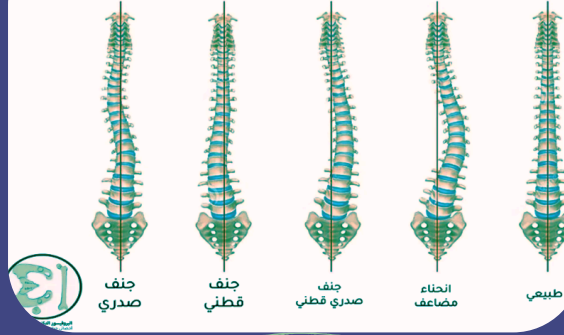


## الْجَنْفُ عِنْدَ الْأَطْفَالِ وَالْمَرَاهِقِينَ



**الْجَنْفُ:** هو انحناءٌ غيرٌ طبيعيٌّ في العمود الفقري يحدث غالباً خلال فترة النمو السريع قبل سن البلوغ. يمكن أن يتخذ العمود الفقري شكل حرف "S" أو "C" بدلاً من أن يكون مستقيماً.

### أنواع الجنف



### أسباب الجنف

في معظم الحالات، يكون سببُ الجنف مجهولاً (غير معروف) ويواصل الباحثون دراسة الأسباب المحتملة للجنف ويعتقدون أنَّ مجموعةً من العوامل قد تؤدي إلى حدوثِ اضطرابٍ. وتشمل هذه العواملُ:-  
• الجينات.  
• الهرمونات.

• التغيرات في بنية الخلية.

يحدثُ الجنف عندَ بعض الأطفال، بسببِ مرضٍ أو اضطرابٍ، أو صدمةٍ في انحناء العمود الفقري. مثل:

• العوامل الخَلَقِيَّة، التي تحدثُ أثناء نموِّ العمود الفقري عندما يكونُ الطُفْلُ في الرَّحْمِ، مما يؤدي إلى انحناء العمود الفقري.

• الأمراض الوراثية، التي تنتجُ عن تغيراتٍ تحدثُ في جينٍ واحدٍ أو أكثر.

• إصابة العمود الفقري، وعادة ما تكونُ بسببِ صدمةٍ في العمود الفقري أو الظهر.

• الأمراض العصبية العضلية، التي تؤثرُ على الأعصاب التي ترسلُ الرسائل إلى العضلات، ممَّا يؤدي إلى ضعفِ العضلات وفقدانها.

• الورم، الذي يمكنُ أن يُسببَ تغيراتٍ جسيمةً في العمود الفقري.

يُمْكِنُ لَأَيِّ شَخْصٍ أَنْ يُصَابَ بِالْجَنْفِ. إِلَّا أَنَّهُ يَحْدُثُ عَادَةً عِنْدَ الْأَطْفَالِ الَّذِينَ تَبْلُغُ أَعْمَارُهُمْ 11 عَامًا أَوْ أَكْثَرَ، وَتُعْتَبَرُ الْفَتَيَاتُ أَكْثَرَ عُرْضَةً لِلْإِصَابَةِ بِهِ. كَمَا أَنَّ الْجَنْفَ ذُو مِيلٍ وَرَاثِي مَعِين.

### الأعراض:

- ▶ انحناء واضح في الظهر.
- ▶ أحد الوركين أعلى من الآخر.
- ▶ أحد جانبي القفص الصدري أعلى من الآخر عند الانحناء للأمام.
- ▶ ارتفاع أحد الكتفين عن الآخر حيث يكونُ أحد لوحَي الكتف (في الجزء العلوي من الظهر) أكثر بروزاً أو وضوحاً من الآخر.
- ▶ اختلال في مستوى الخصر.
- ▶ آلام في الظهر (خاصة في الحالات الشديدة).
- ▶ وفي حالاتٍ نادرةٍ، قد يصابُ بعضُ الأطفال بصعوبةٍ في التنفيس إذا كان الانحناء شديداً

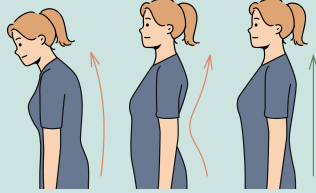
### أعراض الجنف



## الوقاية من الجنف:

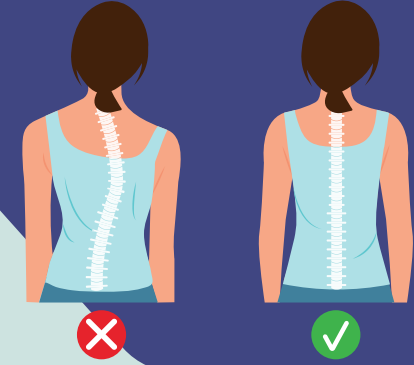
لا يمكن الوقاية من الإصابة بالجنف، هناك بعض التدابير الوقائية التي يمكن اتخاذها لمنع تطور هذه الحالة أو تفاقمها لدى المرضى، مثل:

- الدعامة أو التجبير لفترات صغيرة في حالة وجود أعراض هذه الحالة للسماح بتثبيت عضلات الظهر.
- ممارسة التمارين الرياضية بانتظام لضمان حركة موحدة للجسم.
- الحفاظ على وضعية جيدة في جميع الأوقات.



## العلاج:

- المراقبة والمتابعة: في الحالات البسيطة.
- الدعامة (Corset): تُستخدم إذا كانت زاوية الانحناء تتراوح بين 20-40 درجة وتساعد في منع تفاقم الانحناء.
- العلاج الطبيعي: لتحسين قوة العضلات وتخفيف الألم.
- الجراحة: تُجرى في الحالات الشديدة (زاوية أكبر من 45-50 درجة) لتصحيح الانحناء.



## تتضمن أهداف علاج الجنف ما يلي:-

1. إيقاف أو إبطاء انحناء العمود الفقري من التقدم.
2. منع أو تقليل الألم.
3. منع أو إدارة أي مشاكل في الجهاز التنفسي قد تتطور بسبب الانحناء.
4. المساعدة في تحسين الوضع.
5. المساعدة في تحسين نوعية الحياة.

## التشخيص:

- الفحص السريري: يطلب الطبيب من الطفل الانحناء للأمام لفحص الانحناء.
- الأشعة السينية (X-ray): لتحديد زاوية الانحناء (زاوية كوب).
- التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI): للتأكد من عدم وجود مشاكل عصبية.

## النصائح:

1. المتابعة الدورية: للتأكد من عدم تفاقم الانحناء.
2. التمارين الرياضية: مثل تمارين تقوية العضلات الأساسية وتحسين المرونة.
3. الدعم النفسي: خاصة في حالات الجنف الشديد لتقليل التأثير على الثقة بالنفس.

