

ضعف عضلاتی

اختلال عملکرد عضلانی ، یعنی ، با وجود اینکه بیمار تلاش می کند ، اما نمی تواند بطور عادی عضله اش را حرکت دهد ، که البته گاهی اوقات به علت احساس خستگی و یا درد مفاصل و یا بی حرکتی طولانی مدت ، بیمار ابراز ضعف عضلانی دارد .

❖ علل :

- ❖ اختلال عملکرد اعصاب محیطی و حرکتی
- ❖ کاهش توده ی استخوانی
- ❖ سن بالا
- ❖ از دست رفتن عضلات به علت بستری طولانی مدت در بیمارستان
- ❖ آسیب به اعصاب به علت اعمال جراحی
- ❖ اختلالات ستون فقرات و فشردگی روی نخاع
- ❖ ضایعات و تومور های مغزی و نخاعی

❖ کاهش نیروی عضلات اسکلتی

❖ انواع عفونت + سل ، روماتیسم و.....

❖ مشکلات تغذیه ای (کاهش ویتامین ب

❖ ۱۲ ، ب ۱ ، ویتامین سی)

❖ انواع تروما

❖ میوپاتی ها

❖ علایم :

❖ بستگی به این دارد که کدام عضلات

❖ تحت تاثیر قرار گرفته باشند ، در همان

❖ قسمت بیمار احساس ضعف حرکتی در

❖ اندام خود را دارد .

❖ علایم هشدار دهنده :

❖ بدتر شدن وضعیت فعلی بیمار

❖ اشکال در تنفس به علت درگیری و ضعف

❖ عضلات قفسه ی سینه

❖ وجود مشکلات جویدن ، بلع یا اختلال در

❖ صحبت کردن

❖ از دست دادن توانایی راه رفتن یا حرکت

❖ اندام ها

❖ درمان :

❖ فیزیوتراپی و کار درمانی

❖ ورزش

❖ ماساژ با روغن نارگیل و زیتون

❖ استفاده از انواع بريس طيق نظر پزشک

❖ متخصص

❖ مصرف موز ، شیر ، آجیل ، حبوبات ،

❖ فرآورده های سویا ، غلات سبوس دار ،

❖ سفیده ی تخم مرغ ، اسفناج ، جوانه ها ،

❖ انار ، تمشک ، آفتاب گردان

❖ وجود یک لیوان آب کنار غذا

❖ مصرف غذاهای نرم

❖ رعایت بهداشت دهان و دندان

❖ با شناسایی علت بیماری ضعف عضلانی

❖ امکان درمان وجود دارد. اگر ضعف به طور

❖ ناگهانی شروع و باعث اختلال در تنفس

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز



بیمارستان شهید چمران



❖ اقدامات ایمنی در منزل، از جمله برداشتن
قالیچه‌ها، استفاده از نوارهای بدون لغزش در
کف زمین، دور نگه داشتن سیم‌ها و نصب
میله‌هایی در حمام

علائم هشدار:

* در افراد مبتلا به ضعف عضلات بدن، علائم زیر
نگران کننده است:

*ضعفی که ظرف مدت چند روز شدیدتر
می‌شود.

*اشکال در تنفس

*مشکل در بالا بردن سر زمان دراز کشیدن

*مشکل در جویدن، صحبت کردن، یا بلع

*از دست دادن توانایی راه رفتن

شود، باید تنفس مصنوعی داده شود.
فیزیوتراپی و کاردرمانی به افراد بیمار
برای بهبود ضعف دائمی کمک می‌کند و از
دست دادن عملکرد را جبران می‌نماید.
فیزیوتراپی به افراد کمک می‌کند تا
قدرت عضلانی‌شان را حفظ کنند و حتی
گاهی قدرت را بازیابند.

مراقبت در منزل:

برای افرادی که ناهنجاری در راه رفتن دارند،
زمین خوردن می‌تواند در طول فعالیت‌های
اساسی مانند حمام یا کارهای خانه اتفاق بیفتد.
انجام اقداماتی برای جلوگیری از زمین خوردن
برای هر کسی که در راه رفتن مشکل دارد
حیاتی است. این اقدامات شامل

❖ وسایل کمکی و کمک‌های حرکتی، از
جمله بریس، عصا و واکر

شناسنامه ی بروشور آموزشی کد: pm-06-98-A

عنوان	ضعف عضلانی
تهیه کننده	آذر محمدی سوپروایزر آموزش سلامت
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه : ۱۴۰۱	بازبینی : ۱۴۰۵
منابع:	آنالیز گیت پری ۲۰۲۰
پزشک تایید کننده	دکتر حمید رضا فرپور
ناظر کیفی: دکتر سیدعباس رخشا	

