



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster
شركة الصحة القابضة



إصابات الحبل الشوكي والتقدم في العمر Spinal Cord Injuries and Aging

الجهاز العصبي :

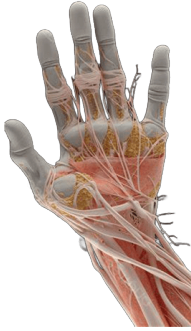
- ضعف القوة العضلية، ردة الفعل والمهارات الحركية الدقيقة .
- تدهور أو صعوبة المشي .
- زيادة الآلام العصبية .
- زيادة آلام متلازمة النفق الرسغي .



ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك

- الحاجة إلى تقييم الجهاز الحركي والحسي .
- الحاجة إلى تقييم وظائف الحياة اليومية .
- الحاجة إلى تقييم القدرة على المشي .
- الحاجة إلى وصف علاجات للألم .



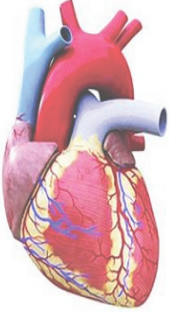
الجهاز العضلي/ العظمي :

- زيادة التهاب وخشونة المفاصل .
- هشاشة العظام .
- ضعف القوة العضلية .
- ظهور آلام في الأكتاف نتيجة الاستخدام المتكرر .

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك :

- الحاجة إلى تقييم سلامة المفاصل .
- تقييم طريقة استخدام الأجهزة المساعدة أو تعديلها .



جهاز القلب والأوعية الدموية :

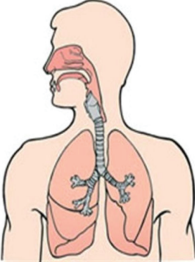
- انخفاض مرونة الشرايين .
- زيادة متدرجة في ضغط الدم .
- انخفاض كمية الدم المتدفقة من القلب
- زيادة في انخفاض ضغط الدم المرتبط بتغيير وضعية الجسم .
- زيادة خطر الإصابة بتجلطات الأقدام والرئتين .

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك :

- الحاجة إلى تقييم الجهاز القلبي الوعائي وقم بـ :
 - زيادة النشاط البدني .
 - المحافظة على حمية غذائية .

الجهاز التنفسي :



- انخفاض قدرة الجهاز التنفسي
- فقدان مرونة الرئة .
- زيادة احتمال الإصابة بالتهابات الجهاز التنفسي .
- زيادة حالات توقف التنفس أثناء النوم .

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك :

- الحاجة إلى تقييم الجهاز التنفسي وقم بـ :
 - زيادة النشاط البدني .
 - التوقف عن التدخين .
 - ممارسة التنفس العميق .
 - الحصول على التطعيمات (الالتهاب الرئوي والإنفلونزا) .

الجهاز الهضمي :



- زيادة الإمساك .
- زيادة سلس البول .
- زيادة النزيف الشرجي والبواسير .
- زيادة ارتجاع المريء .
- زيادة الوزن .

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك :

- الحاجة إلى تقييم الجهاز الهضمي .
- الحاجة إلى تعديل أدوية الجهاز الهضمي .
- الحاجة إلى برنامج لتخفيف الوزن .
- الاستشارة عن مشاكل الإخراج .
- الحاجة إلى مساعدة إضافية .

الجهاز البولي/ التناسلي :

- انخفاض في وظائف الكلى .
- نقص في قدرة المثانة على استيعاب السوائل .
- زيادة احتمال الإصابة بالتهابات وحصىات الجهاز البولي .
- زيادة احتمال الإصابة بسرطان المثانة .



ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك :

- الاستشارة عن مشاكل الإخراج
- الحاجة إلى إجراء منظار للمثانة
- الحاجة إلى مساعدة إضافية

الجهاز المناعي وجهاز الغدد الصماء :

- انخفاض مستوى بعض الهرمونات (هرمون النمو والتستوستيرون والأستروجين)
- انخفاض نسبة وفعالية الأنسولين (زيادة احتمال الإصابة بالسكري)
- انخفاض فاعلية الجهاز المناعي (زيادة احتمال الإصابة بالأمراض)



ماذا يمكن أن تعمل؟

- ناقش مع طبيبك الحاجة إلى استخدام أو تعديل بعض الأدوية .

الجلد :

- انخفاض الكولاجين ومرونة الجلد
- زيادة التشققات والتقرحات

ماذا يمكن أن تعمل؟

ناقش مع طبيبك :

- الحاجة إلى تقييم طريقة استخدام الأدوات المساعدة
- الحاجة إلى تعديل الأجهزة المساعدة

وقم بـ :

- o زيادة النشاط البدني
- o التوقف عن التدخين
- o عدم التعرض لدرجات الحرارة المرتفع
- o حماية الجلد من التعرض للإصابات المباشرة

تنبيه: يرجى زيارة طبيبك للحصول على مزيد من المعلومات

لأن الوعي وقاية

إدارة التثقيف الصحي

قسم العلاج الطبيعي تحت مستشفى التأهيل

HEM1.20.0001042

R2-CCCM-CPAVA-200425-AM