

למה אני כבר לא יכול ללכת?

היצרות תעלת השדרה המותנית

מאת : ד"ר עמית קרן

אחת התלונות השכיחות בפניה לרופא היא ירידה ביכולת ובמרחק ההליכה. מעבר לירידה בכושר הגופני, סיבות רפואיות רבות ומגוונות עשויות להוביל לתלונה זו.

אחד המצבים השכיחים אשר עשויים לגרום לתלונות אלא נובע מבעיה ניוונית (דגנרטיבית) בעמוד השדרה הרוב המותני.

עמוד השדרה הינו מבנה גרמי המורכב מחוליות על גרמיות המחוברות בניהן ע"י מפרקים ורצועות. תפקידו העיקריים הם לאפשר יציבה זקופה וחיבור פסי בין חלק הגוף העליון והתחתון, כל זאת, תוך כדי שמירה על טווחי תנועה וגמישות מירבית של חלקיו השונים.

בחלקו הפנימי של עמוד השדרה נמצאת תעלת השדרה המכילה את חוט השדרה. חלקו העליון של חוט השדרה מכיל גופי תאי עצב והוא מהווה המשך ישיר של המוח, ואילו חלקו התחתון של חוט השדרה,

המותני בעיקרו, מכיל את זנב הסוס (QAUDA EQUINA) שהוא מקלעת סיבי עצב שמקורם בחוט השדרה ומעבירים את המידע החיוני מהמוח לאברי הבטן אגן וכמובן לגפיים התחתונות.

היות וחלק זה בחוט השדרה אינו מכיל גופי תאי עצב אלא רק את שלוחותיהם לאיברים מרוחקים, בעיות באיזור זה בעלות מאפיינים שונים ומשמעות רפואית שונה מפגיעה באיזורי חוט גבוהים יותר, ומתבטאים בדרך כלל כבעיות אכות חיים.

עם השנים, גופינו עובר שינויים ניוונים ושחיקה (דגנרציה), דרגת שינויים אלו מושפעת ממספר רב של גורמים אישיים וכנראה תלוי גם באורחות חיים ועיסוק. שינויים אילו אינם פוסחים גם על עמוד השדרה. ככלל, איזורים ניידים נשחקים ועוברים שינויים ניוונים מהר יותר ובאופן בולט יותר מאיזורים יציבים וחסרי תנועה. שינויים אלו מתבטאים בגידול לא תקין (היפרטרופיה) של מבנים גרמיים ורקמה רכה, כגון, רצועות (ליגמנטים) מפרקים ואף דיסקים.

עם הזמן, וככל שנמשך תהליך ההיפרטרופיה חלל תעלת השדרה הולך וקטן. תהליך זה הוא ארוך ונמשך שנים, אך בשלב מסוים מתחיל הלחץ שנוצר על העצבים העוברים בתעלת השדרה לתת אותותיו.

הביטוי העיקרי הוא פגיעה ביכולת הליכה למרחק, עקב כבדות וכאבי רגליים אשר לעיתים מלווה בכאבי גב תחתון. עם הזמן מרחק זה מתקצר באופן הדרגתי ועשוי גם להיות מטרים בודדים לפני שהאדם יחוש כאב רדימות או כבדות ברגליים. כדי להמשיך ללכת, באופן בלתי מודע האדם נשען לפניו, דבר שמגדיל אך במעט את חלל תעלת השדרה, מקל את הכאב ומאפשר הליכה למספר מטרים נוספים.

בדרגות קשות של היצרות התעלה הספינלית, הביטוי יכול להחמיר ואף להופיע במנוחה, ועשוי להתבטא ככיווצי שרירי הרגליים במיוחד בזמן השינה בלילה ובמקרי קיצון נדירים אפילו לקיפוח סוגרים.

למה הדבר דומה? לצורך הבנת התהליך נתאר לעצמינו בית חדש המחובר למערכת החשמל ע"י חוט דק בלבד. אם נדליק מנורה אחת חסכונית לא נחוש בכל בעיה, אך כאשר נפעיל צרכני חשמל כבדים כגון מייבש כביסה ומזגן, מייד "יקפוץ הפקק" והחשמל יכבה. כאשר בן אדם עם היצרות קשה של תעלת השדרה יושב או עומד, דרישת השרירים ("צרכני החשמל") נמוכה ועל כן אין כאב או מגבלה, אך כאשר ינסה אותו אדם ללכת למרחק, הגוף יגייס קבוצות שרירים נוספות, ובשלב זה מערכת העצבים לא תוכל לספק את הנדרש ממנה "הפקק יקפוץ" וכאב וכבדות רגליים יופיעו.

מצב רפואי נוסף המתבטא באופן דומה הוא מחלת כלי דם פריפרים (היקפיים, כגון בגפיים). גם במקרה זה, בשל פגיעה ביכולת מערכת הדם לספק את הצורך של השרירים בעת פעילות האדם חש בכאבי רגליים וכבדות ואילו במנוחה התלונות פוחתות. על כן יש מקום לאבחנה זהירה ומדוייקת טרם החלטה על הטיפול.

היצרות תעלת השדרה היא בראש ובראשונה בעיית איכות חיים, כאמור במקרים קיצוניים בלבד עשוי להתפתח קיפוח סוגרים וכן שיתוק חלקי הדורש שימוש בכיסא גלגלים.

הטיפולים בהיצרות התעלה מגוונים ותלויים ברמת ההיצרות בחומרת התלונות ובצורך התפקודי של אדם.

אפשרויות הטיפול השמרני מתבססות על טיפול תרופתי נוגד כאב ודלקת, תרופות פומיות ואף הזרקות אפידורליות של סטרואידים לתעלת השדרה. הרציונל העומד מאחורי טיפולים אלו מתבסס על כך שחלק מהלחץ נובע מבצקת של העצבים כחלק מתהליך דלקתי, ועל כן הפחתת הדלקת תוריד מהבצקת ותשחרר מעט מן הלחץ.

פסיותרפיה ורפואה משלימה לסוגיה עשויים אף הם לסייע לתלונות ע"י לימוד יציבה נכונה חיזוק שרירים שיפור טווחי תנועות ועוד.

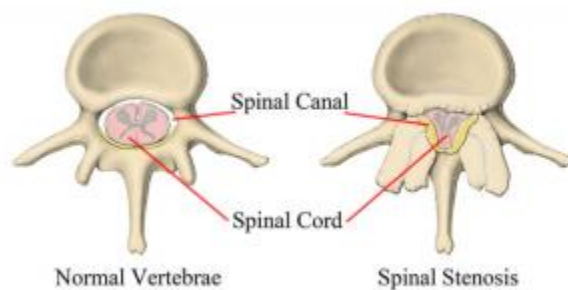
מרמת חומרה מסויימת, יכולת הטיפול השמרני להביא מזור לתלונות היא מאד מוגבלת.

בשלב זה, תוך שיתוף מלא של המטופל נשקול טיפול ניתוחי. מטרת הטיפולים בכלל והניתוח בפרט איננה "להבריא" את האדם היות ומדובר בשינויי שחיקה ולא ניתן "להחזיר את הגלגל לאחור".

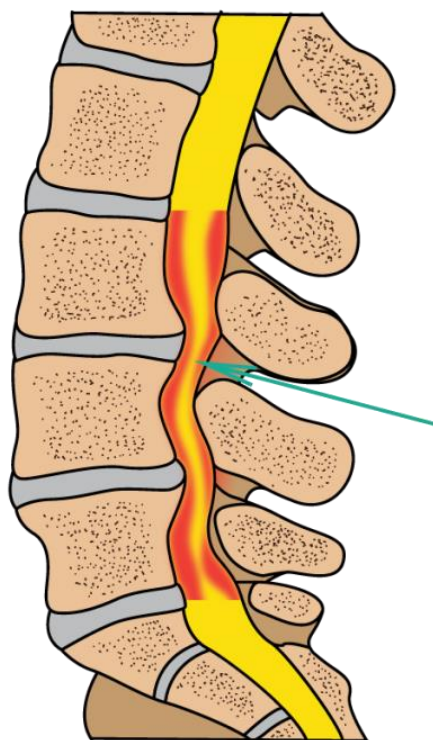
במהלך הניתוח מתבצע שחרור הלחץ מהעצבים העוברים ויוצאים מתעלת השדרה ע"י כריתת עצם ורקמה רכה המהווים גורם לחץ על העצבים, ובכך ולאפשר שוב הליכה למרחק ללא כאבי רגליים. הטיפול הניתוחי יכול להתבצע במספר דרכים ועשוי לכלול גם איחוי של חוליות הדורש קיבוע עם משתלים. מטרת הקיבוע היא למנוע חוסר יציבות בין חוליות אשר מחריף את ההיצרות וכתוצאה מכך את הלחץ על העצבים וכמובן את כאבי הגב התחתון.

באופן יחסי, ניתוח שחרור לחץ (דקומפרסיה) איננו ניתוח גדול ולאחר שחרור לחץ בגובה אחד-שניים בעמוד השדרה, המטופל יחוש הקלה ניכרת בתלונות ובדרך כלל ישוחרר לאחר ימים ספורים לביתו ויתחיל לחזור בהדרגה לשגרת חיו.

תעלת השדרה



חוט השדרה



תעלת השדרה מוצרת עם לחץ על
"זנב הסוס"

סריקת MRI של חולה עם היצרות תעלת השדרה בהשוואר לתעלה תקינה

