

درد بازوی چپ

درد بازوی چپ دلایل مختلفی دارد از آسیب دیدگی و کشیدگی عضله گرفته تا گرفتگی عصب یا رگ به رگ شدن. در برخی موارد هم ممکن است نشانه حمله قلبی باشد که یک موقعیت اضطراری پزشکی است.



درد بازوی چپ دلایل مختلفی دارد از آسیب دیدگی و کشیدگی عضله گرفته تا گرفتگی عصب یا رگ به رگ شدن. در برخی موارد هم ممکن است نشانه حمله قلبی باشد که یک موقعیت اضطراری پزشکی است.

به گزارش ایسنا، سایت تخصصی «وری ول هلت» در گزارشی برخی از دلایل بالقوه درد بازوی چپ را بررسی کرده است.

دلایل و نشانه ها

درد بازوی چپ، بسته به علت زمینه ای اش، ممکن است خفیف، متوسط یا شدید باشد. این درد گاهی مانند شوک الکتریکی است و درد مداومی را به وجود می آورد که با محرک های خاص مانند فشار یا فعالیت بدنی وخیم تر می شود. گاهی هم ممکن است ناگهانی ظاهر شود یا به تدریج و در طول زمان به وجود آید.

دلایل مرتبط با قلب مانند حمله قلبی، آنژین صدری، دلایل اسکلتی عضلانی مانند کشیدگی عضلانی و تاندونیت، دلایل مرتبط با اعصاب مانند گرفتگی عصب و آسیب های اعصاب (نوروپاتی) محیطی و دلایل دیگر مانند آسیب و التهاب از جمله عوامل شایع درد بازوی چپ به شمار می آید.

همچنین درد حاد بازوی چپ ممکن است از شکستگی استخوان، فتق دیسک، فشردگی عصب، پارگی روتاتور کاف (rotator cuff)، عضلات چرخاننده (بازو) یا رگ به رگ شدن و کشیدگی ناشی شود. شکستگی ها بر اثر افتادن، تصادف یا آسیب های ورزشی ایجاد می شوند و ممکن است تورم، کبودی، ضعف یا مشکلات حرکتی را به دنبال داشته باشند. فتق دیسک سبب آسیب های اعصاب (نوروپاتی) محیطی در بازوی چپ یا راست می شود و درد، بی حسی و گزگز اندام ها را به همراه دارد.

فشردگی اعصاب (رادیکولوپاتی دهانه رحم) هم به دلایلی مانند فتق دیسک یا آرتروز به وجود می آید و باعث درد، سوزن سوزن شدن و ضعف در شانه و بازو می شود و ممکن است یکی از دو بازو یا هر دو آنها را هم زمان تحت تاثیر قرار دهد. پارگی روتاتور کاف یا تاندون شانه از افزایش سن یا استفاده شدن بیش از حد ناشی می شود و درد شدید شانه را به همراه دارد که معمولاً به بازوی چپ هم کشیده می شود. رگ به رگ شدن و کشیدگی هم به آسیب دیدگی بافت های نرم اطراف استخوان ها و مفاصل گفته می شود که اغلب مچ دست، بازوها، مچ پا، پاها، ساق ها و انگشتان دست را تحت تاثیر قرار می دهند. کبودی، دردی که با برداشتن وزنه یا بار سنگین بدتر می شود، گرفتگی شدید، تورم، درد یا حساسیت هنگام لمس ناحیه ای خاص، ضعف و تورم در تاندون ها از جمله نشانه های رگ به رگ شدن هستند.

از دیگر دلایل درد بازوی چپ می توان به سندرم خروجی قفسه سینه عروقی، آنژین، بورسیت و حمله قلبی اشاره کرد.

سندرم خروجی قفسه سینه عروقی وضعیتی است که در نتیجه فشردگی رگ های خونی و عصبی به وجود می آید که از شانه به استخوان ترقوه، قفسه سینه و بازوها می روند. این وضعیت ممکن است درد، ضعف، تورم، بی حسی، گزگز و تغییر رنگ در ساعد، دست یا انگشتان آسیب دیده را به دنبال داشته باشد.

آنژین درد قفسه سینه ناشی از محدود شدن جریان خون است که اغلب به دلیل بیماری عروق کرونر (CAD) ایجاد می شود و درد بازوها، شانه ها، فک، گردن یا کمر را به همراه دارد. دو نوع آنژین وجود دارد: آنژین پایدار که هنگام ورزش وخیم تر می شود و آنژین ناپایدار که بدون فعالیت بدنی رخ می دهد و نیاز به مراقبت فوری پزشکی دارد.

بورسیت هم وضعیتی است که با تورم و التهاب در کیسه های بورس ایجاد می شود. بورس ها کیسه های کوچک پر از مایع هستند که در اطراف مفاصل قرار دارند و با کاهش اصطکاک، حرکت بافت ها را در کنار هم آسان می کنند. بورسیت درد، حساسیت، تغییر رنگ (مانند قرمزی) و گرمای مفاصل آسیب دیده را به دنبال دارد. اگر شانه تان دچار بورسیت باشد ممکن است در بازوی چپتان درد احساس کنید.

به گزارش ایندپندنت، حمله قلبی هم یک وضعیت اضطراری پزشکی است که در پی گرفتگی رگ ها به وجود می آید و جریان خون و اکسیژن رسانی به قلب را مسدود می کند. نشانه اصلی حمله قلبی درد قفسه سینه است که مانند فشار زیاد یا گرفتگی احساس می شود. بسیاری از افراد این درد را در سمت چپ قفسه سینه تجربه می کنند که اغلب به سایر نواحی بدن از جمله بازوی چپ هم می رسد. با مشاهده نشانه های حمله قلبی بلافاصله باید به اورژانس پزشکی مراجعه کرد و تحت نظر قرار گرفت. برخی نشانه های حمله قلبی عبارتند از: درد قفسه سینه که در سمت چپ و مانند فشردگی نوار بسیار محکمی دور قفسه سینه احساس می شود، عرق سرد، خستگی، بی وزنی سر، دردی که به بازو، فک، گردن و شانه ها می رسد، تنگی نفس، استفراغ و ضعف.

بسیاری از افراد که در بازوی چپشان درد احساس می کنند نگرانند که نکند دچار حمله قلبی شده باشند. اما اگر درد بازوی چپ با نشانه های مشخص دیگر مانند فشار یا درد قفسه سینه، فشار خون بالا یا مشکلات تنفسی همراه نباشد بعید است که به حمله قلبی مربوط شود.

گزینه های درمانی

درد بازوی چپ را با توجه به علت اصلی اش درمان می کنند. مثلا بورسیت گاهی اوقات به دلیل عفونت ایجاد می شود، بنابراین پزشک ممکن است برای دوره ای مشخص آنتی بیوتیک تجویز کند. در مورد شکستن استخوان بازو احتمالا باید آن را در آتل یا گچ نگه دارید تا زمانی که بهبود یابد. برخی افراد هم ممکن است به جراحی نیاز داشته باشند.

در موارد مربوط به قلب بیشتر افرادی که دچار حمله قلبی می شوند تحت «آنژیوپلاستی» (بازکردن شریان) قرار می گیرند تا جریان خون برقرار شود و رگ های باریک یا مسدود شده دوباره باز شوند. داروهایی مانند «نیتروگلیسرین» هم ممکن است موقت یا دائمی تجویز شوند. برخی تغییرات در سبک زندگی مانند پیروی از رژیم غذایی کم سدیم، ورزش منظم و کاهش وزن به پایین آمدن سطح فشار خون و جلوگیری از حمله قلبی دیگر کمک می کند.

درمورد فتق دیسک هم ممکن است متخصصان مراقبت های بهداشتی پوشیدن نوعی یقه گردن را موقتا برای کاهش علائم توصیه کنند. همچنین تزریق استروئید به کاهش التهاب کمک می کند و فیزیوتراپی هم گاهی اوقات می تواند تسکین طولانی مدت به همراه آورد. اگر هیچ کدام از این روش ها کارساز نباشد عمل جراحی پیشنهاد می شود. در مورد پارگی روتاتور کاف گزینه هایی به جز جراحی مانند فیزیوتراپی، داروهای ضد التهابی و تزریق استروئید پیشنهاد می شود و اگر پارگی شدید باشد ممکن است جراحی ضروری شود.

برای رگ به رگ شدن و کشیدگی ها هم به چیزی جز استراحت نیازی نیست، چراکه معمولا پس از چند هفته خودبه خود برطرف می شوند. اما اگر این وضعیت ادامه پیدا کند ممکن است به فیزیوتراپی یا ماساژ نیاز باشد. در مورد سندرم خروجی قفسه سینه هم پزشک ممکن است علاوه بر فیزیوتراپی، داروهای رقیق کننده خون را تجویز کند. جراحی از جمله آنژیوپلاستی هم ممکن است برای برخی از افراد مناسب باشد.