

1) خار پاشنه چیست؟

خار پاشنه التهاب فاسیای کف پا است که به شکل برجستگی (خار) در قسمت داخلی استخوان پاشنه بروز میکند و در رادیوگرافی نیمرخ پاشنه قابل مشاهده است

2) علت ایجاد خار پاشنه چیست؟

علت اصلی ایجاد این بیماری وارد شدن استرس یا فشار به بافت پاشنه پا است که منجر به التهاب و استخوانی شدن رباطهای کف پا میشود.

3) آیا علت درد پاشنه در این بیماری وجود خود خار پاشنه است؟

طبق تحقیقات انجام شده مشخص شده است که علت اصلی درد در این بیماری خود خار نیست بلکه التهاب و ضخیم شدن فاسیای کف پا در ناحیه پاشنه عامل ایجاد درد میباشد.

4) علائم خار پاشنه چیست؟

علائم این بیماری معمولاً احساس درد در هنگام صبح و موقع راه رفتن (به خصوص در شروع راه رفتن) و در برخی موارد هنگام استراحت در پاشنه پا میباشد. در مراحل اولیه بیماری در اثر ایستادهای طولانی مدت و در مراحل پیشرفته تر به علت کشش تکراری فاسیای کف پا از درد پاشنه شکایت دارد. بیماری در ابتدا با درد شدیدی که منجر به لنگش میشود همراه است اما بتدریج در اثر راه رفتن درد کمتر میشود و دوباره با ایستادهای طولانی مدت درد شدت اولیه خود را پیدا میکند.

5) عوامل تشدید کننده علائم خار پاشنه چیست؟

طبق تحقیقات انجام شده عوامل اصلی تشدید کننده این بیماری شامل ایستادن به مدت طولانی و دویدن بوده و این بیماری کمتر در اثر راه رفتن زیاد بوجود می آید. بیماریهای روماتولوژی نامناسب بودن کفش - انحراف پا و صاف بودن کف پا از جمله عوامل دیگر بروز خار پاشنه میباشد.

6) در حال حاضر چه درمانهایی برای خار پاشنه وجود دارد؟

الف- تزریق داروهای استروئیدی (کورتون) داخل پاشنه      ب- جراحی      ج- استفاده از امواج شوکی

7) چرا روش شوک ویو تراپی بر روشهای دیگر درمانی ارجحیت دارد؟

چون جدیدترین روش درمان خار پاشنه است و طبق آخرین تحقیقات انجام شده میزان موفقیت درمان خار پاشنه با این روش 70 درصد است که به مراتب بالاتر از درمان جراحی است. ضمن اینکه این روش عوارض جراحی را نداشته و بسیار کم هزینه تر می باشد.

8) امواج شوکی چیست؟

طبق تعریف امواج شوکی (wave shock) یک تغییر فشار سریع میباشد که به سرعت در یک فضای سه بعدی منتشر میگردد.

9) استفاده از امواج شوکی (therapy wave shock)) چه مزایایی نسبت به روشهای دیگر درمانی دارد؟

- 1- درمان سریع بیمار بدون نیاز به عمل جراحی یا استفاده از داروهای ضد درد .
- 2- بهبودی سریع بیمار فقط با 3-5 جلسه درمان .
- 3- کوتاه بودن زمان درمان بطوریکه که هر جلسه فقط 5-10 دقیقه طول می کشد .
- 4- درمان قطعی منشأ ایجاد دردها به جای تسکین موقت آن .
- 5- کاهش درد همراه با تحرک کامل مفاصل دردناک بعد از چند روز .
- 6- ایجاد حداقل عوارض جانبی .
- 7- بازگشت بیمار به فعالیتهای طبیعی روزانه بعد از چند روز .

10) مکانیزم تاثیر امواج شوکی به چه صورتی میباشد؟

امواج فوق باعث افزایش جریان خون و همچنین باعث افزایش متابولیسم (سوخت و ساز) در ناحیه مورد درمان شده و در نهایت باعث تسریع مکانیزمهای ترمیم کننده بافت می گردد. همچنین کاربرد این امواج باعث تسکین درد بیمار می شود که این کاهش درد به علت متوقف کردن فعالیت گیرنده های درد و ترشح مواد ضد درد و بسته شدن دریچه های منتقل کننده درد نخاع طبق مکانیزم (control Gate) می باشد. همچنین این امواج باعث شکسته شدن ارتباط پاتولوژیک بین درد و تون عضلانی شده و در نتیجه باعث توسعه الگوهای حرکتی طبیعی و یادآوری الگوهای حرکتی فراموش شده می گردد. در بیمارانی که رسوبات کلسیم در بافتها وجود دارد مثل خارپاشنه (spur Calcaneal) یا التهاب تاندونهای اطراف شانه همراه با رسوب کلسیم (tendonitis Calcified) کاربرد این امواج می تواند کمک به جذب رسوبات کلسیم نماید.

11) موارد کاربرد امواج شوکی در چه بیماریهایی میباشد؟

- 1- درد و التهاب فاشیای کف پا (fasciitis Plantar)
- 2- خارپاشنه (spur Calcaneal)
- 3- درد ناحیه شانه ناشی از التهاب تاندونهای اطراف شانه همراه با رسوب کلسیم یا بدون آن (tendonitis Calcified)
- 4- التهاب تاندون آشیل (Achillodynia)
- 5- التهاب قسمت فوقانی ایلوتیبیال باند (syndrome friction band Iliotibial)
- 6- التهاب تاندونهای ناحیه تروکانتریک مفصل ران (tendonitis insertion Trochanteric)
- 7- التهاب اپی کوندیلهای داخلی و خارجی آرنج (epicondylitis ulnar of Radial)
- 8- التهاب تاندونهای اطراف استخوان کشکک (tendinopathy Patellar)
- 9- درد ناحیه داخلی ساق پا (syndrome edge Tibial)
- 10- انواع التهابهای تاندونهای بدن (tendonitis Insertion)
- 11- انواع آرتروز بخصوص آرتروز زانو. کاربرد این امواج در آرتروز هم باعث کاهش درد مفاصل شده و هم باعث بازسازی و ترمیم غضروف مفصلی و ترشح مفصل می گردد.

12) تعداد جلسات لازم برای درمان با این امواج و فاصله بین جلسات به چه صورتی میباشد؟

درمان با امواج شوکی بطور استاندارد 5 جلسه و با فاصله یک هفته میباشد. یعنی بیمار بایستی 5 هفته در روز مشخصی برای درمان مراجعه نماید.