

اكتئاب شائع بين مرضى هشاشة الركبة: عوامل الخطر وتداعيات العلاج

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 26, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). اكتئاب شائع بين مرضى هشاشة الركبة: عوامل الخطر وتداعيات العلاج.
عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120054>

تخيل أنك تعاني من ألم مزمن في الركبة، يحد من حركتك ويؤثر على قدرتك على القيام بالأنشطة اليومية التي كنت تستمتع بها. قد يكون هذا الألم الجسدي مصحوباً بشعور عميق بالحزن واليأس، وهو ما قد يشير إلى وجود اكتئاب. غالباً ما يتم تجاهل الجانب النفسي للألم المزمن، ولكن دراسة حديثة تسلط الضوء على العلاقة الوثيقة بين التهاب المفاصل التنكسي في الركبة (KOA) والاكتئاب.

منهجية البحث

قام الباحث ساغارا م. وفريقه بإجراء دراسة مقطعية (cross-sectional study) شملت مجموعة من المرضى الذين يعانون من أعراض التهاب المفاصل التنكسي في الركبة. التهاب المفاصل التنكسي في الركبة هو حالة شائعة تحدث نتيجة لتدهور الغضروف في مفصل الركبة، مما يسبب الألم والتصلب وصعوبة الحركة. تم تقييم المشاركين باستخدام استبيانات لتقييم أعراض الاكتئاب، بالإضافة إلى جمع بيانات حول عوامل مختلفة مثل الجنس، ومؤشر كتلة الجسم (BMI)، وشدة الألم، والقيود الوظيفية (مدى تأثير الألم على الأنشطة اليومية)، والأمراض المصاحبة (وجود حالات صحية أخرى)، ومستوى النشاط البدني. كما تم تقييم درجة تدهور المفصل (KL grade) باستخدام التصوير بالأشعة السينية.

جمع البيانات وتحليلها

تم استخدام مقياس معياري لتقييم أعراض الاكتئاب، وهو أداة تستخدم لتحديد الأفراد الذين قد يعانون من اضطرابات مزاجية. تم تحليل البيانات إحصائياً لتحديد العوامل المرتبطة بوجود أعراض اكتئاب كبيرة سريريًا لدى المرضى الذين يعانون من التهاب المفاصل التنكسي في الركبة. ركز التحليل على تحديد العوامل التي لا يمكن تغييرها (مثل الجنس) والعوامل التي يمكن تعديلها (مثل مؤشر كتلة الجسم والنشاط البدني).

النتائج

أظهرت الدراسة أن ما يقرب من ثلث المرضى الذين يعانون من التهاب المفاصل التنكسي في الركبة يعانون من أعراض اكتئاب كبيرة سريريًا. وهذا يعني أن نسبة كبيرة من هؤلاء المرضى يعانون من مشاعر حزن ويأس وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانوا يستمتعون بها، مما يؤثر سلباً على نوعية حياتهم. لاحظ الباحثون أن نسبة الاكتئاب كانت أعلى بشكل ملحوظ بين النساء مقارنة بالرجال.

كشفت التحليلات الإحصائية عن وجود ارتباط بين الاكتئاب وعوامل متعددة. من بين العوامل التي لا يمكن تغييرها، كان الجنس الأنثوي مرتبطاً بزيادة خطر الإصابة بالاكتئاب. أما بالنسبة للعوامل التي يمكن تعديلها، فقد وجد أن ارتفاع مؤشر كتلة الجسم، وشدة الألم، والقيود الوظيفية، ووجود أمراض مصاحبة، وانخفاض النشاط البدني، كلها مرتبطة بزيادة خطر الإصابة بالاكتئاب.

من الجدير بالذكر أن الدراسة لم تجد ارتباطاً كبيراً بين درجة تدهور المفصل (KL grade) والاكتئاب. وهذا يشير إلى أن الألم والقيود الوظيفية المرتبطة بالتهاب المفاصل التنكسي في الركبة، وليس بالضرورة شدة تلف المفصل نفسه، هي التي تساهم بشكل أكبر في تطور الاكتئاب.

دلالات البحث

تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن تقييم الصحة النفسية يجب أن يكون جزءاً لا يتجزأ من الرعاية الشاملة للمرضى الذين

يعانون من التهاب المفاصل التنكسي في الركبة. فالتعامل مع الألم والقيود الوظيفية وحدهما قد لا يكون كافياً لتحسين نوعية حياة هؤلاء المرضى. من الضروري أيضاً معالجة أي أعراض اكتئاب موجودة.

يؤكد الباحثون على أهمية اتباع نهج شامل لإدارة التهاب المفاصل التنكسي في الركبة، يركز على تخفيف الألم، وزيادة النشاط البدني، ودعم الصحة النفسية. قد يشمل ذلك العلاج الطبيعي، والعلاج الدوائي، والعلاج النفسي، أو مزيج من هذه الأساليب. بالنسبة للنساء، اللاتي أظهرن خطراً أكبر للإصابة بالاكتئاب، قد يكون من المفيد توفير دعم إضافي وخدمات الصحة النفسية.

تؤكد هذه الدراسة على أن الألم المزمن ليس مجرد مشكلة جسدية، بل هو تجربة معقدة يمكن أن تؤثر بشكل كبير على الصحة النفسية. من خلال الاعتراف بهذه العلاقة المتبادلة، يمكننا تقديم رعاية أفضل وأكثر فعالية للمرضى الذين يعانون من حالات مثل التهاب المفاصل التنكسي في الركبة.

Reference

Sagara M. (2025). *High prevalence of depression in symptomatic knee osteoarthritis: a cross-sectional study on risk factors and therapeutic implications*. BMC Musculoskeletal Disorders, 27(1), 89-89

DOI: [10.1186/s12891-025-09453-7](https://doi.org/10.1186/s12891-025-09453-7)