحية سواء: الكسر المُركب والكسر غير المستقر أو إذا كانت هناك شظايا عظام متحركة وكذلك الكسر الذي يتطلب الالتئام المشترك، من أجل شفاء العظام لتعود في لوضعها الصحيح والطبيعي.



يمكنك تناول أدوية تسكين الألم. ربما ينصحك الطبيب بتناول أدوية الالتهاب غير الستيرويدية للتحكم في مقدار الألم الناتج عن كسر الإصبع، ويظهر مفعول هذه الأدوية من خلال تقليل الآثار الجانبية طويلة المدى للالتهابات، كما أن هذا النوع من الأدوية يخفف الألم والضغط على الأعصاب المرتبطة بالأنسجة، ولا يمنع من عملية الشفاء. [١٦]

- تُعتبر أدوية الالتهاب غير الستيرويدية المُستخدمة في تقليل ألم الكسر: الإيبروفين (أدفيل) ونابروكسين الصوديوم (أليف). يمكنك أيضاً تناول أسيتامينوفين (تيلينول) ولكنه لا يقلل من الالتهابات. [١٧]
- قد يعطيك طبيبك رويشتة بعلاج "الكودين" ذي تأثير قليل المدى إذا كنت تعاني من ألم كبير. قد يكون الألم في بداية الشفاء في أسوأ حالاته، ولذا يقوم الطبيب بتقليل الوصفات الطبية التي يوصي بها لك على حسب حالة شفاء عظامك



تابع طبيبك المعالج أو المُختص بحالتك سوف يطلب الطبيب مقابلتك بعد أسابيع قليلة من بداية العلاج، وربما يطلب منك تكرار إجراء الأشعة السينية بعد أسبوع إلى أسبوعين عقب الإصابة ليرى كيف تسير عملية الشفاء. تأكد من متابعة الطبيب على الدوام لترى تحسن حالتك

- يجدر بك التواصل مع عيادة الطبيب إذا كان لديك أية أسئلة حول إصابتك أو أي شيء آخر.



تعرف على المضاعفات. في العموم، تُشفى الأصابع التي تتعرض للكسر - بعد متابعة الطبيب - خلال فترة ٤ إلى ٦ أسابيع. تُعد المخاطر والمضاعفات التي تُلحق بالإصبع المكسور ثانوية، ولكن من الأفضل لك أن تتعرف على هذه المضاعفات: [١٨]

- يُمكن أن يحدث تيبس بالمفصل كنتيجة لتكون النسيج الندبي حول مكان الكسر. يمكن معالجة هذا من خلال العلاج الطبيعي لتعزيز من قوة عضلات الإصبع والتقليل من الأنسجة الندبية.
- يُمكن أن ينسب جزء من عظام الإصبع عادة في نشوه عظم المنطقة المصابة والذي يؤدي بدوره إلى ضرورة إجراء عملية جراحية لإعادة العظم إلى شكله صحيح.
- يُمكن ألا يلتحم العظم في المنطقة المصابة بشكل غير صحيح مما يؤدي إلى عدم استقرار العظم ويسمى ذلك "عدم الالتئام".
- تحدث أحياناً العدوى الجلدية إذا كان هناك تقرحات في مكان الكسر ولم يتم تنظيف هذه التقرحات كما ينبغي قبل إجراء العملية الجراحية.

طريقة ٢

فهم أنواع الكسور



- تعرف على كسور الإصبع.** تتكون اليد البشرية من ٣٧ عظمة: ٨ في الكف (عظام الرسغ) و ٥ في راحة اليد (عظام السنخ) وثلاث مجموعات من عظام اليد في الأصابع (١٤ عظمة). [١٩]
- تمتد عظام اليد مع طول الإصبع وتقع بالقرب من الكف منها العظام المتوسطة ومنها المتطرفة في راحة اليد، ومن شأن هذه العظام أن تشكل أجزاء الأصبع. [٢٠]
 - تُعد الإصابات الحادة مثل السقوط أو بعض الحوادث كالحوادث الرياضية من أكثر الأسباب شيوعاً للإصابة بكسر الإصبع. تعتبر أجزاء أصابعك من أكثر مناطق العظام المعرضة للإصابة في جسدك نظراً لأنهم يشاركونك كافة الأنشطة التي تقوم بها على مدار اليوم. [٢١][٢٢]



- لاحظ كيف يبدو الكسر المُستقر.** يحدد الكسر المستقر على أنه عدم نزوح العظم من نهاية المفصل. يصعب تحديد الكسر المُستقر ومن الممكن أن يُظهر أعراضاً مُشابهة للرضم. [٢٣]



تعرف على الكسر المُنزاح. يتم يتحدد الكسر المُنزاح من خلال عاملين رئيسيين وهما عدم القدرة على لمس المنطقة المصابة وكذلك عدم قدرتك على اتساق العظم في هذه المنطقة.



تعرف على الكسر المُرْكَب. عندما يتحرك جزء من العظم المكسور المنزاح ويخترق الجلد يسمى بالكسر المُرْكَب. تحتاج هذه الحالة إلي العناية الطبية الفورية بسبب مدى خطورة الضرر الذي يلحق بالعظام والأنسجة المحيطة.



لاحظ كيف يبدو الكسر المفتت. هذه حالة كسر منزاح ولكن يتعرض العظم فيها إلى التفتت إلى ثلاث أو أربع قطع. غالباً ما يرتبط هذا الأمر بتلف الأنسجة وليس دائماً، فالألم الشديد وانعدام الحركة التي ترتبط بهذه الحالة من الكسور عادة ما تجعل عملية التشخيص أسهل.

تحذيرات

- يجب عليك الالتزام بالرعاية الطبية المناسبة إذا كنت تعتقد أنك تعاني من إصابة حقيقية، بغض النظر عن كل التوصيات المذكورة سابقاً.