

## الملخص العربى

كثيراً ما تحدث إصابات لمفصل المرفق بين الرياضيين والأفراد حيث يصاب المرفق أثناء الرمي نتيجة الإصابات والكدمات الدقيقة أثناء حركة الرمي والزرار عالياً.

تشمل الإصابات فى المرفق أمراض عديدة كالتهاب وقطع الأوتار واختناق الأعصاب والاعتلال العظمى الغضروفى بالمرفق والكسور المتوترة.

يشمل الفحص الطبى للمريض الجسم بالكامل بالإضافة إلى الطرف المصاب حتى يتم تحديد نوع ومكان الإصابة بدقة.

يفضل علاج مرض المرفق التتسى بطرق عديدة من العلاج التحفظى لفترة كافية حتى تختفى الأعراض بينما يكون العلاج الجراحى بديلاً إذا لم ينجح العلاج التحفظى. حقق المنظار الجراحى للمرفق والجراحة البسيطة خلال الجلد نجاحاً ممتازاً فى علاج المرفق التتسى.

كثيراً ما يتم إصابة الرباط الزندى الأنسى وغالباً ما يكون مصاحباً له أمراض وإصابات أخرى بالمرفق كالتهاب النتوء العظمى الأنسى للمرفق والتهاب العصب الزندى واعتلال المفصل العضدى الكعبرى بالمرفق وتفكك زوائد عظمية بالمفصل كما تحدث تغيرات تشريحية وتعويضية بالمرفق كارتخاء الأوتار وتضخم العضلات وتليف الأعصاب أثناء الرياضة المستمرة مما يؤدى إلى اعتلال واختناق الأعصاب حول المرفق التى يتم علاجها تحفظياً فى معظمها بينما يُنصح بالتدخل الجراحى لتسليك اختناق الأعصاب جراحياً إذا فشل العلاج التحفظى أو عند إعاقة الرياضى (الرامى) عن ممارسة الرياضة بكفاءة عالية وتنافسية.

يصعب اكتشاف المرفق غير المستقر عند كثير من المرضى لذلك يجب الحذر فى التشخيص لمبكر والوقاية اللازمة حتى يتم تلافى حدوثه.

نادراً ما يحدث قطع وتمزق بالعضلة ثنائية الرؤوس والعضلية ثلاثية الرؤوس حول المرفق التى يجب التشخيص المبكر لها والتصليح الجراحى لها.

عند بدء تأهيل المرفق بعد الإصابة أو بعد الجراحة يجب أن يكون بطريقة متتابعة ومنظمة حتى لا يتم التحميل الزائد على الأنسجة المصابة ويشمل البرنامج التأهيل للمرفق بدء حركة المفصل مبكراً وزيادة قوة التحكم العصبى العضلى للمفصل مع زيادة تدريجية بالمهارات الخاصة اللازمة للمرفق حتى يتم عودة الرياضى لممارسة الرياضة والمناسبة فى أسرع وقت ممكن.