

محتوى من /blog/proctalgia-fugax/

ألم المستقيم العابر (Proctalgia Fugax): آلام مفاجئة في المستقيم - ما هو السبب؟



هل تعاني من تشنجات مفاجئة وشديدة في المستقيم تختفي بنفس السرعة التي ظهرت بها؟ لست وحدك. يعاني الكثيرون من **ألم المستقيم العابر (proctalgia fugax)**، وهي حالة تتميز بآلام حادة في منطقة المستقيم، وغالباً ما تحدث أثناء الليل أو في أوقات الراحة.

على الرغم من أن الألم يمكن أن يكون مخيفاً، إلا أن الحالة عادة ما تكون غير ضارة. ولكن متى يجب التفكير في إجراء **فحص للأمعاء** لاستبعاد الأسباب الأخرى؟ في هذا المنشور، نلقي نظرة فاحصة على الأعراض، الأسباب، والعلاج القائم على الأدلة.

ما هو ألم المستقيم العابر؟

يُعرَّف ألم المستقيم العابر بأنه نوبات قصيرة من الألم الشديد في منطقة المستقيم والشرج (Anorectal). من المرجح أن يكون الألم ناتجاً عن تشنجات في العضلة العاصرة أو عضلات قاع الحوض.

الأعراض الشائعة:

- **شدة مفاجئة:** يبدأ الألم دون سابق إنذار.
- **مدة قصيرة:** تستمر النوبات عادةً من بضعة ثوانٍ وحتى 30 دقيقة.
- **نوبات ليلية:** من الشائع جداً الاستيقاظ من النوم بسبب الألم.
- **فترات خالية من الألم:** لا توجد أعراض بين النوبات.

متى يكون فحص الأمعاء ضرورياً؟

على الرغم من أن الحالة في حد ذاتها حميدة، إلا أنه من المهم استبعاد الأمراض الكامنة إذا تغيرت طبيعة **آلام المستقيم** لديك. غالباً ما يقوم الطبيب بتقييم ما إذا كانت هناك حاجة لإجراء فحص بالمنظار ([منظار القولون السيني](#) أو منظار القولون الكامل).

يجب عليك استشارة الطبيب لإجراء فحص للأمعاء إذا واجهت:

1. دمًا في البراز.
2. فقداناً غير مبرر للوزن.
3. تغييراً في عادات الإخراج لفترة طويلة.
4. آلاماً لا تختفي بسرعة (آلام مستمرة).

الأسباب وعوامل الخطر

السبب الدقيق لألم المستقيم العابر لا يزال غير معروف، لكن الأبحاث تشير إلى وجود خلل وظيفي في العضلة العاصرة الشرجية الداخلية. كما تبين أن التوتر والقلق يمكن أن يحفزا النوبات أو يزيدا من وتيرتها.

هل تعلم؟ تشير الدراسات إلى أن ألم المستقيم العابر يصيب ما بين 8% و18% من السكان في مرحلة ما من حياتهم، لكن الكثيرين لا يستشيرون الطبيب أبداً.

خيارات العلاج: ماذا يقول العلم؟

بما أن النوبات قصيرة المدى، فمن النادر أن يبدأ مفعول الأدوية قبل اختفاء الألم. ومع ذلك، توجد استراتيجيات وقائية وحادة:

- **الاسترخاء:** الحمامات الدافئة أو تمارين قاع الحوض يمكن أن تساعد في تخفيف التشنج.
- **العلاج الموضعي:** المراهم التي تحتوي على النيتروجليسرين أو حاصرات قنوات الكالسيوم يمكن أن تقلل في بعض الحالات الضغط في العضلة العاصرة.
- **سالبوتامول الاستنشاق:** أظهرت بعض الدراسات أن أدوية الربو (سالبوتامول) يمكن أن تقصر مدة الألم.

المراجع العلمية (PubMed)

لضمان أعلى درجات المصداقية المهنية، إليكم المصادر المستخدمة في هذا المقال:

Takano M. *Proctalgia fugax: caused by abnormal forcing of the levator ani muscle.* J Anus. 1 Rectum Colon. 2017. [PMID: 31768393](#)

Jeyarajah S, et al. *Proctalgia fugax, an evidence-based management algorithm.* Z Gastroenterol. 2010. [PMID: 20641041](#)

Grimes WR, Stratton M. *Proctalgia Fugax.* StatPearls [Internet]. 2023. [PMID: 28846324](#) .3

كافة الحقوق محفوظة لعيادة Kirurgen.dk