

## פציעות גידים מכופפים של היד.



חתך בגיד מכופף אצבע 5 בכף היד .

השרירים המכופפים את אצבעות היד נקראים פלקסורים. הם מניעים את האצבעות באמצעות גידיהם האחוזים לעצמות האצבעות. השרירים מתחילים במרפק ואמה והופכים לגידים באמה המרוחקת לפני שורש היד. בשורש היד הם עוברים בתעלה הקרפלית יחד עם העצב המדיאני ואז עוברים בתוך תעלות בתוך האצבעות כאשר רצועות (PULLEYS) מחזיקות אותם קרוב לעצמות בכדי להגביר את יעילות עבודת השרירים.

חתכים עמוקים יחסית באמה וביד עלולים לחתוך גידים אלו וכן לפגוע בכלי-דם ועצבים. החתך בעור יכול להיות קטן אך בפנים יתכן קרע חלקי או מלא בגיד. כשגיד נחתך, קצותיו מתרחקים זה מזה ואז אין אפשרות לכפוף את האצבע באופן מלא אך לעיתים אפשר חלקית כי לכל אצבע יש שני גידים מכופפים: שטחי ועמוק יותר. השטחי מכופף את הגליל האמצעי והעמוק את הגליל המרוחק. (באגודל יש רק גיד מכופף אחד). אם יש חתך חלקי, עדיין אפשר לכופף אך יש כאב ולעיתים תחושת קפיצה או אצבע הדק. חתך חלקי יכול להפוך למלא אם אינו מאובחן ומוגן או מתוקן (חתך של <math>50\%</math> צריך לתקן לרוב).

### איך מטפלים בפציעת גידים מכופפים?

הגיד הוא חומר חי ואם קצותיו יובאו זה לזה הוא יתחבר באמצעות תאים מתוך הגיד עצמו ומסביב לו. מאחר וקצוות הגיד מתרחקים זה מזה אחר חתך, הגיד לא יתרפא לבד ויש לכן צורך לנתח.

הניתוח צריך להתבצע מוקדם. אופטימאלית בימים הראשונים ולכל היותר שבועיים מהפגיעה. יש כל מיני טכניקות לתפירת גיד ואפשר להשתמש בחוטים מסוגים שונים. מקובל היום לתפור כל גיד ב-2 תפרים "אוחזים" הדורשים טכניקה מסוימת ובתפר היקפי. חתכים שונים דורשים לעיתים תיקונים מסוג שונה. חשוב לשמור את ה-PULLEYS. ואין הרבה מקום לעבודה באצבע. לעיתים קרובות צריך לטפל גם בקרע עצב סמוך. הניתוח יכול להתבצע בהרדמה אזורית או כללית.

### מהלך אחר הניתוח של תפירת גיד מכופף

יש צורך בהפעלה מסוימת של היד. לצורך זה ישנם פרוטוקולים מיוחדים של רפוי בעיסוק שנבדלים מעט זה מזה. ככלל הרעיון הוא להניע את האצבע באופן פאסיבי לכיפוף ואקטיבי ליישור ב-3-4 השבועות הראשונים בכדי למצוא את האיזון הנכון בין מתן גמישות מקסימאלית ותנועה באזור צלקת הגיד התפור ובין החשש לקרוע את התיקון בשוגג. תמיד משתמשים בסד שמגן על תיקון הגיד ומחזיק את שורש היד ואת הפרק של ה-MPJ בכיפוף (הזוויות משתנות מפרוטוקול לפרוטוקול). לאחר כחודש אפשר לכופף את האצבעות באופן אקטיבי עם מינימום כוח עדיין, לרוב עם הגנה בסד שמגביל ישור יתר ואחרי כן לקראת 6 שבועות מתחילים בכיפוף אקטיבי מעט יותר חזק ללא סד עם תרגילים לחיזוק רק אחר 10 שבועות. הריפוי נמשך כ-3 חודשים. בתקופה זאת נדרש מעקב בריפוי בעיסוק. לרוב לא שבים לעבודה פיזית למשך 3 חודשים.

### תוצאות אחר ניתוח תפירת גיד מכופף

לרוב יש הגבלה שארית קלה בטווח התנועה של האצבע. אם יש הגבלה משמעותית בתנועה זה יכול להיות בגלל הדבקות של הגיד בצלקת. רוב טווח התנועה מושג ב-3 החודשים הראשונים אך יתכן שיפור קל גם אחרי כן. אם יש תוצאה לא טובה והגבלה בתנועה הרי שלעיתים אפשר לשפר זאת בעזרת סדים מיוחדים אך לרוב נדרש ניתוח לשחרור צלקת הגיד (טנולייזיס). אם האצבע כלל לא מתכופפת וניתוח טנולייזיס לא עזר אפשר לעשות ניסיון שחזור גיד בשני שלבים כאשר בשלב הראשון משתילים גיד תותב מסיליקון שסביב לו נוצרת תעלה. ולאחר 3 חודשים לוקחים שתל גיד (על חלק מהגידים בגוף ניתן לוותר) מהיד או הרגל ושמים אותו במקום הסיליקון. זה יכול לתת טווח תנועה סביר עד טוב ברוב המקרים.