



وزارة الصحة
Ministry of Health

التصلب المتعدد
Multiple Sclerosis



worldMSday
www.worldmsday.org

رسالة من مريض



المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

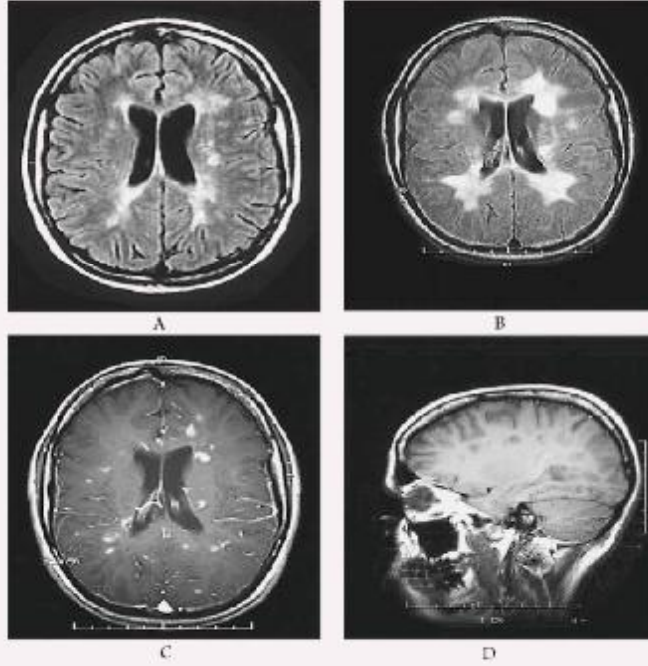
الحمد لله رب العالمين . حمدأ كثيرا طيباً مباركاً فيه . كما ينبغي لجلال وجه ربنا وعظيم سلطانه . احمده والتوفيق لله من نعمه . واشكره تعالى و الشكر كقيل بالمزيد من فضله وكرمه وقسمه . واستخرد وأتوب إليه من الذنوب التي توجب زوال نعمه وحلول نقمه . وصلى الله وسلم على سيدنا وحبينا وقدوتنا محمد المبعوث ورحمة للعالمين وعلى آله وصحبه وسلم تسليماً كثيراً .

أما بعد :

في هذا الكتيب الصغير حاولنا توضيح مرض التصلب المتعدد وجهل شريحة كبير من الناس بهذا المرض كوننا نحن مريضتان سوف يكون توضيحنا لهذا المرض مشهور لأنه عن تجريه وإحساس وشعور ونتمنى من الله عز وجل ان نلقى علاج لهذا المرض .
الله يشفي جميع المرضى

الأقوى دائماً , شمرية

التصلب المتعدد Multiple Sclerosis



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

{ يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ }

سورة يونس (٥٧)

{ وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا }

سورة الإسراء (٨٢)

قال رسول الله صلى الله عليه واله وسلم

(مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم مثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر

الجسد بالسهر والحمى



معلومه عامه

الجلوتين

هو اسم عام للبروتينات المخزنة الموجودة في بعض الحبوب مثل (القمح - الشعير - الشوفان - الجاودار) ولهذه

البروتينات أسماء خاصة بها

ففي القمح يسمى الجليادين (Gliadin)

وفي الشعير يسمى الهوردن (Horden)

وفي الشوفان يسمى افنين (Avenin)

وفي الجاودار يسمى سكالين (Secalin)

هذه البروتينات هي التي تعطي هذه الحبوب خاصية اللزوجة والتمدد والانتفاخ

هذه البروتينات هي التي تعطي هذه الحبوب خاصية اللزوجة والتمدد والانتفاخ



التحسس من بروتين الجلوتين

التحسس من بروتين الجلوتين الموجود في القمح ومشتقاته مصاب به كثير من الناس وله اعراض كثيرة لكن اكثر الناس لا يعلمون انهم مصابون بهذا المرض خصوصا انه سبب كثير من المشاكل التي يعاني منها الكبار والصغار واذكر منها العقم والتهاب الاعصاب والمفاصل والاكتئاب وتساقط الشعر وضعف النظر وغيرها كثير جدا والاعراض تختلف من شخص لآخر وقد وجد ان الاطفال المصابين بالتوحد تتحسن حالتهم بعد ان عمل لهم حمية عن الجلوتين بل ان بعضهم شفي تماما

من مضاعفات المرض المزمنه

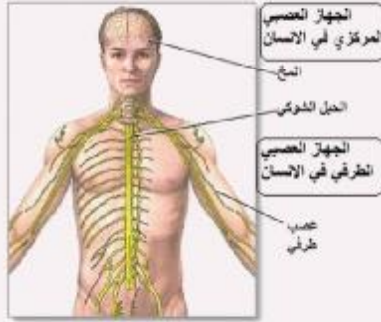
اعتلالات عصبية Neurological disorders وتشنجات Seizures.
وقد يسبب تناول المرضى الذي يعانون من تحسس من مادة الغلوتين لمنتجات القمح حساسية جلدية Dermatitis herpetiform التي من أهم أعراضها طفح جلدي وحكة وتقرح الجلد

الآن سوف نتكلم عن التصلب المتعدد

التعريف التصلب المتعدد

عد مرض التصلب المتعدد من أكثر الأمراض شيوعاً التي تصيب الجهاز العصبي المركزي - المكون من الدماغ والحبل الشوكي. وهو مرض التهابي مزيل لصفائح الميلين (التخامين) المغطية للأعصاب. وهي عبارة عن مادة دهنية تحمي وتساعد على سرعة إيصال الإشارات العصبية من المخ إلى أجزاء الجسم . مما يساعد على تحرك الجسم بشكل طبيعي

يتكون الجهاز العصبي لجسم الإنسان من جزئين رئيسيين :



1- الجهاز العصبي المركزي:

ويشمل المخ والمخيخ والنخاع الشوكي.

2- الجهاز العصبي الطرفي:

ويشمل مجموع الأعصاب التي تنقل الإشارات العصبية الكهربائية من وإلى الجهاز العصبي المركزي. وهي تشكل شبكة طويلة وممتدة من المسارات العصبية التي تتيح الفرصة للمخ والحبل الشوكي السيطرة على أجهزة الجسم ووظائفها المختلفة

التصلب المتعدد (Multiple Sclerosis (MS) مرض شائع عالمياً و لكن إنتشاره يختلف إختلافاً كبيراً من منطقة لأخرى و سببه غير معروف ، و هو مرض إنتهابي

وتشيع الإصابة بالتصلب المتعدد في النساء أكثر من الرجال، وفي الأجواء المعتدلة أكثر من الأجواء غير المعتدلة، وبين من ينتمون إلى أجناس شمال أوروبا . وعلى الرغم من أن مرض التصلب المتعدد للجهاز العصبي اكتشف في عام ١٨٧٠ فإنه لم يتم إنتاج دواء له حتى عام ١٩٩٠ وهو بيتافيرون (بيتا اينترفيرون (-b1، وهو اول دواء "معدل للمرض" يتم إنتاجه لعلاج الحالات الانتكاسية لمرض التصلب المتعدد للجهاز العصبي، وقد تم اعتماده بواسطة هيئة الدواء والأغذية الأمريكية تحت الاسم التجاري "بيتاسيرون" في عام ١٩٩٣. وحصل بيتافيرون على اعتماد الاتحاد الأوروبي في عام ١٩٩٥.

الأفارقة والامريكان والاسيويين معدلات الإصابة عندهم منخفضة أما الأشخاص البيض في أوروبا الشمالية تتزايد لديهم مخاطر الإصابة.

أما الطفل الذي ينتقل من أماكن تتزايد فيها مخاطر الإصابة إلى أماكن تقل فيها مخاطر الإصابة أو العكس . فإن احتمالات الإصابة تتصل بالمكان الذي انتقل إليه . . لكن إذا كان الانتقال بعد مرحلة البلوغ

الشباب الصغير عادة ما ترتبط لديه مخاطر الإصابة بالمكان الأول الذي كان يعيش فيه قبل الانتقال.

وظيفة الجهاز العصبي المركزي والمادة البيضاء في الدماغ؛

يتكون الجهاز العصبي المركزي من المخ والحبل الشوكي. وهو يعتبر المتحكم الرئيسي الذي يجعلنا نتصل بالعالم الخارجي ومن خلال الجهاز العصبي نستطيع أن نستقبل الإشارات من العالم المحيط مثل الأصوات والرائحة والطعم والشم ومن مهام الجهاز العصبي أن ينسق بين النشاطات الإرادية واللاإرادية مثل التفكير. الحركة الكلام الناطقة والنشاطات المعاكسة لها التي يعملها الجسم من دون حتى التفكير فيها.

ويتكون الجزء الخارجي من الدماغ (والذي يتكون من) نسيج من الخلايا العصبية التي تسمى بالمنطقة الرمادية ومن مهام هذه الخلايا أن ترسل الإشارات العصبية من المخ إلى أجزاء الجسم بواسطة الغمد العصبي المغطى بمادة دهنية تدعى المايلين أو النخاعين والتي تسمى كذلك بالغمدة الشمعي وبالتالي يتحرك الجسم بطريقة طبيعية وسليمة وعند إصابة هذه المنطقة المسماة بالمادة البيضاء بالتهاب فإنه يصعب عليها أن ترسل الإشارات العصبية من وإلى أجزاء الجسم وبالتالي يحدث مرض التصلب المتعدد.

ما هي الأعراض التي تحدث مع مرض التصلب المتعدد؟

إن الأعراض التي تظهر مع المرض متعددة ومختلفة من شخص إلى آخر وهي تعتمد على مكان الالتهاب الفعلي في المادة البيضاء (المايلين) في المخ وبعض من هذه الأعراض دائمة الظهور والبعض الآخر قد تحدث ثم تزول كلياً أو جزئياً تبعاً لشدة الالتهاب في المادة البيضاء وتذكر منها:-

التهاب العصب البصري المركزي

العصب المركزي في العين يتحكم في قدرة العين على الإبصار وفي خلال يوم أو يومين قد يصاب المريض بنوع من الزغللة في النظر وقد يصاحبه ألم خلف العين أو عند تحريك العين وفي بعض الأحيان يلاحظ المريض تحسن في خلال أسابيع وقد لا يكون التحسن كلياً. وقد تعاود الأعراض مرة أخرى مع الإجهاد الشديد أو الضغط النفسي الشديد أو السخونة ولكن لا يعني أن المرض قد نشط مرة أخرى. ولكنها أعراض متوقعة في هذا المرض.



الضعف في عضلات اليدين والساقين

يحتوي الجهاز العصبي على عددا كبيرا من الأعصاب الحركية التي تتحكم في الحرفة. هناك احتمال كبير أن يبدأ المرض في هذه المناطق وكثيرا ما يصاب المريض بضعف في عضلات اليدين أو الساقين في المراحل الأولى للمرض وقد يكون الضعف متعدد الأوجه فقد تتراوح بالشدة بين عدم القدرة على تحريك الأصابع أو الشلل الكامل وقد يحدث هنا على فترات يتحسن فيها المريض ثم تحدث له انتكاسة يرجع بها المريض إلى التدهور وعادة ما يحدث التدهور بشكل تدريجي أو متقطع وعادة ما يحدث في الساقين أكثر منها في اليدين وقد يحتاج المريض استعمال عكازات أو الكرسي المتحرك تبعا لشدة تدهور المرض ولحسن الحظ فإن هنا التدهور قليل الحصول وخاصة في المراحل الأولى من المرض ويستطيع ٨٠% أو أكثر من مرضى التصلب العصبي المتعدد المشي بدون مساعدة العكاز بعد تشخيص المرض بعشر سنوات أو أكثر.

الأعراض التي ترافق فقدان الإحساس

هناك عدد كبير من الأعصاب الحسية الموجودة في الجهاز العصبي المركزي والتي تتحكم في الإحساس. وكما يحدث في أعراض الضعف في اليدين والرجلين كذلك يحدث في أعراض اضطراب الإحساس فقد يحدث تدريجياً وقد يحدث على فترات تحسن تعقبها فترات انتكاسة يرجع بها المريض إلى حالات تدهور ولكن نادراً ما يفقد المريض الإحساس كلياً.

ومن الأعراض التي تحدث للمريض هو إحساس بالتنميل وقد يصاحبه إحساس بان المريض يمشي على إسفنج أو قطن أو قد يحس المريض بحرارة في الأطراف أو تنميل وهذه الأعراض قد تحدث في مناطق متعددة من الجسم في بعض الأحيان في أجزاء من الساقين أو اليدين وفي بعض الأحيان في الجزء السفلي من الجسم أو النصف الأيمن أو الأيسر في الجسم.

الإحساس بالألم

يشعر بعض المرضى المصابون بمرض التصلب المتعدد بالألم فمثلاً قد يصاحب الإحساس بالتنميل إحساس بالألم كذلك بالإضافة إلى أن من بعض الأعراض هي ألم في الوجه بسبب إصابة أحد الأعصاب الموجودة في الوجه وإذا كان المريض يعاني صعوبة في المشي فقد يصاحب ذلك ألم في مؤخرة الظهر يمتد إلى الساقين إذا ما تعرض الظهر والساقين إلى إجهاد شديد (فقدان القوة في عضلات الساقين والرجلين قد يؤدي إلى زيادة في الضغط على العضلات وهذا ما يؤدي إلى ما يسمى التصلب أو التشنج في الساقين واليدين مما يسبب ذلك ألم للمريض ومن الجدير بالذكر بأن هذه الآلام نادراً ما تكون مبرحة)

من هذه العلاجات Amitriptyline أو Carbamazepine أو Gabapentin



العضلات التي تتحكم في إخراج البول والبراز

عادة ما يحدث أن يتبول المريض من أول إحساس بان المثانة قد امتلأت أي انه لا يستطيع أن يتحكم بالمثانة في بداية الإحساس بالرغبة في التبول وقد يصاحب هذه الأعراض أعراض الإمساك ولكن هنا عادة ما يكون نادرا في المراحل الأولى من حالات التصلب المتعدد، وعند احساس المريض بهذه الأعراض يجب أن يبلغ طبيبه المعالج وذلك لاستخدام الادوية المساعدة لتحسن هذه الاعراض.
من الادوية التي توصف (mg Detrusitol)

التعب

من الأعراض المتعارف عليها في مرض التصلب المتعدد هو إحساس المريض بالإجهاد الشديد عند القيام بأي عمل بسيط وقد يشكو المريض من هذا التعب لمدة طويلة.
ومن العلاجات التي يصفها الطبيب للمريض الذي يعاني من إرهاق هو علاج amantadine وهو يساعد على الحماية ضد أمراض البرد وللأسف فإن هذا العقار لا يفيد الكثير من المرضى. وهناك 4-Aminopyridine وهو أحد العلاجات الموصوفة ولكن له أعراض جانبية مثل الإحساس بالدوخة أو الغثيان أو إحساس بالتمميل في الأصابع ولكن هذه الأعراض قد تزول بعد اخذ المريض للعلاج بفترة وجيزة.

الإحساس بالتصلب أو الشد العضلي:

تعتبر هذه المشكلة من أكثر المشاكل شيوعا وعادة ما يرافقه آلام في أجزاء من الجسم. وعلاج هذه المشكلة يعتمد على مدى قوة الإحساس بالشد أو التصلب. ففي الحالات البسيطة يفيد الإسترخاء وعمل كمادات باردة في التخفيف من حدة المشكلة، وعند التحرك يجب مراعاة أن تكون الحركة بشكل هادئ وبطيء. وفي حالات أخرى قد يعطي المريض بعض من الأدوية التي تساعد في تخفيف هذه الأعراض منها Tizanidine أو Datrolene أو Baclofen وعادة ما تعطى هذه الأدوية بجرعات قليلة في البداية ثم تزداد الجرعة تدريجيا تبعاً لتحسن المريض وإذا لم تعطى بهذه الطريقة فقد تؤدي إلى نتائج سلبية ومنها أن تسبب ضعف أو دوخة وغثيان. كما أن العلاج الطبيعي يلعب دورا مهم جدا في مساعدة العضلات ومساعدة الأرجل واليدين. كما يمكن الإستعانة بجهاز كهربائي خاص لعمل التدليك للعضلات المتصلبة.

الاتزان والتوافق في الحركة

هناك منطقة في المخ تسمى المخيخ وهذا الجزء يتحكم في حركات الجسم والتنسيق بينها ولعديها إذا كانت خاطئة والخلل في هذه المنطقة يؤدي إلى عدم الاتزان والتوافق في حركة الجسم. وخلل المخيخ (أو جذع الدماغ) قد يسبب للمريض عدم القدرة على أخذ شيء من الأشياء بصورة طبيعية أو رعشة في الأطراف أو قد لا يستطيع أن يحمل القلم بطريقة سليمة أو يكتب بطريقة سليمة وقد تكون مشيته غير متزنة وهذه الأعراض قد تحدث بشكل متدرج في التدهور أو قد تحدث على فترات تحسن يعقبها فترات انتكاسة. أما عن الأدوية الطبية قد يصف الطبيب Isoniazid أو قد يصف Carbmezapine أو Sodium valproate وهو علاج يستعمل ضد التشنجات وعادة ما يبدأ الطبيب بجرعة بسيطة وفي الحالات المتقدمة أو المتدهورة قد يلجأ الطبيب إلى التدخل الجراحي.

اضطراب في الذاكرة

قد يحس المريض الذي يعاني من هذا المريض بمشكلة في الذاكرة وقد يعاني من مشكلة في التركيز مما يجعل المريض يحس بصعوبة في إنجاز عمل واحد في وقت واحد وهذا يحدث تادرا وفي مراحل متقدمة من المرض. ولعلاج هذا النوع من المشاكل يمكن للمريض عمل التالي:

- الاستعانة بتدوين الملاحظات لتذكر الأشياء التي عليه عملها.
- التركيز على إنجاز عمل واحد ثم الانتقال للذي يليه.
- كتابة برنامج يتناسب مع طاقته لإنجاز المهام.
- عمل تدريبات لتحسين الذاكرة.
- الاستعانة بالطبيب لإيجاد الحل المناسب.



تقلبات المزاج

عادة ما يكون المريض تحت ضغط نفسي شديد بسبب التفكير في حالته، وفي مرضه المزمن مما يؤدي ذلك لإصابته بنوع من الاكتئاب النفسي وقد يظهر ذلك على شكل نوبات من المرح والضحك المتقطعة والغير مناسبة أو البكاء وقلة النوم وفقدان الشهية وانخفاض الوزن.

الاكتئاب

بعد الاكتئاب من المشاكل الشائعة عند مرضى التصلب العصبي المتعدد وقد يكون بسبب المرض نفسه أو رد فعل المريض نتيجة الإصابة بالمرض. وفي حالات الاكتئاب البسيطة فإن تحدث المريض مع شخص مقرب له كأحد أفراد عائلته أو صديق حميم موثوق به قد يكون الطريقة الفعالة في تخلي الاكتئاب. كما يمكن الاستعانة بأخصائي اجتماعي أو أخصائي نفسي لما لهم دور لعلاج هذا النوع من الأعراض. أما حالات الاكتئاب الشديدة والمتطورة فقد يصف الطبيب العلاج المضاد للاكتئاب مثل Fluoxetine أو Citalopram .

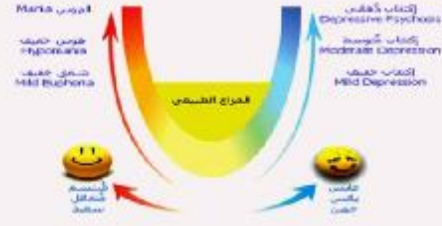
مرض اضطراب الوجدان ثنائي القطب Bipolar Affective Disorder

التعريف

هو مرض نفسي يتميز بنوبات متكررة من اضطراب المزاج واختلاف مستوى نشاط الشخص المريض بشكل ملحوظ مما يؤثر على حياة المريض. جاءت تسمية هذا الاضطراب بالوجدان ثنائي القطب، حيث أحد القطبين هو ارتفاع المزاج والنشاط الزائد والحيوية فوق العادية وهو (الهوس)، والقطب الثاني هو الانخفاض في المزاج وقلة النشاط وانخفاض الطاقة العامة والإحساس بالإجهاد عند القيام حتى بأبسط الأعمال وهو (الاكتئاب). وكثيرا ما يكون الأشخاص المبدعين كالفنانين والعلماء أكثر عرضة للإصابة بهذا المرض والمثير في الأمر أن هذه العبارة نفسها كثيرا ما تسمعا تردد على ألسنة أطباء مرضى الام اس



صورة توضيحية لتقلبات المزاج



العلاجات

➤ مضادات الاكتئاب

➤ العلاج الكهربائي

➤ العلاج النفسي أو العلاج السلوكي المعرفي

وذكر أنواع لمثبتات المزاج منها

أقراص الليثيوم (بريانييل) - أقراص ديباكين - أقراص تجريتول

أذكر اني أخذت التجريتول لأن رجلي كانت ثقيله ويمكن فيها شد يعني اللي بياخذه يستفيد مره وحده وأعراض الاضطراب ثنائي القطب لا سهل دائما تميزها عن غيرها من أعراض الحالات الأخرى الشديدة.

ففي ذروته، قد يصعب تمييز الهوس عن انفصام الشخصية .

إن من يتناولون الأمفيتامينات amphetamines أو عقاقير الكورتيزون corticosteroid drugs أو المصابين

بمرض نشاط الغدة الدرقية لديهم أعراض مشابهة لمن يدخلون في طور الهوس من المصابين بالاضطراب ثنائي

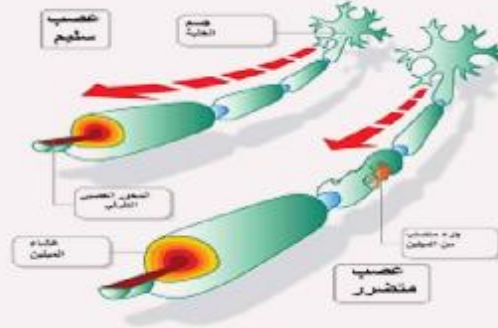
» تدعيم استقرار الحالة المزاجية وزيادة الشعور بالراحة. هناك الكثير من الأدوية التي يمكن استخدامها لهذا الاضطراب

« الاضطراب ثنائي القطب »

خلاصة الموضوع: لو أحد تطور معاه الوضع في

تقلب الحالة المزاجية لازم يقول لدكتوراه... نظرا للعلاقة بينه وبين التصلب..

صورة توضح الفرق بين عصب سليم وآخر مصاب.

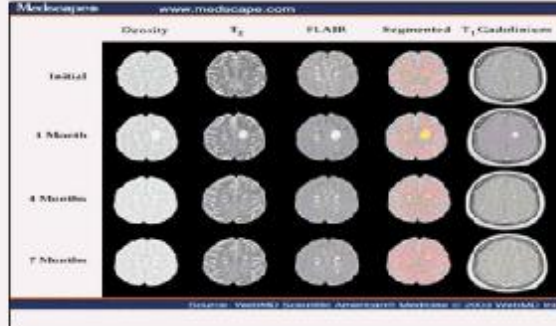


كيف يشخص مرض التصلب المتعدد؟

حتى الآن لا تعرف مسببات هذا المرض لذلك فإن تشخيص المرض قد يأخذ مدة طويلة ويحتاج إلى فحوصات دقيقة حتى يتم تشخيصه.

إذا كان المريض يعاني من أعراض المرض لمدة طويلة وعلى مدى سنوات فقد يكون التشخيص أسهل من أن يكون المريض قد بدأ الإحساس بالأعراض حديثاً وفي مرحلة البداية وتشخيص المرض لا يكون عشوائياً فإذا كان المريض قد عانى من الأعراض أنفة الذكر أو قد دخل في مراحل التدهور المتقدمة فقد يكون التشخيص أكثر دقة تأكيداً ولتحديد المرض وتشخيصه لا بد للمريض أن يمر بفحوصات دقيقة منها

1 - تصوير الدماغ بالرنين المغناطيسي MRI:



عبارة عن مجال مغناطيسي قوي يسلم على المخ والحبل الشوكي حتى يوضح الخلل في المنطقة البيضاء في المخ وللأسف الشديد أن هذا النوع من الأشعة لا تساعد على معرفة تطور الحالة ولكنها تساعد على تشخيص المرض بدقة عالية.

2 - فحص عينة من الحبل الشوكي:

وهو عبارة عن أخذ عينة من السائل المحيط بالحبل الشوكي والمخ عن طريق إبرة في الظهر تحت تخدير موضعي وهذا الفحص يوضح إذا ما كان التهاب قد أصاب بعض الخلايا ونادرا ما يشتكي المريض عند القيام بهذا الفحص بالصناع أو الدوخة وعادة ما يتلاشى ذلك بعد ساعات أو أيام قليلة.

بعد الحصول على عينة من السائل الشوكي المحيط بالمخ والحبل الشوكي يجرى الإبرة في الظهر تحت تخدير موضعي.



أنواع مرض التصلب المتعدد:

التصلب العصبي المتعدد الحميد A

بعد حالة الانتكاسة قد يعود المريض إلى حالته الطبيعية أو شبه الطبيعية ويسمى التصلب المتعدد الحميد وهو من النظرة الطبية لا يصاحبه أي نوع من الإعاقة لمدة ١٢ - ١٤ سنة. وهذا النوع من التصلب العصبي المتعدد يحدث بنسبة ١٠% - ١٥% من سجل المرضى المصابين بهذا المرض.

النوع الانتكاسي المتراجع B

وهذا النوع أكثر الأنواع شيوعا عادة ما يحدث للمريض أن يتعرض لنوبات شديدة من المرض ثم يتحسن بعدها وهذا ما يسمى بالانتكاسة (هجمة). وفي هذه الحالة عادة ما تظهر الأعراض بشكل سريع لمدة تزيد عن ٢٤ ساعة وقد تكون هي نفس الأعراض التي سبق للمريض أن تعرض لها أو قد تكون أعراض جديدة وقد لا تختفي الأعراض نهائيا وهذا ما يعني أن المريض قد بدأ في التدهور والإعاقة بطريقة تدريجية.

التصلب المتدهور الثنائي C

بعد الإصابات الأولى قد يحدث لبعض المرضى أن الأعراض لا تختفي تماما وأن كانت بعضها قد تختفي تدريجيا. وهذا يعني أن هؤلاء الأشخاص قد يبدأوا بالتدهور بشكل تدريجي. لذلك فإن معنى ثنائي هو أنه يعقب حالات الثبات الأولى وهذا النوع قد يصيب نسبة ٣٠% من مرضى التصلب المتعدد. وعادة ما يحصل بعد سنوات طويلة من المرض.

التصلب المتدهور الأولي D

إن المرض يبدأ بالتدهور منذ البداية وقد تثبت الحالة بين الحين والآخر ولكن المريض لا يتعرض لمراحل تحسن وهذا النوع يحدث بنسبة ٥ - ١٥% من مرضى الأعصاب.

ما هو سبب حدوث الانتكاسة ؟

تحدث الانتكاسة لأسباب مختلفة.

- والبعض قد لا يعرف لها أسباب ويمكن تحديد بعضها هي ما يلي:
- ١- قد يحدث بسبب تعرض المريض إلى فترة اكتئاب أو غضب شديد أو بسبب تعرضه إلى مجهود عضلي أو نفسي شديد .
 - ٢- الإجهاد الشديد أو تعرض المريض لحرارة شديدة قد تسبب بعض الأعراض لفترة وجيزة في بعض مرضى التصلب العصبي المتعدد قد يسبب لهم نوع من الانتكاسة .
 - ٣- قد يسبب تعرض المريض للأفلوتزا بعض أعراض المرض لذلك ينصح الطبيب بأخذ تطعيم ضد الأفلوتزا حتى يتجنب هذه المشاكل .

كيف تعالج الانتكاسة ؟

•الكورتيزون

العلاج بجرعة كبيرة منه لمدة ٣ - ٥ أيام والكورتيزون يحد من الهجمة فهو علاج وقتي

•انترفيرون Interferon

وهو عادة ما يساعد على تقليل سرعة تدهور المرض والالتهابات عند مرضى التصلب المتعدد . وله نوعان

• Interferon beta -1 a

• Interferon beta -1 b

وكلاهما يساعد في تقليل عدد الهجمات وشدتها عند المرضى بنسبة ٣٠% إلى ٤٠% عند بعض الأشخاص وقد أثبتت بعض الدراسات على هذا العلاج انه يساعد على تقليل حدة التدهور وبالتالي الإعاقة .
الانترفيرون هو المادة الضرورية للعلاج فسنشرح الآن أنواع العلاجات وكيفية اخذ الانترفيرون.

كيفية معالجة التصلب المتعدد دون اللجوء للأدوية السيئة

إن أدوية الكوباكسون الريبيف، الافونيكس، والبيتافيرون لهي مركبات كيميائية قوية تستخدم لعلاج مرض التصلب المتعدد. وهي أدوية فعالة لبعض الأشخاص في تأخير تطور المرض لديهم..لكن غالباً ماتكون هذه الادوية مكلفه ولا تخفف من اعراض المرض أو توقف من تطوره .بالاضافه إلى أن العديد ممن يستخدم هذه الادويه تعرض لأثار جانبية خطيرة أو أثار عرضت حياتهم للخطر. وكبديل عن هذه الادويه فإن كثير من الناس حول العالم استخدموا ادويه بسيطه وطبيعيه وفعاله في تخفيف الاعراض و حتى إيقاف تطور المرض...

١- تجنب مادة ال MSG في نظامك الغذائي تماما. وإقرأ المحتويات على العبوات فيمكن أن تخفى مادة ال MSG تحت مسميات أخرى:

monopotassium glutamate,
glutamic acid,
gelatin, hydrolyzed vegetable protein,hydrolyzed plant protein,
autolyzed yeast.

وهو قليل

textured protein و sodium caseinate .

٢- تجنب مادة الاسباراتم aspartame . وهذا يعني التحلي عن مشروبات الدايت وكل أغذيه الدايت<<تبع الرجيم. إن التسمم بمادة الاسباراتم منتشر أكثر مما يعتقد الناس واعراض هذا التسمم شبيهه بأعراض مرض التصلب المتعدد وأمراض عصبية اخرى.

٣- توقف عن تناول أي شيء يحتوي على نكهات أو الوان صناعيه. ولمعظم الناس هذا يعني التحلي عن المنتجات الغذائية المصنعه والمكلفه الجاهزه والبده بإعداد الطعام في المنزل.

٤- اقرأ عن (LDN) Low Dose Naltrexone. لقد استخدم هذا العقار على مدى اكثر من ١٠ سنين لإيقاف تطور مرض التصلب المتعدد. وهو ايضا يزيل او يخفف من اعراض المرض في العديد من المصابين.

٥- اتبع نظام الغذائي Best Bet Diet. وهذا النظام الغذائي يعتمد على تجنب البقول ومنتجات الألبان والأغذية الأخرى المشابهة للبروتينات العصبية.

٦- قم بإجراء فحص لمعرفة حساسيتك تجاه جميع الاطعمة. فالكثير من المصابين بالتصلب المتعدد لديهم حساسية تجاه الطعام لكنها غير معروفة. وعندما يتم اكتشاف ذلك ويمتنعوا عن تلك الاطعمة فإن اعراضهم تقل وكذلك يقل تطور الحالة للأسوء.

٧- زيت السمك والليستين مادة دهنية يمكن ان تصلح مادة المايلين المتضرره.

ما هو علاج التصلب اللويحي؟

صحيح أنه لا يوجد علاج شاف تماما للتصلب المتعدد حتى اليوم، و لكن هذا لا يعنى أبدا أنه لا يوجد تدابير جيدة تخفف من المرض و تعين المريض على أعراضه، و بخاصة في آخر عشر سنوات بعد توفر الأدوية المعدلة للمناعة.

(القناعه الكامله لدى المريض انه بحاله ممتازه وقادر على ممارسة حياته بشكل قوي هذا نص العلاج ومحاربة المرض أما الاستسلام هو نوع من انواع الاكتئاب ومساعدة المرض على التمكن من زيادة عدد الهجمات والشئ الاساسي قبل هذا كله الايمان بالله وشكر الله على هذا المرض من احبه الله ابتلاه)

ينقسم العلاج إلى ثلاثة أنواع:

أنواع العلاجات :

• علاج الهجمة

إذا كانت الهجمة خفيفة الوطأة، وأعراضها محتملة، فقد تستجيب للراحة لمدة يوم أو يومين، مع شرب السوائل الباردة، وتبريد جوار الغرفة، و كثير من المرضى إذا اتبعوا ذلك في بداية الهجمة تتحسن أعراضهم.
إذا لم ينفع ما سبق، أو كانت الهجمة شديدة الوطأة فيعطى الكورتيزون، وتختلف طريقة إعطائه حسب الطبيب المعالج ، ولكن غالب الأطباء يعطونه لمدة 3- 5 أيام بالوريد. والكورتيزون يسرع من شفاء الهجمة ، ويخفف من حدتها .

• علاج المرض :

وهي أدوية تدعى (معدلات المناعة)، وهي تعمل على تغيير في طبيعة التركيب المناعي، وبالتالي تخفف من عدد الهجمات، وتخفف من حدتها، وقد تخفف من سوء الأفات في صور الدماغ المغناطيسية ومن حدة الإعاقه التي قد تحدث من المرض في مراحله المتقدمة.
ويؤخذ واحد من هذه الأدوية على الدوام. وهي كلها متقاربة في التأثير، ولكن بعضها يؤخذ في العضل مرة واحدة كل أسبوع، وبعضها تحت الجلد عدة مرات في الأسبوع حسب نوع الدواء . عموما ليس لهذه الأدوية من مشكلات، ولكن قد يشعر المريض بعد الحقن بأعراض مشابهة لأعراض الزكام من حرارة وتعب .
تعملى هذه الأدوية عادة في النوع الانتيابي الناكس الهادىء .
لا تعطى الأدوية المعدنة للمناعة خلال الحمل والإرضاع .

أدوية مستخدمة في علاج المرض:

ريبيف: (Rebif® = Interferon beta 1a)

إبرة تحت الجلد ثلاث مرات في الأسبوع.

بيتاهيرون: (Betaferon® = Interferon beta 1b)

إبرة تحت الجلد كل يومين.

أفونكس: (Avonex® = Interferon beta 1a)

إبرة في العضل كل أسبوع، و يستخدم بحذر إذا كان المريض مصاباً بداء الصرع.

كوباكسون: (Copaxone® = Glatiramer acetate)

إبرة تحت الجلد كل يوم.

نوفانترون: (Novantrone® = Mitoxantron)

و هو دواء مضاد للسرطان في الأصل، و لكن له فائدة في النوع المتلقي الانتياي، أو الحالات الشديدة جداً

من النوع الانتياي . و يعطى كل ثلاثة أشهر مع مراقبة شديدة لحالة القلب، و له محاذير أخرى، ومنها

العقم.

تايسابري: (Tysabri® = Natalizumab)

وهو دواء جديد، و يعطى مرة واحدة بالوريد كل شهر، و ليس هناك خبرة عملية به بعد في الممارسة

الطبية العامة

الكورتيزونات:

. يستخدم الكورتيزون على مرحلة بسيطة وهو لا يغير من سير المرض وتقدمه ولكن يسرع عملية الشفاء

بعد الأزمة.

من الممكن أن تخفض من حدة ومدة الاصابه اثناء الأزمة وتعطى بالحقن بالوريد لعدة أيام حسب رؤية

الطبيب. وهناك أنواع تؤخذ بالضم ولكنها تأخذ فترة أطول حتى تعمل.



«علاج مضاعفات المرض (الاختلاطات):»

أو علاج الأعراض المصاحبة لمرض التصلب المتعدد
قد ينصحك طبيبك المعالج ببعض من الأدوية التي تساعد على تخفيف أعراض التصلب المتعدد .

«تنظيم الغذاء:»

تم اقتراح عدد من الأنظمة الغذائية على مدى الأعوام السابقة وهو شيء يبدو طبيعياً لمرض لم يعرف له سبب أو شفاء. ولكن تبين أن بعض الأنظمة الغذائية تعارض بعضها البعض . إنه لمن المنطقي أن تحصل على وجبات غذائية متوازنة، والتي تضمن لك الحصول على كل ما تحتاج إليه من فيتامينات وأملاح . ويجد بعض الناس أن الأنظمة الغذائية التي تحتوي على القليل من الدهون الحيوانية والغنية بالدهن غير المشبع المتعدد قد أفادتهم. وعلاوة على ذلك يُرجى مراجعة قسم العلاجات البديلة التي يستخدمها مرضى التصلب المتعدد في "مرض التصلب المتعدد - المرشد للعلاج والمناجزة". إنه من الحكمة أن تناقش أي تغييرات في نظامك الغذائي مع طبيبك أو متخصص في التغذية.

«المرض والعمل والتعليم:»

مرض التصلب المتعدد والعمل أو التعليم
نظراً للتغيرية الكبيرة لمرض التصلب المتعدد.
يصعب علينا أن نعطي جواباً عاماً يصلح لكل المصابين بالمرض.
ذلك لأن كل مصاب قد تأثر بالمرض بشكل مختلف وقد يختبر عدة أعراض ذات درجات متغيرة من الشدة والتردد. إن شدة الأعراض والإعاقة التي قد تنجم عنها تحدّد بدون شك مدى التأثير على العمل أو التعليم. ورغم إمكانية حدوث درجة ما من الإعاقة على المدى الطويل. فذلك لا يعني أن المصاب لن يستطيع أن يكون منتجاً لسنوات عدة.
ويتمكن عادة المصابون بالشكل غير الخطر من المرض أو المصابون بأعراض دنيا وغير ظاهرة. من مواصلة مباشرة أنشطتهم الوظيفية والتعليمية.

وفي حالة تعرّضهم للإجهاد، فعليهم أن يخطّطوا فترات راحة منتظمة أثناء اليوم. أما المصابون بالنوع المنتكس من مرض التصلب المتعدد أو المصابون بدرجة ما من الإعاقة فعليهم أن يقيموا بطريقة واقعية موقفهم في شتى الميادين البدني منها والاجتماعي والإدراكي، وذلك حتى يقرّروا الاستراتيجيات الطويلة الأمد والتقصيرة فيما يتعلق بعملهم وتعليمهم. على المصابين بالمرض أن يبقوا على صلة قريبة من صاحب العمل أو من مؤسستهم التعليمية لضمان تغطية حاجاتهم الخاصة. إنه يتوقف على المصاب بمرض التصلب المتعدد أن يقرّر ما إذا يريد أن يُفشي مرضه في محيط عمله أو تعليمه. وإذا كانت الأعراض غير ظاهرة فلا مبرر للإفشاء بالمرض. ومن ناحية أخرى، لا تتردد الكثير من المؤسسات التعليمية في تقديم ترتيبات خاصة للمصابين بالمرض فيما يخص مستلزمات الدخول وجدول المحاضرات والامتحانات الخ مع مراعاة السرية.

منافع إفشاء المرض:

١. الكشف عن مرضك قد يجلب راحة البال. ويقول بعض المصابين إن إخفاء المرض عملية مجهدّة أكثر من البوح به. وإذا اقتضى الأمر الإفشاء يسهل مناقشة الملاءمات في موقع العمل التي قد تكون ضرورية.
٢. فور كشفك عن مرضك سوف تفهم ردة فعل الآخرين لمرضك وستدرك تصوّر ومعاملة زملائك لك. كما أنك ستتمكن من معاملة الناس بطريقة أكثر نزاهة.
٣. ستتخلص من الهم الخائق حول إمكانية صاحب عمل سابق أو أية مرجعية أخرى من إفشاء إعاقتك. ولو بطريقة غير متصودة.
٤. سيتقلص قلقك من أي امتحان طبي يُعرض عليك لأنك تعلم أن لكل من صاحب عملك وشركة التأمين والأطراف المعنية الأخرى العلم حول مرضك قبل إجراء الامتحان.
٥. بعد إعلام صاحب عملك بحالتك الصحية سيصبح من السهل عليك أن تعلم كلاً منه وزملاءك حول طبيعة مرض التصلب العصبي المتعدد. كما أنك ستتمكن من أن تناقش معهم أية تغييرات مستقبلية في حالتك.

الإكتئاب:

إن الإكتئاب هو عبارة عن مصطلح ينطبق على طائفة واسعة من الإنفعالات النفسية والتي قد تكون على هيئة إنحطاط الروح المعنوية لبضع ساعات أو قد تمتد لبضعة أشهر وهو ما يعرف علميا بالإكتئاب الحاد . ولذلك يلزم المرضى المصابين وذويهم المعرفة بأنه أمر شائع قد يحدث في أي وقت خلال مراحل المرض .

أثبتت الأبحاث أن نسبة الإصابة بالإكتئاب الحاد في مرضى التصلب المتعدد نسبة عالية مقارنة بالأشخاص المصابين بأمراض مزمنة أخرى أو بين عامة الناس الطبيعيين . يجب أن يعرف المريض أن الإكتئاب ليس ضعف في الشخصية أو بعد عن الله سبحانه و تعالي أو أمر مخجل يجب إخفائه لأنه عرض من أعراض المرض التي لا يمكن منعها بقوة الإرادة وقد تبين في دراسات علمية أن حالات الإكتئاب الحادة هي عبارة عن إختلال في توازن المواد الكيميائية في دماغ الإنسان المصاب . كما أثبتت الدراسات أن أنجح الطرق للعلاج هو الجمع بين العلاج النفسي و العلاج الدوائي .

الحزن:

كما ذكر آنفاً، إن مرض التصلب المتعدد يحدث لهم إعاقات تعيقهم عن العمل والقدرة على المشي أو المشاركة في نشاطات معينة والذي قد يسبب لهم الحزن الشديد يشابه أعراض الإكتئاب ولكن الفرق بينهم أن هذا الحزن غالباً ما يكون عرض وقتي مقارنة بالإكتئاب الحاد والذي قد يستمر لفترات زمنية أطول . الحزن بشكل عام مرتبط بفقدان القدرة على ممارسته الرياضة أو ممارسة النشاطات اليومية التي تعود المريض على القيام بها . بشكل عام يمكن معالجة هذا النوع من الحزن بدون استخدام أدوية في ظل وجود المشورة والدعم و توفير البيئة المتفهمة من ذوي المريض .

الإجهاد:

يمكن تقسيم الإجهاد إلى نوعين إجهاد نفسي و إجهاد جسدي -إن مرضى التصلب المتعدد معرضين بشكل خاص إلى الإصابة بالإجهاد الجسدي مقارنة بالأشخاص الغير مصابين .

لا يمكن التنبؤ بمسار المرض، ولذلك وبمجرد التفكير بإحتمالية حدوث إنتكاسة للمرض قد إجهاد نفسي شديد .

الإصابة الجسدية وفقدان المقدرة على ممارسة النشاطات اليومية يمثل تحد كبير لتأقلم مع هذا الإجهاد هناك دراسات متعددة عن تأثير الإجهاد على مرضى التصلب المتعدد وكانت نتائجها متفاوتة . من المهم بالنسبة للمريض أن لا يسعى إلى تجنب الإجهاد لأنه من المستحيل أن يتحقق ذلك في وجود متطلبات كثيرة خاصة النشاطات اليومية المهمة .
من الأفضل أن يتعلم المريض كيفية التعامل مع الإجهاد بدلا من تجنبه وبشكل كامل .

القلق والضيق:

كما ذكر آنفا،إن مرض التصلب المتعدد يحدث لهم إعاقات تعيقهم عن العمل والقدرة على المشي أو المشاركة في نشاطات معينة والذي قد يسبب لهم الحزن الشديد يشابه أعراض الإكتئاب ولكن الفرق بينهم أن هذا الحزن غالبا ما يكون عرض وقتي مقارنة بالإكتئاب الحاد والذي قد يستمر لفترات زمنية أطول . الحزن بشكل عام مرتبط بفقدان القدرة على ممارسته الرياضة أو ممارسة النشاطات اليومية التي تعود المريض على القيام بها .

بشكل عام يمكن معالجة هذا النوع من الحزن بدون استخدام أدوية في ظل وجود المشورة والدعم و توفير البيئة المتفهممة من ذوي المريض .

تغيرات المزاج:

قد يشككي المريض وذويه من نوبات الغضب المتكررة والتغيرات المفاجئة للمزاج. ليس معروفاً أن كان هذا التقلب نتيجة للضيق والقلق المرتبط بالمرض أو أنه نتيجة تغيرات فسيولوجية في المخ. هذه التقلبات تمثل واحدة من أصعب جوانب مرض التصلب المتعدد والتي تؤثر بشكل سلبي على الحياة الأسرية. وهنا نكرر أهمية معرفة ذوي المرضى وتفهمهم لهذه التقلبات تمثل الإستشارات العائلية أهمية كبرى لكييفية التعامل مع هذه التغيرات والتي قد تستجيب أحياناً إلى بعض الأدوية العلاجية.

التأثير الباثولوجي (فقدان السيطرة على الضحك والبكاء):

من حسن الحظ أن النسبة التي تصاب بهذا العرض هي نسبة بسيطة والتي قد تكون على هيئة نوبات من الضحك و البكاء والتي لا تتناسب مع مشاعر الشخص الحقيقية هذه التغيرات يعتقد أنها ناتجة عن المناطق المتضررة بالمسارات العصبية والتي تتحكم بالمشاعر من المهم جداً أن يفهم ذوي المرضى هذا العرض ويأمن المريض غير قادر على التحكم بمشاعره وعواطفه هناك العديد من الأدوية العلاجية أثبتت فعاليتها بالدراسات العلمية.

السلوك الغير لائق :

هناك نسبة صغيرة جداً من المرضى يظهر عليهم بعض التصرفات الغير لائقة فعلى سبيل المثال عدم القدرة على كبح وتثبيط الجنس. وهذا النوع من السلوك يعتقد بأنه جزء من المرض بسبب الإصابة بمناطق معينة من الدماغ. فيجب المعرفة التامة أن هذا السلوك خارج عن سيطرة المريض ولايمت بشكل أو بآخر إلى الضعف الأخلاقي أو الإجتماعي لعلاج هذا السلوك يحتاج المريض إلى الإستشارة النفسية والدعم التام من العائلة.

إرشادات للتعايش مع التصلب المتعدد:

- ينصح المريض بالتواجد في درجات الحرارة المعتدلة حتى لا يواجه أي تعب أو إرهاق من الحرارة/ البرودة الزائدة .
- تجنب الاستحمام بالمياه الحارة فقد تسبب تدهور العانة .
- تناول حمية غذائية متوازنة غنية بالألياف والأسماك الزيتية مثل السردين .
- تجنب الأطعمة الغنية بالدهون والدهن والدم .
- إنجاز المهام قدر المستطاع وتجنب الإرهاق الجسدي .
- أخذ قسط من الراحة بين الحين والآخر خلال اليوم .
- عدم كبت المشاعر والمخاوف والتحدث للشخص المناسب (قريب / صديق / طبيب) .
- ممارسة الرياضة بشكل منتظم .
- تقبل المساعدة من الأهل والأصدقاء لإنجاز المهام اليومية .
- تحديد الأهداف ضمن ما يمكن تحقيقه شخصياً وليس مقارنة بالآخرين .
- التفكير بإيجابية والتركيز على ما يمكن عمله وليس ما لا يمكن عمله .

الإسعاف مع مريض التصلب المتعدد:

مريض التصلب المتعدد يذهب إلى الإسعاف في حالة ارتفاع درجة الحرارة لقوة ضررها أو لاجتيازها باعراض هجمه ملازمة له لاكثر من يوم وفي اجواء باردة ،
ولا يحتاج مريض التصلب النقل إلى المستشفى بسرعة كلما الامراض الاخرى من ربو او قلب او سكر او غيره .

طرق التواصل بين مريض التصلب ودكتور الإسعاف:

أولاً: قد لا يوفق طبيب الطوارئ بالتعامل مع مريض التصلب وذلك ندرة المرض وندرة تعرضهم للتعامل معه .
ثانياً: يجب ان يبذل المريض جهده للتواصل مع الطبيب المعالج وذلك كونه كما اسلفنا لا خطر على حياته في اغلب الأحيان .
ثالثاً: يجب ان يقدم المريض وصف واضح و دقيق لطبيب الطوارئ لكي يتمكن من مساعدة .

عشرة مفاهيم شائعة غير صحيحة عن التصلب المتعدد في الجهاز العصبي

- ١- ينتقل مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي من المصاب إلى الجيل التالي.
- ٢- لا حاجة للبدء بالعلاج دون ظهور أعراض لمرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي.
- ٣- مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي هو مرض مميت.
- ٤- مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي يؤدي بك إلى كرسي المقعدين.
- ٥- يمكن التغلب على مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي بقوة الإرادة.
- ٦- يمكن شفاء مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي من خلال حمية خاصة.
- ٧- قد يؤدي مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي إلى البطالة (فقدان الوظيفة).
- ٨- المرضى المصابين بمرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي لا يمكنهم إتجاب أطفال.
- ٩- مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي يؤدي إلى هزال العضلات.
- ١٠- لا يمكن ممارسة الرياضة مع مرض التصلب المتعدد في الجهاز العصبي.

من العلاجات توجد علاجات كثيرة ولكنها تحت الاختبار فمنها

- ❖ معالجة التصلب بالخلايا الجذعية
- ❖ توسعة الأوردة لدى مرضى التصلب المتعدد
- ❖ دواء Cladribine هو أول دواء يتم تناوله عن طريق الفم ، وهو دواء لمرضى التصلب العصبي ، وللأشخاص الذين يعانون من أعراض عصبية معقدة
- ❖ لأكاديمية الأمريكية للأعصاب تدعم استخدام بما يعرف بتبديل البلازما لعلاج هجمات مرض التصلب العصبي.

متى ينصح به كعلاج لمرض التصلب العصبي المتعدد:

تبديل البلازما يسمى أيضا "plasmapheresis" وينصح به من قبل الأكاديمية الأمريكية للأعصاب لعلاج حالات الهجمات الحادة لمرض التصلب المتعدد، ويعتبر أنه "فعال على الأرجح" للمراحل المبكرة أو بما يعرف بـ (RRMS). وأيضا يستخدم كخيار آخر للحالات التي لا تستجيب مع الأدوية الأخرى. وكان هناك تأييد من الأكاديمية الأمريكية للأعصاب لاستخدامه في بداية عام ٢٠١١ لعلاج الانتكاسات في الحالات مع العلم بأن تبدل البلازما موجود من سنة ١٩٩٦ وكان يطلق عليه في تلك السنوات بأنه علاج واعد أو علاج قد يكون مفيدا، وجدير بالذكر بأن الأكاديمية الأمريكية للأعصاب لا توصي بهذا العلاج للحالات المتقدمة من المرض (SPMS .PPMS).

كيف تعمل طريقه تبدل البلازما:

تبدل البلازما يعمل على أساس إزالة المواد الضارة التي تكون موجودة في الجزء السائل (البلازما) من الدم. وهي T cell وبعض الخلايا التي قد تكون ضاره بجهاز المناعة وتستهدف غشاء المايلين، ويعتقد أن إزالة الخلايا الضارة تحد من الانتكاسات والأضرار الناجمة عنها والالتهابات التي تحدث بسبب الهجمات.

ماهو الدليل على أن علاج تبدل البلازما مفيد لمرضى التصلب:

في تجريبه على ٢٢ مريضا بمرض التصلب المتعدد (RRMS) وكانت حالاتهم على مقياس التصلب المتعدد ٧.٥ خلال التجربة لم تبدو عليهم حالات تحسن عند استخدام العلاجات التقليدية، لكن عند علاجهم بتبدل البلازما ٩ منهم أحسوا بتحسن ملحوظ، بينما ٥ منهم أحسوا بتحسنت على مدار ٣ سنوات، في تجريبه على خمسة مرضى، لم يستجيبوا للعلاجات الأخرى لكن مع علاجهم بتبدل البلازما مريض واحد طرأت عليه تحسن واضح، وثلاث مرضى ظهرت عليهم تحسن متوسطه مع العلم بأن احد المرضى تم علاجه بخمس جلسات متكررة.

ماذا يحدث أثناء العلاج؟

خلال إجراء عملية تبديل البلازما ، توضع إبرتين واحدة في كل ذراع وأحياناً ذراع وقدم، ويسحب الدم من ابره، وينتقل الدم في أنبوب إلي جهاز فصل الخلايا من بلازما الدم، ويتم إرجاعه في الجسم من خلال اليد الأخرى.

ماهي المخاطر:

الآثار الجانبية الخطيرة قليلة جدا ، وأهمها الحساسية المفرطة ، وهو رد حساسية شديدة بسبب تبديل البلازما ، والتي يمكن السيطرة عليها .
العدوى من تبديل البلازما هو نادر عند استخدام الاجهزه الجديدة والمعقمة، وتكون مناعة المريض ضعيفة.

بعض الآثار الجانبية:

- الشعور بحساسية معتدلة، كالشعور بالضعف أو الحمى أو طفح جلدي طفيف.
- النزيف ومشاكل تخثر الدم.
- انخفاض في ضغط الدم
- ضيق في التنفس
- كدمات أو تورم

أدوية مساعده بالعلاج للاعراض الجانبية

من أهم المكملات الغذائية لمريض التصلب هو فيتامين د
One-Alpha غائبيه الدسكاته تنصح به ومن الطبيعه هو يكون من أشعة الشمس بأوقات معينه .
فيتامين **B12** يساعد في تقليل من التعب .

وكذلك من الأدوية المساعده الضرورية **Gabapentin**

Imuran (الأزوينوبرين) يعمل عن طريق خفض نظام المناعة في الجسم ، كما يستخدم هذا الدواء لعلاج اعراض التهاب المفاصل الروماتويدي .

كما يستخدم المضادة للفيروسات التي تستخدم في الوقاية أو العلاج من أعراض الانفلونزا **inderal** **pk-merz**

لا ينظر إليها الناس كما ينبغي وصاحوا بـ "لا تستسلم للموت ولا ينظر إليها كإنسان العبيد الذي الشمس ما تشبههم مثلاً
والآن طنا فقطنا من مثل طنا فقطنا أن تكون لنا مستشفي متخصص بمرضى الحرش ولدينا كبار الاستعدادات ومؤهله لنا من كل جانب من
جوانب مرضنا

بعض من تجارب المرضى:

الأقوى دائماً:

قصتي مع مرض التصلب العصبي

قد يحدث في داخلك الكثير دون ان تشعر او تصبح عاجزاً عن التعبير عنه اليكم قصتي :

كنت في كل يوم يمضي احلم بالغد الاجمل ابتمس امشي واركض وكان مما يتعبني كثيرا الصمت ومررت الايام وفي صباح
يوم غريب في (٢٠٠٧) كنت ماشيه مثل اي يوم واي شخص فإذا بي ساقطاً على الارض مالذي حدث عجزت عن الوقوف فلم
احتمل لماذا لم اقف ؟

مصدومه لما حصل لي لماذا لم اقف ؟ اين قوتي اين جسمي هل اصبحت معاقه او مشلوله؟ نعم اصبحت حزينه ومكتليه لكن
الآن اصبحت للافضل بفضل الله هدي في حياتي مع التصلب دعواتكم لي بالشقاء فانا اصبحت انسانه مختلفه تماماً الأقوى
دائماً

لما:

بدأت رحلتي حين تمت فرحتي بتخرجي وبين زحمة الهدايا والتبريكات أحسست ب غياب الرؤية شيئاً ف شيئاً وضعف وصداع
وخلايا اكتشفت اصابتي ب MS او المسمى بمتلازمة حرب الخليج . واقتنعت ب وجود ضيف سيحل على حياتي فوجب علي
الرضى . عشت في غيبوبة التفكير فيما حصل وفيما سيحصل : عشت معاناه اخرى إلا وهو الاكتئاب حيث كانت أقسى من
المرض . انتابني اليأس واصبحت احلم بالأمل .

صدمه حين تنام وانت بكامل صحتك وتصبح وأنا فاقد شئ من احساسك وعدم القدره على رفع صوب صغير أو تسقط
الاشياء فجاءه على الأرض أو يتلعثم لسانك وتفقد القدره على اكمال ما تريد . البوح عنه . أو عدم الشعور بمن حولك .

شمريّة

الإنسان المبتلى ابتلاله امتحان له وإيمانه بالله مع جميع المشاكل التي تواجهني بالمرض قناعتي بالمرض وإيماني بالله هي أساس في قدرتي التغلب على التعب والجزع من مضاره بعد الاعتراض على ماكتبه الله يزداد التعب والوهن والبلاء كل ماحمدت الله وشكرته يكون هذا ليس بداية العلاج إنما هذا هو العلاج الأمل بالله كبير والحمد لله من أحبه الله ابتلاه كل إنسان يتمنى محبة الله ورحمته.

الابتسامه نوع من أنواع العلاج.

من الأشياء التي اعتبتي صعب عليّ أني أوصف أحساسي ومحد زاح يفهم ضلالي غير مريض مثلي مهما وصفت صعب أوصف وش الألم عدم التركيز وعدم الإستيعاب النسيان هناك نداء أحس أنه جدا مهم اسمه GABAPENTIN الله يشفينا ويشفي كل مريض.

شمريّة

من الصحف:

استنكر مرضى التصلب المتعدد "اللويحي" MS بالمملكة العربية السعودية الضمت الذي تنتهجه الجمعية السعودية لمرضى التصلب المتعدد والمتكونة من مجموعة من أطباء واستشاري المخ والأعصاب على مستوى المملكة العربية السعودية من التطورات الجديدة على مستوى العالم في علاج مرض التصلب المتعدد ، حيث ذكروا في رسالة عاجلة خصوا بها صحيفة خير! أن هناك نظرية قم بتجربتها د.باولو زامبوني على زوجته المصابة بهذا الداء وأثبتت نجاحها. وتتمحور نظرية الدكتور زامبوني حول مسبب مرض التصلب المتعدد حيث يرى أن هناك تضيق في احد الأوردة المغذية للدماغ يسبب ارتجاع الدم الخارج من هذا العضو، وهذا بدوره يسبب ترسب الحديد وبعض المواد الأخرى المشاهدة في حالات القصور الوردي المزمن وهذا يؤدي إلى حدوث استجابة مناعية لهذا الترسب ثم ما يعرف بالهجمة المناعية أو "مرض التصلب العصبي المتعدد" وتسمى الجراحة التي يستخدمها الدكتور زامبوني angio plasty "نحيو بلاستي" وتسمى العملية بالقسطرة العلاجية عبر البالون "النجيلو بلاستي" لفتح الانسداد بالشرايين.

خير الكلام

عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه و سلم قال :
" ما أنزل الله داء إلا أنزل له شفاء " . صحيح البخاري في الطب ٥٦٧٨



((وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِتَ النَّاسُ))

(الشعراء : ٨٠)

اللهم رب الناس اذهب البأس اذهب الهم والحزن اذهب الهم والحزن اذهب الهم والحزن اذهب الهم والحزن

المراجع **منتدى التصلب المتعدد السعودي**

MS in focus

مختصر كتاب

"إكتشاف مرض التصلب العصبي المتعدد المهم"

لمارك أناستاسي

حفنات الدم للدكتور بيتر دادامو

شكر وإهداء



قال الله تعالى

(وَقُلْ اَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ)
سورة التوبة

يا من صاح الورد بشذاك وعطرت أركان مناك نشكر ونهدي
للبروفسور عبد السلام السليمان



باقعة من الأمنيات

فبارك الله لك جهودك وسدد بالخير والعطاء دربك.

شكر مجهود وتصميم فإنجاز

إلى من لون اوراق رسالتنا واطراف لمساته المبدعة الى مصممنا

امين المجيد

إلى من نعجز أن نحصر مواقفه معنا و

سمير السليم

شكراً لكم من الأعماق



