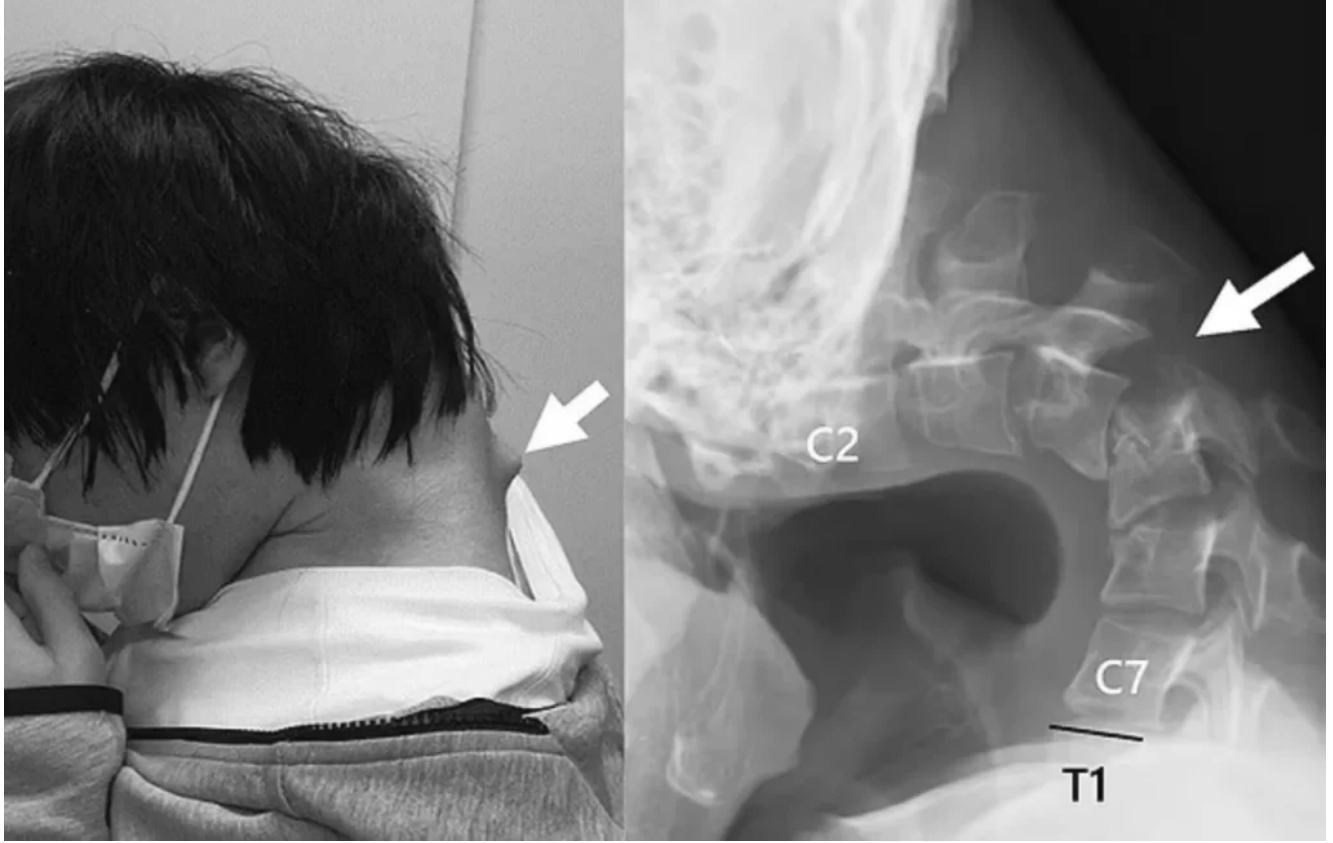


تحذيرات من الإصابة بمتلازمة خطيرة بسبب الهاتف

25 مايو، 2025



حذّر الباحثون بمركز "أويتا" الياباني لجراحات تقويم العظام، من مخاطر الوضعيات الخاطئة المرتبطة بالاستخدام المفرط للهواتف الذكية، بعد تسجيل حالة نادرة لشاب بريطاني أصيب بما يُعرف بـ"متلازمة الرأس المتدلي".

أمضى فترات طويلة منحنياً أثناء اللعب

وأفاد الباحثون في دراستهم المنشورة بدورية "JOS Case Reports" الطبية، أن الشاب أمضى فترات طويلة منحنياً على هاتفه أثناء اللعب، ما أدى إلى تلف عضلي تدريجي تطلب علاجاً فيزيائياً مكثفًا، مؤكدين أن هذه الحالات بدأت تظهر بشكل متزايد بين الشباب والمراهقين.

وتطلبت الحالة علاجاً طويلاً يشمل تمارين تقوية عضلات الرقبة، وتصحيح وضعية الجلوس، إضافة إلى فترات راحة منتظمة خلال استخدام الأجهزة المحمولة، لتجنب تفاقم الأعراض أو تحويلها إلى تلف عضلي

دائم.

ودعا الخبراء إلى التوعية بمخاطر ما يُعرف بـ"عنق الهاتف الذكي"،
وضرورة اعتماد وضعيات صحية، خصوصًا لدى الأطفال واليافعين، وسط
انتشار الألعاب الإلكترونية وساعات الاستخدام الطويلة للأجهزة
الذكية.