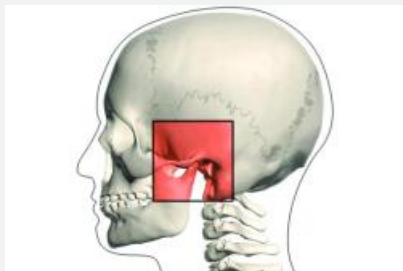


اما و اگرهای بیماری‌های ناشناخته مفصلی

بیماری دردهای مفصلی بیشتر ما را به یاد درد زانو، مچ دست و کمر می‌اندازد.



بیماری دردهای مفصلی بیشتر ما را به یاد درد زانو، مچ دست و کمر می‌اندازد. ما با این دردها آشنایی داریم و خوب می‌دانیم هنگام مواجهه با آن، به کجا و چه پزشکی مراجعه کنیم؛ اما کمتر کسی است که با مفصل ناحیه گیجگاهی - فکی آشنایی داشته باشد. این مفصل بسیار مهم بوده و به دلیل پرکار بودنش (جویدن و صحبت کردن) ممکن است، آسیب ببیند. متأسفانه بسیاری از بیماران مدت‌های طولانی از این بیماری رنج می‌برند به طوری که دچار درد در ناحیه سر و گردن می‌شوند و اصلاً به ذهنشان خطور نمی‌کند که شاید این علائم منشأ دیگری داشته باشد حتی علائم کلینیکی اختلالات مفصلی گیجگاهی آنقدر پیچیده است که ممکن است پزشک را نیز دچار اشتباه کند.

دکتر مجید نوحی دندانپزشک و جراح بیماری‌های مفصلی گیجگاهی در این باره توضیح می‌دهد.

مفصل گیجگاهی - فکی چیست و چه نقشی در فک و صورت ایفا می‌کند؟

این مفصل در دو طرف جمجمه و بین فک بالا و پایین قرار گرفته است. در هر دو مفصل دیسک کوچکی وجود دارد که مانند همه مفاصل بدن آسیب می‌بیند. مثلاً در بعضی بیماری‌های سیستمیک بدن مانند نقرس، آرتروز یا لوپوس اریتماتوزیس که مفاصل درگیر می‌شوند، با پیشرفت بیماری، مفصل گیجگاهی - فکی هم ممکن است، گرفتار شود. البته این اختلالات کم است و بندرت دیده می‌شود؛ زیرا بیماری‌های نامبرده به گونه‌ای هستند که بیمار و پزشک متوجه شده و درمان‌های لازم انجام می‌شود.

درباره بیماری‌های شایع مفصل گیجگاهی - فکی برایمان توضیح دهید.

بعضی از این بیماری‌ها آنقدر شایع است که آمارشان حتی از بیماری‌های سیستمیک نیز فراتر می‌رود. مبتلایان به بیماری دیابت در ایران حدود شش میلیون نفر تخمین زده شده است، ولی دیگر بیماری‌های مفصلی گیجگاهی - فکی 30 تا 40 درصد جمعیت هر کشوری را دربرمی‌گیرد؛ یعنی در کشور خودمان به طور تقریبی 20 میلیون نفر به یکی از بیماری‌های موضعی مفصل گیجگاهی - فکی مبتلا هستند. 50 درصد از این تعداد، نشانه‌هایی دارند که به درمان نیاز دارند.

اما مردم برای برطرف کردن آن کاری انجام نمی‌دهند.

کاملاً درست است، چون آموزش کافی در این زمینه وجود ندارد و دندانپزشکان هم اطلاع کافی از این بیماری ندارند. حتماً دیده‌اید وقتی فردی فک را باز می‌کند، صدایی شنیده می‌شود. (البته در این اختلال، صدا همیشه به گوش ما یا خود بیمار نمی‌رسد) صدای فک یکی از شاخص‌ترین علائم بالینی است. از دیگر نشانه‌ها، وجود سردرد‌های مشکوک در بیماران است. متأسفانه این سردرد‌ها کاملاً شبیه میگرن است. بسیاری از بیماران، پیش از این که به ما مراجعه کنند، به پزشک مغز و اعصاب مراجعه کرده و بیماری‌شان میگرن، سردرد‌های عصبی یا ناشناخته تشخیص داده شده است. بیشتر بیماران کاملاً سرگردان هستند. در جامعه افراد زیادی را مشاهده می‌کنیم که از سردرد عصبی و میگرن شکایت می‌کنند بدون این که حتی یک بار از سوی متخصص مفصل گیجگاهی - فکی معاینه شده باشند.

شاخص‌ترین علامت این بیماری چیست؟

علاوه بر سردرد و صدا کردن فک علامت‌های دیگری هم مانند درد گردن، درد عضلانی وجود دارد؛ ولی شایع‌ترین آنها این موارد است.

چرا این اتفاق در مفصل رخ می‌دهد؟

یکی از اصلی‌ترین دلایل بیماری، چفت نشدن صحیح دندان‌های فک بالا و پایینی است. وقتی دهان را می‌بندیم، اگر فقط یک دندان زودتر از دندان‌های دیگر از همان فک با دندان مقابل فک دیگر تماس پیدا کند، مشکلات فراوانی پدید می‌آورد. فرض کنید به دندانپزشکی رفته‌اید و یکی از دندان‌ها را پر کرده‌اید. اگر سطح دندان پر شده اندکی بالاتر باشد زندگی برایتان غیرقابل تحمل

خواهد شد یا وقتی دندان آسیای بزرگ خود را از دست می دهید (دندان آسیا مهم ترین کانون جویدن است) فشار روی مفصل گیجگاهی - فکی ده ها برابر شده و عضلات، فعالیت زیادی پیدا می کنند. دیسک داخل مفصل تحت فشار قرار گرفته و تغییراتی در نسوج مفصل ایجاد و دیسک بتدریج نازک و نازک تر شده و به جلو و عقب حرکت می کند و این جابه جا یی، صدا تولید می کند. نام این بیماری جابه جایی قدامی دیسک مفصل گیجگاهی - فکی است. بیماری دیگری هم که خیلی رایج است، همان دررفتگی دیسک است که در آن دهان بیمار زیاد از حد باز می شود. ممکن است بدون صدا یا همراه با صدا باشد.

سرانجام این اختلالات چگونه است؟

اگر به این اختلالات پیش آمده بی اعتنایی شده و درمان مناسبی برای آن اتخاذ نشود، کپسولی که مفصل را احاطه کرده، دچار التهاب خواهد شد و گرفتگی عضلات پدید می آید. با شرایط پیش آمده، دهان بتدریج دیگر نمی تواند به اندازه کافی باز شود و باز شدن کم دهان است که موجب می شود صداهای مفصلی در ظاهر قطع شود، ولی بهبود حاصل نشده است. این روند به چسبندگی منجر می شود. گاهی اوقات درمان ها و توصیه های غلطی برای جلوگیری از صدا به بیماران می شود که شامل کمتر باز کردن دهان، خمیازه نکشیدن و از این قبیل درمان های پیشگیرانه است که فقط باعث می شود صدا مخفی شود؛ ولی بیماری همچنان پایدار و باقی است. هر عضوی باید تمام حرکت های طبیعی خود را داشته باشد بدون این که عارضه ای بر جا گذارد. دهان باید براحتی و بدون ایجاد هیچ مشکلی باز و بسته شود.

مناسب ترین راه درمان چیست؟

اصلی ترین دلیل، بی نظمی در دندان هاست. ابتدا با معاینه بیمار و گوش کردن به صداهای مفصلی فک از سوی گوشی پزشکی و درخواست رادیوگرافی از تغییرات به وجود آمده در مفصل مطلع می شویم و سپس با ابزارهای خاصی رابطه صحیح بین دندان ها را بررسی می کنیم و بعد از تشخیص، از نوارهای سخت استفاده می شود که روی فک بالا قرار داده شده و به دقت هشت هزارم میلی متر تنظیم می شود. دندان های پوسیده باید ترمیم شوند و اگر بیمار به پروتز ثابت، متحرک و ایمپلنت نیاز دارد حتما این عمل انجام شود. در برخی بیماران باید ارتودنسی انجام شود (ارتودنسی پیش از پروتز گذاری انجام می شود). دقت می کنیم دندان های بالا و پایینی بدرستی و در قاعده صحیحی روی هم قرار گیرند. این مراحل طی چهار تا پنج جلسه انجام می شود. از عوامل فرعی می توان به دندان قروچه اشاره کرد که در این موارد بیمار را به روانپزشک ارجاع می دهیم.

با تمهیدات صورت گرفته صداهای فکی برطرف می شود؟

خیر، صداها تا مدت طولانی باقی می ماند، زیرا عضلات هنوز خود را با شرایط جدید وفق نداده اند. لازم است عضلات با تمرین های خاصی تقویت شوند. این تمرینات حدود هشت ماه طول می کشد و برای تسکین درد یا جابه جایی دیسک و... است که باید روزی چند بار و به مدت طولانی انجام شود.