

تعتبر آلام الظهر من الأمراض الشائعة حيث أنه لا يكاد يوجد شخص لم يصيب بالآم في الظهر ولو مرة واحدة في العمر، كما أن نسبة المصابين بالآم أسفل الظهر تتراوح من ١٥ - ٢٠ % من عامة الناس.

ويعتبر العمود الفقري من الأجزاء الحيوية في الجسم فهو دعامة الجسم ( الهيكل ) كما يجعل من جميع الحركات المطلوبة من الذراعين والرجلين ممكنة ..

يتكون العمود الفقري من ٣٣ فقرة وتكون الفقرات القطنية وعددها خمس فقرات الجزء الأسفل من الظهر وتتصل هذه الفقرات مع بعضها عن طريق أربطة قوية من الأمام والخلف بالإضافة للعضلات التي تقوم بعمل تثبيت هذه الفقرات إضافة إلى عملها في تحريك الفقرات بشكل منتظم .



طبيب الاعشاب /  
محمد عبد السلام (الظمين)

## الظمين: إنزلاق العمود الفقري.. مرض يحرمك الحركة والمتعة

سيئة وخاطئة في الممارسة تؤدي الى حدوث خلل في وظائف الجهاز الحركي وأحيانا تعطل عمل الإنسان وتمنعه من ممارسة نشاطه اليومي، من هذه العادات الخاطئة، الجلوس على الأرض، قلة الحركة، الوزن الزائد، الجلوس لفترات طويلة سواء في مكان العمل أو الجلوس أمام الكمبيوتر، عدم ممارسة الرياضة، وقيادة السيارات فوق الأماكن الوعرة وفوق الكثبان الرملية بسرعة زائدة، حيث الاهتزازات الناتجة تكون قوية جدا وتحدث انزلاقات غضروفية في العمود الفقري وهناك ايضا اصابات الحوادث واصابات الملاعب. ويتوقف العلاج على مدى شدة الأعراض التي يشكو منها المريض، إضافة إلى درجة وامتداد الانزلاق الملاحظ. نحن في مركز العشب الأخضر نقوم بتعريف المريض بعوامل واسباب انزلاق العمود الفقري وقد تكلفت عمليات علاجهم بالنجاح والتي تمت بالعلاج الطبيعي (العلاج بالأعشاب والنباتات الطبيعية) مع تقديم بعض النصائح والارشادات لهم..

السفلى كما يزيد من تلك الآلام ضعف عضلات الظهر وازدياد الوزن.

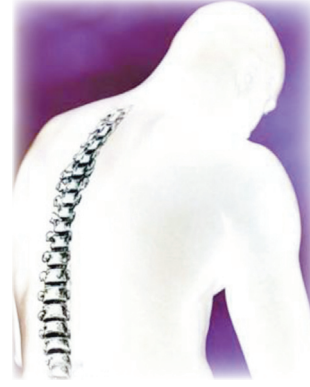
### الأعراض المرضية

- الأعراض الحسية: وهي آلام متكررة في صورة نوبات، تمتد من مكان الانزلاق إلى المنطقة التي يدها العصب المضغوط عليه (من الجلد والعضلات والمفاصل) .

- الأعراض الحركية: وتكون على هيئة ضعف العضلات واصابتها بالضمور. كما يقل توترها Tone مما ينجم عنه ضعف المنعكسات العصبية Reflexes اثناء فحصها.

ويظهر لدى مرضى الانزلاق الفقاري، سواء أكانوا أطفالا أو بالغين ألم في الظهر أو الساقين، وسلس أو كثرة التبول، أو بعض من هذه الأعراض أو كلها.

وهناك أسبابا عديدة تؤدي الى اصابة الجهاز الحركي بالقصور في عمله بشكل طبيعي، ومن هذه الاسباب ما هو مرتبط كثيرا بنمط الحياة الذي يمارسه الشخص بدءا من الجلوس مرورا بحركته اليومية وانتهاء بطريقة النوم.. ثمة عادات



وتعد آلام أسفل الظهر شائعة بين الأعمار المتوسطة، إلا أنها يمكن أن تصيب جميع الأعمار غير أن المهم هنا معرفة أن آلام أسفل الظهر تعد عرضا وليست مرضا . حيث تعد إشارة واضحة لوجود خلل ما في الجسم يحتاج للمراجعة والمتابعة وغالبا ما يلعب تعقيد العمود الفقري دورا في جعل تحديد السبب الحقيقي لهذه الآلام أمرا صعبا .

### الإنزلاق الغضروفي Vertebral Disc Prolapse

بروز الغضروف من مكانه بين الفقرات واندفاعه إلى الخلف أو الجنب (الأيمن أو الأيسر) ليضغط على النخاع الشوكي أو العصب الخارج منه والذي يطلق عليه جذر العصب Nerve Root وهذا الانزلاق قد يحدث لأي من الغضاريف الموجودة بين الفقرات ويتكون الغضروف من جزء خارجي يسمى التليف المحيطي -Annu las Fibrosis وهو يحيط بنواة مركزية تسمى Pulposus وتتكون من مادة هلامية من Gelatinous وهي بيضاوية الشكل وعادة يضم الغضروف مع تقدم السن إذ تقل السوائل في النواة المركزية ما يؤدي إلى صغر حجمها ويلقي بحمل الجسم على المفاصل بين الفقرات فيحدث فيها تلفا أو تورما ما يسفر عن آلام في الظهر والاطراف خاصة

### الطبيب: محمد عبد السلام الظمين



العشب الأخضر بصنعاء والذي يديره طبيب الأعشاب المشهور محمد عبد السلام الظمين وشكيت له ما اعانيه

واعطاني علاج من الاعشاب الطبيعية استخدمته وتحصلت على الشفا والحمد لله.

■ فيما يفيد صادق قايد حسن العثماني بقوله : عالجت كريمتي لدى الطبيب محمد عبد السلام الظمين من آلام (انزلاق العمود الفقري) وقد كانت تعاني من هذا المرض مدة سنتين وقد قمنا بزيارة العديد من المستشفيات والمراكز الصحية ولم نستفد حتى وصلنا إلى مركز العشب الأخضر واعطانا الطبيب محمد عبد السلام الظمين علاجا محضرا من الأعشاب استخدمناه وتم الشفاء بحمد الله.

محاولات  
فسي

الظمين من مرض (انزلاق العمود الفقري) والذي كان يعاني منه منذ حوالي ١٤ سنة بعد



المستشفيات والمراكز الصحية والسفر إلى الخارج ولم يتحصل على نتيجة سوى في مركز العشب الأخضر.

■ ويضيف سعيد عقبي قايد بقوله: كنت أعاني من مرض في العمود الفقري - انزلاق وقد زرت العديد من الأطباء والمستشفيات مدة إحدى عشر سنة لغرض العلاج دون فائدة وبعدها ذهبت إلى الأردن وظللت هناك شهر كامل دون فائدة حتى وصلت إلى مركز

وعن جميع المرضى ألف ألف خير. ■ ويضيف صالح عبد الله الذيباني - صنعاء - شميلة: عالجت زوجتي عند الطبيب محمد عبد السلام الظمين من مرض الظهر "العمود الفقري" بعد أن كنت ذهبت بها إلى عدة مستشفيات ولم يفيدونا بشيء حتى وصلت بها إلى



الطبيب محمد عبد السلام

الظمين الذي أعطاها العلاج المناسب وهي الآن في أتم الصحة والعافية

والحمد لله.. ■ ويقول عايش محمد حسن ناصر من محافظة الحديدة مديريةة باجل تعالج أخي عند الطبيب محمد عبد السلام

■ صدام أحمد عبد الله الشبيبي من أبناء محافظة إب - حبيش - ضلمة يفيد بقوله عالجت كريمتي لدى الطبيب محمد عبد السلام الظمين من مرض (انزلاق في العمود الفقري) وكانت تعاني منه من حوالي سنة وقد تماثلت للشفاء بحمد الله وهي الآن في أتم الصحة والعافية .

■ يقول علي حيدر المنصوري: عالجت زوجتي من انزلاق في العمود الفقري في أكثر من مستشفى وعبادة خارجية دون فائدة ولكننا وجدنا العلاج في مركز العشب الأخضر لدى الطبيب محمد عبد السلام

