

درمان تاندونیت شانه با اوزون تراپی بهترین راهکار برای برطرف کردن این عارضه بدون استفاده از روش های خطرناک همچون جراحی یا تزریق استروئیدها است. این روش از طریق تزریق مخلوطی از اوزون و اکسیژن به ناحیه آسیب دیده شانه انجام می شود. اوزون پزشکی به عنوان یک اکسیدان قوی عمل می کند و می تواند التهابات مفصل شانه را کاهش داده و بافت های آسیب دیده را بهبود ببخشد.

از جمله مزایای این روش می توان به عدم نیاز به جراحی، عدم وجود عوارض جانبی و ماندگاری نتایج در طولانی مدت اشاره کرد. با این حال، قبل از استفاده از این روش، توصیه می شود که با پزشک خود مشورت کنید و مزایا و معایب آن را به طور کامل بررسی نمایید تا تصمیم مناسبی برای درمان دردهای شما اتخاذ شود.

تاندونیت شانه چیست؟

تاندونیت شانه یا به عبارت دیگر تاندونیت روتاتور کاف، یک حالت التهابی است که معمولاً ناشی از آسیب یا فشار مکرر بر روی تاندون های شانه است. تاندون روتاتور کاف باعث حرکت شانه و بلند کردن و چرخاندن بازو می شوند.

وقتی که این تاندون ها آسیب می بینند یا دچار التهاب می شوند، علائمی مانند درد، محدودیت در حرکت و ضعف عضلات اطراف شانه ممکن است رخ دهد. این درد معمولاً در ناحیه بیرونی شانه، به ویژه زمانی که بازو بالا بلند می شود، احساس خواهد شد. در برخی موارد، درد ممکن است به زیر بازو یا حتی دست امتداد یابد.

تاندونیت شانه معمولاً ناشی از فعالیت های مکرر است که فشار زیادی بر روی تاندون های شانه ایجاد می کند. مانند حرکاتی که شامل بلند کردن اشیاء سنگین، ورزش های نامناسب برای این عارضه و تنش های مکرر در این ناحیه هستند.

علل تاندونیت شانه چیست؟

تاندونیت شانه به علت فشار و فرسایش تاندون‌ها و بورس‌های شانه در اثر استفاده مکرر از بازو، به وجود می‌آید. هنگامی که بازو بالا می‌رود، قوس کوراکو آکرومیال در برابر تاندون‌ها و بورس‌های شانه فشرده می‌شود.

این فشار مکرر و مداوم می‌تواند منجر به ساییدگی و فرسایش این تاندون‌ها و بورس‌ها و در نهایت باعث ایجاد التهاب و درد تاندونیت شانه می‌شود. انجام فعالیت‌هایی مانند پرتاب کردن، شنا کردن و انجام ورزش‌هایی که نیاز به حرکات بازو دارند نیز می‌تواند این فرآیند را تسریع و عوارض تاندونیت شانه را تشدید کند.

بیشتر بخوانید: عوارض و مزایای اوزون تراپی شانه

شایع ترین علائم تاندونیت روتاتور کاف

افرادی که درد مزمن را در ناحیه شانه احساس می‌کنند، می‌توانند از طریق علائمی متوجه شوند که آیا مبتلا به تاندونیت روتاتور کاف هستند یا خیر. مهمترین علائم تاندونیت شانه معمولاً شامل موارد زیر است:

درد در حین حرکت: شما ممکن است در زمان انجام حرکاتی مانند بلند کردن بازو، چرخش آن یا حتی حرکات روتاتوری شانه درد احساس کنید. این درد را ممکن است در ناحیه بیرونی شانه، مخصوصاً در نزدیکی تاندون‌های ملتهب حس کنید.

سفتی شانه: ناحیه اطراف تاندون‌های دچار آسیب ممکن است به لمس حساس باشد.

صدای کلیک یا ترشح غیر عادی: ممکن است هنگام حرکت شانه صداهای کلیک یا خراشیدگی احساس کنید. در نتیجه تاندونیت شانه، ترشحات غیر عادی مانند خونریزی مفرط ممکن است وجود آید.

کاهش قدرت و تحرک شانه: افراد مبتلا به تاندونیت شانه ممکن است قادر به انجام حرکات معمولی خود، مانند بلند کردن اشیاء سنگین یا حتی دست زدن به سر، نباشند. این امر می‌تواند به دلیل کاهش قدرت و تحرک در اطراف شانه باشد.

درد مزمن: درد ممکن است پس از فعالیت‌های روزانه مانند خم شدن، بلند کردن و حرکت بازو تا حتی در استراحت احساس شود و به مرور زمان شدت بیشتری پیدا کند.

فرایند درمان تاندونیت شانه با اوزون تراپی

درمان تاندونیت شانه با اوزون تراپی بهترین راهکار برای زحف بدون عارضه این بیماری است. اوزون تراپی درمانی است که از تزریق مخلوطی از اکسیژن و اوزون به بخش‌های مختلف بدن برای درمان دردها و التهاب‌های مزمن استفاده می‌کند. در مورد تاندونیت شانه، اوزون تراپی می‌تواند با افزایش اکسیژن، به کاهش درد و التهاب شانه کمک کند.

این روش می‌تواند منجر به بهبود عملکرد و ترمیم تاندون‌های ملتهب و در نتیجه باعث درمان سریع‌تر دردهای مزمن مرتبط با تاندونیت شانه شود. فایده دیگر اوزون تراپی این است که به عنوان یک روش غیر تهاجمی، بدون نیاز به عمل جراحی برای درمان استفاده می‌شود.

مزایای درمان تاندونیت شانه با اوزون تراپی

اوزون تراپی با تزریق اوزون و اکسیژن به تاندون روتاتور کاف اعمال می‌شود. این روش با ارسال سیگنال به سلول‌های بنیادی بدن برای تحریک فرایند بازسازی بافت‌ها، به التیام و رفع آسیب‌های طولانی مدت در مفاصل و ماهیچه‌ها کمک می‌کند. با درمان تاندونیت شانه از طریق اوزون تراپی، جریان خون و سطوح نیکوتین آدنین دی‌نوکلئوتید (NAD) در بدن نیز افزایش می‌یابد. NAD یکی از کلیدی‌ترین کوآنزیم‌های متابولیسم است.

بیشتر بخوانید: اوزون درمانی شانه + روش درمان

اوزون تراپی می‌تواند با کاهش و رفع التهاب بافت‌ها، به عنوان یک درمان ایده‌آل برای رفع التهاب تاندون شانه مورد استفاده قرار گیرد. بعلاوه این روش می‌تواند به صورت تزریقی، کمپرس یا سونای بخار اوزون به بدن وارد شود.

اوزون پزشکی نه تنها جایگزینی برای جراحی شانه است، بلکه به عنوان جایگزین مناسبی برای دارو درمانی و تزریق استروئیدها نیز عمل می‌کند. این روش می‌تواند بدون عوارض جانبی بیشتر، برای رفع دردهای مزمن و تقویت قدرت ترمیم بدن عمل کند. برای جلوگیری از عوارض جانبی این روش، توصیه می‌کنیم به پزشکان متخصص و مجرب برای شروع فرایند درمان مراجعه کنید.

خلاصه مطالب

درمان تاندونیت شانه با اوزون تراپی می‌تواند یک گزینه موثر و جایگزین برای روش‌های درمانی سنتی باشد. استفاده از اوزون درمانی باعث کاهش التهاب، تسریع فرآیند ترمیم بافت‌های آسیب دیده و کاهش درد مرتبط با تاندونیت شانه می‌شود. این روش، با تحریک سیستم ایمنی بدن و افزایش جریان خون به ناحیه روتاتور کاف شانه، بهبودی قابل توجهی را به همراه دارد.

از این اوزون تراپی می‌تواند به عنوان یک راهکار امیدبخش برای کاهش درد، بهبود توانایی حرکتی و افزایش کیفیت زندگی افراد مبتلا به تاندونیت شانه مورد استفاده قرار گیرد. اما برای کسانی که به دنبال این درمان هستند، مهم است که با پزشکان متخصص و مجرب مشورت کنند تا بهترین روش‌های و درمان‌های مناسب برای شرایط خود را انتخاب کنند. برای دریافت مشاوره‌های لازم جهت انجام مراحل درمان، می‌توانید با پزشکان مجرب کلینیک دینا در تماس باشید تا به بهترین شکل شما را راهنمایی کنند.

برای دانلود پی دی اف مقاله کلیک کنید.