# التهاب كعب القدم.. أسبابه وطرق علاجه




يعد التهاب كعب القدم أو ما يعرف بـ fasci planter Bilateraltis من أكثر الأمراض التي تصيب الرجال الذين يتخطون الخمسين من أعمارهم، في حين تشير الجمعية الأمريكية للعناية بالقدم association medical podiatric American إلى أن 18% من الرجال الذين تتراوح أعمارهم ما بين الخمسين والستين يعانون هذا المرض. - أسبابه: للوقوف على أسباب هذا المرض، يقول الدكتور إبراهيم محمد كشك اختصاصي طب العظام: إن هناك أسباباً كثيرة وراء هذا المرض، منها التهاب الأغشية في القدم أم التمرين اليومي الذي يقوم به لاعبوا كرة القدم أو كرة السلة أو الأشخاص الذين يعانون تفلطح القدم Feet Flat أو الأشخاص الذين يعانون السمنة الزائدة. وعندما تصاب منطقة القدم (Heel) بالتهاب نتيجة لأي سبب يشعر المريض بآلام حادة جدّاً، ويبدو هذا واضحاً عندما يحاول المريض وضع قدميه على الأرض بعد قضاء ليلة في السرير أو بعد فترة جلوس تستمر ساعتين أو أكثر. وتستمر الآلام الحادة لعدة دقائق لا يستطيع معها المريض الوقوف على قدميه، ولكن بعد فترة يخف الألم ويتمكن المريض من المشي، إلا أن ذلك يكون لفترة محدودة، لأنّ الآلام تعاوده من جديد، ولهذا يجب علاج هذا

المرض حتى لا يتحول إلى الأسوأ ويتسبب بظهور شروخ في عظمة القدم. ومن الأمور التي قد يعانيها المريض، انتقال الألم من الكعب إلى الأصابع حيث يبدأ الألم يضرب إصبع القدم الكبير ثمّ تتكون هالة من اللون الأحمر حول المفصل الذي يربط القدم بالإصبع الكبير، وتتورم تلك المنطقة وعندها لا يستطيع المريض ثني أصابع قدمه، ما يعيق حركة المشي فيضطر إلى المشي على مشط قدمه الأمر الذي يتسبب بزيادة آلامه. ويُنصح بعمل تحليل دم للوقوف على نسبة حامض البوليك acid Uric لأن زيادة حامض البوليك على نسبة معينة تؤدي إلى التهاب الأنسجة الرخوية في منطقة الكعب وتمتد إلى القدم وصولاً إلى الأصابع. - العلاج: يشير الدكتور إبراهيم كشك إلى أن ما بين 80 إلى 90% من هذه الحالات يتم شفاؤها ويعود المريض قادراً على السير على قدميه بشكل عادي. ولكن كي يتم الشفاء يجب تشخيص الحالة أولاً وبشكل دقيق، وعادة ما يتم ذلك من خلال صور الأشعة أو من خلال الـ(Sonar). وتُظهر صور الأشعة القدم وخاصة منطقة الكعب بشكل واضح حيث يمكن مشاهدة نتوءات على شكل مسامير مُتدلية من عظم القدم من الأعلى باتجاه أسفل القدم، وهذه النتوءات تُسبب آلاما مُبرحة عند المشي، حيث يضغط ثقل الجسم عليها وهي بدورها تضغط على الأعصاب والطبقة اللحمية في القدم فيشعر المريض بآلام حادة. لذا فإنه من الضروري علاج هذه النتوءات وإزالتها من عظام القدم بشكل كلي حتى لا يتضاعف الألم وتزيد مشكلات القدم. وفي البداية يلجأ الطبيب بعد أخذ الصور ومعرفة الوضع بشكل كامل إلى إعطاء المريض أدوية على شكل أقراص، إضافة إلى مراهم توضع على مكان الألم مع وضع (ضبان) داخل الحذاء لتخفيف الضغط على القدم. ويستمر هذا العلاج لمدة أسبوعين تقريباً، فإذا لاحظ المريض أن حالته تتحسن يستمر في تناول العلاج بهذه الطريقة، ولكن إذا لم يطرأ تحسن فإنّ الطبيب يلجأ إضافة إلى العلاج السابق لإعطاء المريض حُقناً في الكعب لتذويب النتوءات العظمية الجديدة هي التي عبارة عن ترسبات من الأملاح والكالسيوم. وفي كثير من الأحيان فإن هذه الحقن تحقق نتائج جيِّدة، ولكن إن فشلت في علاج هذه الحالة فإنّ الطبيب يلجأ إلى العلاج بأشعة الليزر. وهذا العلاج يُعد الأحدث في العالم، وقد بدأت استخدامه جامعة lllinoi حيث قامت عيادة clinic Podiatric s‘lllinoi بتطبيقه على غرار تفتيت الحصى في الكلى بواسطة أشعة الليزر، وقد حقق العلاج نتائج جيِّدة لأنّ المريض لا يحتاج إلى أخذ حُقن، لكن المريض يحتاج لأن يُعرّض كعب قدمه (لضربات) أشعة الليزر لمدة تزيد على ساعة ونصف الساعة. وفي حالة عدم استجابة المريض للعلاج بأشعة الليزر أو بالحقن والأدوية الأخرى، فإنّ العلاج يكون من خلال العملية الجراحية التي يتم خلالها التخلص من تلك النتوءات التي تظهر على عظمة الكعب. إلا أنّ هذا العلاج لا يتم اللجوء إليه إلا في الحالات المستعصية. - عدم الإهمال: وينصح الدكتور إبراهيم بعدم إهمال هذا المرض، لأن نتائجه عادة ما تكون سيِّئة للغاية، والإهمال سيؤدي إلى ترسب

المزيد من الأملاح والكالسيوم وبالتالي زيادة عدد النتوءات في الكعب، كما أن مفاصل الأصابع سوف تتأذى، خاصة مفصل الإصبع الكبير في القدم وبعد ذلك ستتأذى القدم كلها، وإذا أهمل المريض حالته هذه فإنّ الالتهابات ستؤذي الساق وسيشعر المريض بآلام حادة ولن يستطيع المشي بشكل جيِّد.