

### כשהכתף קופאת על מקומה

"כתף קפואה היא אחת התופעות הקיימות אצל אנשים בסביבות גיל 50. באנגלית אף קוראים לתופעה לעיתים the fifty years old shoulder (הכתף בת החמישים). בשל הבעיה יש הגבלת תנועה וכאב משמעותי באיזור הכתף". ד"ר מיכאל תמר, מנהל שירות ניתוחי הכתף ומומחה לכירורגיה אורתופדית בבית החולים מעיני הישועה, בשיחה מרתקת על הדרכים האולטימטיביות לטיפול בכאבי כתף.

אני בת 45, לפני שנה החלו לי כאבים בכתף, הרופא האורתופד אבחן כתף קפואה והמליץ לי על פיזיותרפיה ועל טיפול תרופתי בנוגדי כאבים, אך עדיין הכאבים לא מרפים ואינני רואה שיפור משמעותי. האם יש דרך נוספת לטיפול בכאבים הללו?



ד"ר מיכאל תמר, מנהל שירות ניתוחי הכתף בבית החולים מעיני הישועה ומומחה לכירורגיה אורתופדית, משיב:



רפואת הכתף מכילה קטגוריות רבות, המאפיינות חתכי גיל שונים. כתף קפואה היא אחת התופעות הקיימות אצל אנשים בני 40-50 ומעלה. התופעה יוצרת הגבלת תנועה וכאב משמעותי באיזור הכתף.

ראוי לציין כי לאחרונה פתחנו שירות חדש ויחודי - מרפאת כאב לכתף. המרפאה מיועדת לאנשים הסובלים מכאבים בכתף, מגיל הנערות והלאה. לאחר בדיקה ואבחנה, המטופלים מגיעים עם הפניה מקופות החולים, מטעמי או ממרפאות החוץ שלנו, ומקבלים זריקה לכתף תחת הכוונת שיקוף בהתאם לאבחנה. הזריקה כוללת לרוב משככי כאבים קצרי טווח וארוכי טווח יחד עם סטרואידים, במטרה להפחית כאבים באופן ממוקד. הכוונת השיקוף מאפשרת לנו להיות מדויקים ובטוחים כי התרופה הגיעה למקום הנכון כך שהחלמה תהיה אופטימלית. הזרקה יעודית לכתף תחת שיקוף. מדובר בשיקוף בעל קרינה נמוכה, המאפשר לנו לדעת בזמן אמת לאילו נקודות באיזור הכתף נכנס חומר הזריקה, וכך לספק טיפול יותר ממוקד ונכון, שיביא בס"ד להחלמה טובה ולתוצאות הרצויות. הזריקה ניתנת במקום ולאחריה ניתן לשוב הביתה.

קיימות זריקות שונות שנעשות בכתף במסגרת מרפאה זו, וכמובן שכל מטופל שונה מרעהו, וכך הטיפול מותאם בהתאם למטופל. לדוגמה: ישנן נקודות שונות בכתף אליהן ניתן להזריק, וכן ניתן גם לעשות חסמים עצביים (בלוק עצבי) בכתף כחלק מהטיפול להפחתת הכאבים. הזריקה מיועדת עבור אנשים שאינם יכולים לעבור ניתוח כתף או כאלו הסובלים מכתף קפואה. בתופעה זו, ברובם המוחלט, אין צורך בניתוח, וההחלמה הגורפת היא לטפל בעזרת הידרותרפיה ופיזיותרפיה, עד שהכאב והכתף ישתחררו וישתפרו בטווחי ההפעלה. הזריקה מיועדת למצבים בהם הכאב משמעותי והטיפול התרופתי בנוגדי כאבים אינו מספק הטבה מספקת ונדרש פתרון שיקטע את הכאבים. בדרך כלל, הזריקות שוברות את מעגל הכאב והגוף מצליח מנקודה זו להתחיל מחדש בריפוי. הכאב מופחת דרמטית ב"ה, כאשר המטופלים יכולים לתפקד מיד אחר כך, להניע את היד ולהמשיך בחיי שיגרה, עם המלצה להמשיך בפיזיותרפיה ובהידרותרפיה.

כאמור, הזריקה ניתנת לאחר אבחנה לגבי סיבת הכאב, כאשר המטופלים מגיעים למרפאת הכאב שלנו לאחר אבחנה ברורה והפניה לזריקה. עם זאת, אנו מאפשרים תמיד לערוך בירור במרפאת החוץ שלנו או ביחידה, בה אנו יכולים לתת דיאגנוזה, להפנות לטיפולים השונים, ובין היתר לבדוק את סיבת הכאב ולהתאים את הזריקה הנכונה לגורם הכאב. חשוב לציין, כי בתקופה זו אנו פועלים לפתוח שירותים נוספים בתחום הכתף, לטובת כלל המטופלים. כך שכל נושא הכתף יקבל מענה מקצועי ואיכותי תחת קורת גג אחת.

הזריקות הניתנות במקום מכילות תמהיל של חומר ארוך טווח, שהשפעתו מתחילה לאחר יום-יומיים, יחד עם חומר לטווח קצר, המתחיל להשפיע תוך מספר שעות, כך שהאפקט מתקבל מיד לאחר הזריקה, התוצאה מיידית, התחושה של המטופלים והפידיבק שאנו מקבלים מעולים.

לסיכום, אם הפיזיותרפיה והתרופות אינן יעילות, אני ממליץ על חסם עצבי שיאפשר שיגרה נוחה ופעילות תקינה. אם בביקורת לאחר הזריקה רואים כי אין שיפור מספק אנו חוזרים על הבדיקות ומרחיבים את הבירור במידת הצורך. במצבים מסוימים אני ממליץ ומבצע ניתוח זעיר פולשני שנקרא ארטרוסקופיה של הכתף, במטרה לשפר את תפקוד הכתף. אחרי הניתוח הכתף משתחררת, אך עדיין חשוב לבצע טיפולי פיזיותרפיה והידרותרפיה. מדובר בניתוח קצר בן כחצי שעה, שתוצאותיו דרמטיות ב"ה, והוא מיועד אך ורק עבור מצבים קיצוניים, שנכשלו בנושא התרופות והזריקות. מיד לאחר הניתוח ניתן להפעיל את כף היד, ואין צורך במנוחה ובהחלמה, ולהיפך - הפעילות משמרת את הישגי הניתוח.

מאחל רפואה שלמה ובריאות איתנה!