

الركبة

فحص الركبة

1. التعرف والحصول على الأذن الطبي

- A. اغسل يديك أو استخدم جل كحولي.
- B. قدم نفسك للمريض.
- C. تحقق من اسم المريض وتاريخ ميلاده.
- D. احصل على الأذن والموافقة على اجراء الفحص الطبي.
- E. ضع في اعتبارك الوصي، إذا كان موجود.

2. افحص (والمريض واقف على قدميه)

ابحث عن:

- تورم (فوق الركبة، ما قبل الركبة، تحت الركبة).
- ندوب.
- تشوهات (تشوه القدم وتقوس).
- عدم التناسق في الشكل.
- التهاب احمراري للجلد.
- وهن العضلات.
- وجود كيس بيكر في الحفرة المأبضية.
- استخدام ملحقات للحركة (على سبيل المثال، عصا المشي، إطار زيمير، أو مشاية بعجلات).

3. قيم طريقة المشي

- اسأل المريض عما إذا كان يستخدم أي مساعدات للمشي. ثم اطلب منه المشي عبر الغرفة والعودة.

4 افحص (مع المريض مستلقي على الأريكة)

(أ) ابحث عن

- تشوهات (تشوه القدم وتقوس).
- انحراف الركبة.

(ب) تحقق من الشعور

- اسأل المريض عن وجود أي مناطق موضعية للألم.
 - تحقق من درجة الحرارة. قارن بين الركبتين باستخدام الجزء السفلي من يدك.
 - تحسس الارتخاء على طول خط المفصل والحفرة المأبضية.
 - اطلب من المريض ثني ركبتيه إلى زاوية 90 درجة.
 - تحسس خط المفصل والأربطة الجانبية والمرفقات والحديبة الظنبوبية واللحم الفخذي.
 - اختبار الانصباب، مع ترك الركبة مرتخية في وضع الاسترخاء.
- اختبار الانتفاخ / اختبار التديك / اختبار نزوح السوائل:** قم بتدليك السائل بقوة من الركبة الوسطى، على الحافة العلوية للركبة، على الجانب الجانبي للركبة. بعد ذلك، اسحب يدك بثبات وسرعة أسفل الركبة الجانبية. يكون الاختبار إيجابياً إذا رأيت السائل يهتز ويعيد تعبئة الجانب الأمامي للركبة (الشكل 17.1).



الشكل 17-1: عرض توضيحي لاختبار الانتفاخ / اختبار التدليك / اختبار إزاحة السوائل.

- **اختبار طرق الرضفي:** بالوقوف بجانب الأيمن للمريض، استخدم يدك اليسرى للضغط بقوة لأسفل من منتصف الفخذ إلى الحافة العلوية للرضفة. مع استناد الرضفة بثبات، انقر بخفة بيدك اليمنى. يكون الاختبار إيجابياً إذا شعرت بتردد واضح أو إذا سمعت نقرة أثناء ارتداد الرضفة عن عظم الفخذ (الشكل 17.2).



الشكل 17-2: عرض توضيحي اختبار طرق الرضفي.

ج) قياس محيط الفخذ

- يتم إجراء ذلك للتحقق من هزال عضلات الفخذ (عند نقطة ثابتة فوق الحدبة الظنبوبية ، أو 10 سم فوق القطب العلوي للرضفة) (الشكل 17.3).



الشكل 17-3: قياس محيط الفخذ لهزال العضلة الرباعية.

ج) الحركة

- اختبار الحركة النشطة أولاً. إذا كانت محدودة، اختبر الحركة السلبية.
- الانتشاء (الشعور بفرقة).
- التمدد والتمدد المفرط.
- ارتفاع الساق بشكل مستقيم.

5. اختبار خاص:

ط) اختبارات السحب الأمامي والخلفي

- مع ثني ركبتَي المريض، والجلوس على قدميه أو قدميها وتحريك أسفل ساقيين إلى الأمام والخلف، والبحث عن الحركة الزائدة والترهلات الخلفية (الشكل 17.4 والشكل 17.5).



الشكل 17-4: عرض توضيحي لاختبار السحب الأمامي.



الشكل 17-5: عرض توضيحي لاختبار السحب الخلفي

- هذا يختبر استقرار الأربطة الصليبية الأمامية والخلفية.
- يمكنك أيضا التحقق من استقرار الصليب مع اختبار لوكمان، ولكن فقط إذا كنت تمتلك أيادي كبيرة. امسك الفخذ للخلف والساق من الأمام، مع شدّ المفصل عن طريق الدفع للداخل للتحقق من الرباط الصليبي الخلفي.. اعكس يديك، مع إمساك الفخذ من الأمام والساق للخلف، مع الضغط على المفصل عن طريق الدفع للداخل للتحقق من الرباط الصليبي الأمامي.

2) اختبار الأربطة الجانبية

- مع ثني ركبة المريض عند 30 درجة، اضغط على خط المفصل الأوسط والجانبية. ابحث عن التراخي الرباطي (الشكل 17.6 والشكل 17.7).



الشكل 17-6: اختبار الرباط الجانبي الإنسي لمفصل الركبة



الشكل 17-7: اختبار الرباط الجانبي الوحشي لمفصل الركبة

- 3) عرض لأداء اختبار ماكموري أو اختبار التحول المحوري (العدم الاستقرار الدوران)
- هذه غالبا ما تكون غير مريحة، وبالتالي، لا يتم إجراؤها عادة على المرضى أثناء الفحص.
 - **اختبار مكماري:** مع الوقوف على الجانب الأيمن للمريض، أمسك قدمك بيدك اليمنى وضع يدك اليسرى على الجانب الأمامي للركبة. ارفع الساق، وقم بثني الركبة وسحب الورك وتدويره داخليًا. الاختبار إيجابي لإصابة الغضروف المفصلي إذا شعرت بنقرات أو صرير أسفل يدك اليسرى (الشكل 17.8).



الشكل 17-8: عرض توضيحي لاختبار مكماري.

- **اختبار التحول المحوري:** امسك الساق بشكل مستدير داخليًا وفي وضع فالقوس، مع وضع القدم تحت ذراعك. ثني ثم مد الركبة، بحثًا عن لقمة الفخذ تتأرجح للأمام والخلف (الشكل 17.9).



الشكل 17-9: عرض توضيحي لاختبار التحول المحوري.

6. لإكمال فحص الركبة

اذكر أنك ترغب في القيام:

- بفحص مفصل الورك وفحص مفصل الكاحل.
- بإجراء فحص عصبي ووعائي مفصل للطرف السفلي.
- مراجعة اي صور أشعة ذات الصلة بالركبة.

7. اشكر المريض.

8. قم بتغطيته او تغطيتها بشكل المناسب. اسأل عما إذا كان يحتاج إلى أي مساعدة للحصول على علاج.

9. اغسل يديك.

10. إذا طلب منك ذلك أو إذا سمح لك الوقت بذلك، فقم بتلخيص النتائج التي حصلت عليها إلى الفاحص.

11. أخرج من الغرفة أو الحجرة وأغلق الباب أو الستارة خلفك.

