

أختناق أو الضغط على عصب الحوض

(ويسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجى)

د. نصر سعيد نصار

أستشارى النساء و التوليد

رئيس قسم النساء و التوليد (سابقاً)

بمستشفى المنيرة العام - القاهرة - مصر

مؤسس و رئيس الجمعيه المصريه لألام الحوض المزمنه للمرأة

.....

الضغط على عصب الحوض (و يسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجى) هى حالة مرضية تحدث عندما يتم الضغط أو الشد على عصب الحوض (و يسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجى) و قد يحدث ذلك أحياناً بعد الحمل والولادة و بعد بعض جراحات بالحوض و بعد بعض حوادث السيارات و السقوط على مؤخرة المقعدة أو الأرداف (آخر العمود الفقرى) و أحياناً نتيجة عيوب خلقية بالحوض و احتمال أن الأتهابات المتكررة.

و كذلك من أهم أسباب المرض , هو ركوب الدراجات مدة طويلة (العديد من الساعات) يومياً , فضغط وزن الجسم على مقعد الدراجة لمدة طويلة قد يسبب ضغط على عصب الحوض (و يسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجى), وكذلك الجلوس مُدد لساعات طويلة كما فى حالات بعض المهن أمام الكومبيوتر و الخياطة و خلافة.

أن أعتلال عصب الحوض (و يسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجى) نتيجة الضغط عليه أو الشد عليه أو إنحشاره تؤدى الى بعض الأعراض مثل آلام مزمنة بالحوض بدون سبب واضح.

و يكون هذا الآلم فى مناطق محددة بالحوض و هى التى يغذيها هذا العصب مثل آلام المهبل , آلام الشفرين الخارجيين للمهبل , آلام بالبظر , آلام بمنطقة

الشرح وأحياناً عدم التحكم بالبراز أو الغازات, الأم في منطقة فتحة خروج البول وأحياناً عدم التحكم في التبول, مع الأم بمنطقة العجان وهي المنطقة الخارجية بين فتحتي المهبل والشرح. قد تكون هذه الأم في في جهة واحدة أو في الجهتين لوجود اثنين عصب أحدهما بالجهة اليمنى والآخر بالجهة اليسرى.

الوصف التشريحي لعصب الحوض (ويسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجي):

أن عصب الحوض (و يسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجي) يخرج من الجزء السفلى للنخاع الشوكي, و يحتوى على خليط من الألياف التي تنقل الأحساس و الألياف التي تسبب الحركة (فتح و قفل فتحتي خروج البول والبراز).

عصب الحوض يخرج من الجزء السفلى للنخاع الشوكي بأسفل عظام العمود الفقري ثم يدخل الحوض و من ثم يتجه الى منطقة مؤخرة المقعدة أو الأرداف ثم يتجه الى الأمام ليصل الى منطقة العجان و هي المنطقة بين فتحتي المهبل والشرح ثم يتجه الى منطقة البظر فوق و عند تلاقى الشفرين الخارج.

أن عصب الحوض (و يسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجي) خلال مسيرته يمر في قنوات ضيقة و يمر كذلك بين المساحات الضيقة بين الأربطة المجاورة ولذلك فإنه من السهل ان ينضغط او ينحشر العصب و تشكو المرأة من الأم مزمنة بالحوض في الأماكن و الأعضاء التي يغذيها هذا العصب المختنق و المحشور و المنضغط .

أعراض اعتلال عصب الحوض (ويسمى عصب البيودندال أو العصب الفرجي):

تعانى المرأة من أعراض متعددة و متنوعة عند أصابتها بأعتلال عصب الحوض نتيجة أنحشاره و إنضغاطه, و هذه الحالة ممكن حدوثها في أى عمر و فى أى مستوى مادى أو اجتماعى.

★ أن الصورة الكلاسيكية لهذا المرض هي ظهور الأم مزمنة بالحوض و خاصة بمنطقة العجان, تظهر الأم تدريجياً, هذا الألم يزداد و يشتعل أكثر عندما

تجلس المريض و يخف الألم و يمكن أن يزول و يختفى عندما تقف المريضة أو تنام على جنبها أو تجلس على قاعدة التواليت بدورة المياه.

★ تشعر المريضة بالألم على صورة و غز أبر , أو على صورة طعن بالسكاكين , أو مثل لسع النار , أو الأحساس بالتنميل , أو تعاني من نقص الأحساس أو زيادته , فى المنطقة التناسلية (المهبل , الشفرين , البظر) و كذلك منطقة الشرج.

★ قد تشكو المريضة بتنميل و قلة الأحساس و ألآم فى منطقة مؤخرة المقعدة أو الأرداف و يشع و ينتقل الألم الى أسفل الظهر.

★ قد تشكو المريضة من عدم التحكم بالبول. و عدم التحكم بالبول نوعين وتشكو من أحدهما أو من كليهما معاً , و هما كالتى :

١ - ان المريضة يقفز منها نقط من البول لا ارادياً مع الكحة و العطس و الضحك (القهقهة) و عندما تهم بالوقوف فجأة أى يقفز منها نقط من البول لا ارادياً عندما يزداد أو يرتفع الضغط داخل البطن .

٢ - ان المريضة يقفز منها نقط من البول لا ارادياً فقط فى الوقت القصير ما بين أحساسها بالرغبة فى التبول و بين التمكن من التبول طبيعياً , أى فى أثناء ذهابها للحمام و قبل أن تتمكن من التبول طبيعياً.

★ تشعر المريضة بالألم و الحرقان فى القناة الخارجية لمجرى خروج البول (الأحليل) أثناء أو بعد التبول , و كذلك الأحساس بأنه يوجد شىء غريب أو جسم غريب بالأحليل.

★ قد تشكو المريضة من ألآم عند التبرز , و كذلك من عدم التحكم فى التبرز و خروج البراز لا ارادياً , وكذلك الأحساس بأنه يوجد شىء غريب أو جسم غريب بالشرج .

★ أمساك مزمن , مع ضعف بعضلة فتحة الشرج و يلاحظ أحياناً تكرار البواسير الشرجية.

★ اضطرابات جنسية , ألآم بالعجان , ألآم أثناء المعاشرة الزوجية , ضعف أو زيادة الأحساس بالشفرين الخارجيين للمهبل , و كذلك الأحساس بأنه يوجد شىء

غريب أو جسم غريب موجود بالمهبل . صعوبة الوصول أو تحقيق المتعة أوالنشوة الجنسية و أحياناً تتزايد و تتحقق بدون رغبة .

★ قد لخص البروفيسور جاكوز بيكو من جامعة بلجيكا ٢٠١٠ فى مؤتمر بمونتريال :

إذا أشتكت المرأة من أى أعراض بالتبول أو بالتبرز أو مشاكل جنسية يجب أن نفكر فى اعتلال عصب الحوض (عصب البيودندال) نتيجة الضغط عليه.

★ أن العصب المسئول عن آلام الشرج و المهبل هو أيضاً المسئول عن الشعور بالسعادة و النشوى أثناء المعاشرة الزوجية

أ.د. لى ديلون

★ و توجد شكوى غريبة و غير معتادة لدى المرأة التى تعانى من أختناق أو أحتباس العصب المذكور و هى أن تشكو المرأة من وجود حالة من الأثارة الجنسية و بصفة زائدة و لمدد طويلة ساعات, أيام بل و لمدة أسابيع و هى تعانى من الأثارة الجنسية و بدون سبب خارجى. و قد تختفى هذه الحالة من الأثارة الجنسية بحدوث النشوة الجنسية و لكن تعود مرة أخرى تلقائياً نتيجة الضغط على العصب و اختناقه و أحتباسه .

و قد تسبب هذه الأثارة الجنسية أنزعاجاً و قلقاً و تصل الى حد الألم و تؤدى الى الأكتئاب و أحياناً الأنتحار.

طرق تشخيص أعتلال عصب الحوض (عصب البيودندال) نتيجة الضغط عليه :

المرأة التى تشكو من الآلام المزمنة بالحوض غالباً ما تتوه بين العيادات ذات التخصصات المختلفة مثل النساء و المسالك البولية و الجهاز الهضمى و الأعصاب و الألم و النفسية ... الخ.

أعتلال عصب الحوض/الحوض نتيجة الضغط عليه , غالباً ما لا يُشخص بسهولة أو بسرعة إنما يستغرق وقت طويل من المعاناة و زيارات العيادات المختلفة لدرجة الأحباط و اليأس.

طرق تشخيص اعتلال عصب الحوض (عصب البيودندال) نتيجة الضغط عليه قد تمر بهذه الخطوات :

١- التاريخ المرضي للمريضة , و السؤال بالتفصيل عن جميع ظروف الحياة ذات الصلة مثل وجود حوادث أو السقوط على المقعدة أو الأرداف والولادات و ظروفها وركوب الدراجات أو الجلوس لفترات طويلة الخ.

٢ - السؤال بالتفصيل عن جميع الأعراض و نوعها و بدايتها و وصفها بدقة وتتبعها و ربطها ببعضها لتقريبنا من الوصول للتشخيص الدقيق. نوع الألم و ما يزيده و ما يخففه الخ

٣ - الفحص الأكلينيكي السريري للمريضة , كالضغط يكون مؤلماً على العصب في أماكن أنحشاره أو مواقع الضغط عليه .

٤ - استبعاد احتمال وجود الأمراض الأخرى بالفحص و الفحوصات.

٥ - تخطيط كهربائي لبعض عضلات الحوض و عضلات فتحة الشرج .

٦ - قياس سرعة استجابة العصب للتنبيه الكهربائي .

٧- أشعة الرنين المغناطيسي بطريقة معينة وحديثة و قد تستخدم صبغات معينة.

٨ - العلاج الطبيعي لعضلات الحوض بغرض أسترخائها لأنه في كثير من الحالات يكون الألم نتيجة انقباضات بعضلات الحوض مثلها مثل حالات اعتلال عصب الحوض (عصب البيودندال) نتيجة الضغط عليه . فإذا خفت الآلام فيستبعد تشخيص اعتلال عصب الحوض (عصب البيودندال) نتيجة الضغط عليه.

٩ - تخدير عصب الحوض (عصب البيودندال) بحقن أدوية مخدرة , فإذا ذهب آلام الحوض المختلفة يتأكد التشخيص بأن هذه الآلام سببها الضغط على العصب و إنحشاره.



العلاج:

١ - تعديل و تغيير نمط أو أسلوب الحياة و المعيشة: ليتواءم مع الحالة المرضية لتحقيق حياة أفضل بتقليل الآلام. فالبرغم من تغيير نمط الحياة عملية صعبة وشاقة إلا انه يجب أن يستمر لأنه مفيد جداً.

التمارين الرياضية : فالأكثر من المشى فهو آمن فى هذا المرض و لا ضرر منه طالما الطريق الذى تمشى به المريضة مستويأ و غير منحدر , فالمشى فى الطرق المنحدرة يؤدى الى أنقباضات بعض عضلات الحوض و الأرداف التى قد تزيد الضغط على العصب فيزيد الألم .

عدم ركوب الدراجات و كذلك الأثناء (أى ثنى الجسم) , جلوس القرفصاء , لعب رياضة البولينج , الركض , الكثير من الرياضات بالجيمنيزيوم (الجيم) جميع هذه الأنشطة غير مستحبة و يجب الأبتعاد عنها لأنها تزيد من الشد و الضغط على العصب .

تجنب الأمسك و ذلك لأن القولون الممتلىء بالبراز يزيد الضغط على العصب. ولذلك ينصح بأكل الخضروات و الفاكهة و الأكل المحتوى على الحبوب الكاملة , شرب سوائل بكثرة , زيادة النشاط و الحركة , الذهاب للحمام فور الشعور بالحاجة و استخدام ملينات عند الحاجة.

٢ - العلاج بالعقاقير الطبية.

ان العلاج العقاقيرى مفيد و مطلوب جداً لأنهاء الألم أو تقليله و غالباً ما تستخدم المسكنات ضد الروماتيزم مثل (الأبيروفين) و كثير غيرها . أدوية باسطة للعضلات لعلاج أنقباض العضلات الشديد المؤلم . أدوية مهدئة . مخدر موضعى فى بعض الحالات حبوب ضد الأكتئاب و ضد التشنجات و هما مفيدان فى حالات الآم الأعصاب .

٣ - العلاج الطبيعى.

العلاج الطبيعى لهذه الحالات مهم ودقيق و يقوم متخصص جدا فى آلام الحوض للمرأة و الهدف علاج النقط أو البؤر المؤلمة . التدريبات التى تؤدى الى بسط و فك العضلات المنقبضة المؤلمة. التدريبات التى تساعد على زيادة طول عضلات قاع

الحوض. قد يستخدم الموجات فوق الصوتية التي قد تزيد تدفق الدم للمنطقة وتقليل الألم.

٤ - حقن حُقن الـ (بوتكس).

حقن الـ(بوتكس) هي الأسم التجاري لمادة سامة تسمى سيم (الـ بوتوليولينيم أ) و هو عبارة عن أحد السموم السبعة التي تفرزها بكتريا تسمم الطعام تسمى (بكتريا كلوستريديا بوتوليولينيم) , هذه السموم تسبب شلل العضلات بجسم الإنسان الذي أكل الطعام الذي به هذه البكتريا التي تفرز هذه السموم و من أخطر العضلات التي يتم شللها بالسموم هي عضلات التنفس فيتوفى المرض لتوقف التنفس .

تستخدم هذه السموم طبياً للحقن في العضلات المنقبضة بغرض ارتخائها , وعادة تستخدم في التجميل , ولكنه قد تستخدم في بسط و فك أنقباضات عضلات الحوض بهذا المرض و ذلك بحقنها في هذه العضلات المنقبضة المؤلمة.

٥ - تخدير عصب الحوض (عصب البيودندال) بحقنة بأدوية مُخدرة طويلة المفعول فإذا ذهبت ألم الحوض المختلفة يتأكد التشخيص بأن هذه ألم سببها الضغط على العصب و إنحشاره و يكرر الحقن كل حوالى ٦ أسابيع.

و يلاحظ أن تخدير عصب الحوض (عصب البيودندال) بحقنة بأدوية مُخدرة يستخدم لهدفين أولهما , كأختبار لتشخيص المرض و التأكد من صحة التشخيص , وذلك بحقن أدوية قصيرة المدى في المفعول و التأثير . ثانيهما , كوسيلة أو طريقة علاجية لعلاج المريضة , وذلك بحقن أدوية طويلة المدى في المفعول و التأثير .

٦ - التدخل الجراحي لتصليح الضغط و منع أنحشار العصب و تحريره من الضغط الواقع عليه في أى جزء خلال مساره .

٧ - نادرا ما تحتاج المريضة من زرع مضخة اليكترونية داخلية صغيرة بجسم المريضة لضخ العلاج المُسكن للألم بجرعات صغيرة منتظمة الى جسم المريضة و مميزات هذه المضخة الداخلية هو ان تحكمها و قدرتها و نتائجها فى إزالة الألم أكثر بكثير من الطرق المعتادة لتناول العقاقير مثل بالفم و حقن عضل أو وريد و خلافه و كذلك جرعة العلاج اللازمة المؤثرة المستخدمة بهذه المضخة أقل بكثير من الجرعة عند استخدام الطرق المعتادة و الكفاءة الأعلى.