

علت گزگز و درد کف پا

سندرم تارسال تانل از مهم‌ترین دلایل گزگز، درد و کرختی کف پا است که اغلب افراد از آن بی‌اطلاع هستند.



سندرم تارسال تانل از مهم‌ترین دلایل گزگز، درد و کرختی کف پا است که اغلب افراد از آن بی‌اطلاع هستند.

به گزارش ایسنا، تونل تارسال، کانالی است که در قسمت داخلی مچ پا و زیرقوزک داخلی قرار گرفته است. این کانال محل عبور انواع شریان و ورید، اعصاب و تاندون است. یکی از مهم‌ترین اعصابی که از این کانال عبور می‌کند، عصبی به نام تی بیال خلفی است. زمانی که این عصب به هر دلیل تحت فشار قرار می‌گیرد دردناک می‌شود. این عارضه یکی از مهم‌ترین دلایل گزگز و درد کف پا، پاشنه و انگشتان است. مهم‌ترین علل ایجاد سندرم تارسال تانل

کف پای صاف و بدون قوس: کف پای صاف و بدون قوس سبب می‌شود مچ پا به سمت خارج انحراف پیدا کند و مجرای تونل تنگ شود. بسته شدن مجرای تونل سبب فشار به اعصاب و ایجاد درد می‌شود. به طور کلی هر عارضه‌ای که منجر به تنگ شدن کانال شود، در این بیماری نقش دارد.

در عین حال عللی چون شکستگی مچ پا، متورم شدن تاندون‌ها، خار استخوان مفاصل، دیابت و ... نیز می‌تواند منجر به گزگز کف پا و درد آن شود.

باید توجه کرد که زنان و مردان به یک اندازه در معرض این سندرم قرار دارند. علائم سندرم تارسال تانل مشابه علائم دیده شده در افراد مبتلا به اختلالات تیروئید است. مهم‌ترین نشانه‌های آن احساس گزگز، درد، سوزش و بیحسی در مچ، پاشنه، قوس و انگشتان است. علائم می‌توانند دائمی باشند یا بر اثر ایستادن زیاد، پیاده روی طولانی یا ورزش شدید، تشدید شوند.

بنابر اعلام پایگاه جامع آموزش و فرهنگسازی سلامت وزارت بهداشت، سندرم تارسال تانل یکی از عوارضی است که سرعت در تشخیص، نقش مهمی در پیشرفت درمان دارد؛ چرا که تشخیص زودهنگام سبب کمترین آسیب به اعصاب می‌شود. عکسبرداری به روش MRI یکی از مهم‌ترین روش‌های تشخیص است. معمولاً پزشکان پس از اطمینان از وجود این عارضه، استراحت، کاهش وزن، اجتناب از فعالیت بدنی شدید و استفاده از کفش مناسب را توصیه می‌کنند. سپس از داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی یا تزریق بی‌حس کننده به عصب استفاده می‌شود. استفاده از کفی‌های طبی برای افراد مبتلا به کف پای صاف نیز یکی از راهکار دیگر است. در برخی موارد فیزیوتراپی هم توصیه می‌شود. البته در حالت‌های خاص، تنها راه علاج عمل جراحی برای باز کردن کانال است.