

## جراح يحدد أسباب آلام الظهر وآثارها



???? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????????????? ???  
????????? ?????? ?????? ??? ?????? ?????? ?????????????? ????????? ??  
???????? ??????????.

وقال الطبيب: "آلام الظهر ليست مشكلة لكبار السن فقط كما يعتقد الكثيرون، يمكن أن تظهر هذه الأعراض عند الشباب وحتى المراهقين... ترتبط أسباب آلام الظهر بنمط الحياة والعمل الذي تقل فيه الحركة، ويعاني منها العاملون في المكاتب والمحاسبون والجراحون وأخصائيو التجميل وغيرهم الكثير. قلة المشي والبقاء في وضعية الوقوف أو الجلوس لفترة طويلة تسبب مشكلات في الغضاريف الفقرية وقد تؤدي إلى تشوه الغضاريف مع مرور الوقت، وألم الظهر قد يكون مؤشرا لبداية هذه المشكلات، لذا يجب مراجعة الطبيب في حال لاحظ الشخص أنه يعاني من آلام متكررة في منطقة الظهر".

????????: "????? ?????? ?? ?? ?????? ?????????? ?????????? ?????????? ?? ??????  
?? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????????? ?????????? ?????? ???

????????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ????  
???????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ????  
???????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ????  
???????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ????  
???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ??  
????????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ?"  
???????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ????  
???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ??  
???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ??  
???????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? (??? ???? ???? ?  
?????)? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ????  
?? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ??  
????????? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ???? ?