

الأكاديمية العربية الدولية



الأكاديمية العربية الدولية
Arab International Academy

الأكاديمية العربية الدولية المقررات الجامعية

فصل مستقل ، امراض العيون فى فصل
اخر ، امراض الجلد فى فصل ثالث
وهكذا.

**ويجب ملاحظة الاتى قبل قراءة هذا
الكتاب :**

- 1- الادوية المقترحة كعلاج فى هذا
الكتاب هى مجرد اقتراح من المؤلف
وبالتاكيد هناك ما هو افضل منها حسب
تشخيص الطبيب لكل حالة منفردة .
- 2- الجرعة تختلف من شخص لآخر
ومن الكبير للصغير لذلك يجب استشارة
الطبيب والصيدلى قبل اعطاء الدواء
فهما الخبيران بنفعه وبضرره .
- 3- يجب عدم وصف اى دواء من هذا
الكتاب للاخرين دون استشارة الطبيب
فقد يكون ضرر هذا الدواء بسبب
وصفه خطأ اكبر من نفعه .
- 4- يجب ايضاً ملاحظة ان هذا الكتاب
يفترض عند كتابة الادوية المقترحة
للمعالجة ان المريض لا يعانى من
امراض اخرى سوى المرض الذى يتم
علاجه مثل الامراض المزمنة كمرض
السكر وضغط الدم والقلب الخ .
- 5- كذلك يجب الملاحظة انه لم يتم
الاشارة الى الاعراض الجانبية
والاحتياطات الواجب اتخاذها مع
الادوية الواردة فى هذا الكتاب لذلك
يجب

**يجب قراءة هذه المقدمة جيداً
قبل قراءة الكتاب**

**هذا الكتاب يفرط بتقديم الكثير
من المعلومات الطبية التى تهتم
القارئ العادى فى صورة بسيطة
ومن بين هذه المعلومات :**

- 1- معلومات عن معظم الامراض
الشائعة واخذ فكرة جيدة عنها وعن
كيفية علاجها
- 2- معلومات عن كم كبير من ادوية
الصيدلية وكذلك سعرها .
- 3- معلومات طبية مفيدة مثل - ما هى
البكتيريا ، الاملاح ، الهرمونات ،
الدورة الشهرية ، واشياء اخرى يهتمك
تعرفها .
- 4- معظم الاسعافات الاولى مع صور
توضيحية
- + وكان الهدف من هذا الكتاب هو المام
القارئ بالمزيد من المعلومات عن
الامراض والادوية المتوفرة فى مصر
التي يمكن ان تعالج هذه الامراض ،
وبالتاكيد هذا الكتاب يجب ان لا يكون
وسيلة للمعالجة بل كما ذكر مزيد من
التقافة الطبية .
- وقد روعى فى هذا الكتاب تجميع
الامراض المتشابهة مع بعضها فى
فصل واحد ، فمثلاً امراض الاذن فى

مقدمة هامة



اسشارة الطبيب والصيدلى وقراءة
النشرة الداخلية للدواء قبل استعمال اى
دواء ؛ ولمعرفة اعراض الدواء الجانبية
وجرعة وموانع الاستعمال يمكن
الرجوع لكتاب يوضع ذلك بالتفصيل
باللغة الانجليزية مثل كتاب : « اطلس -
Atlas 1 & 2 » وهو متوفر بمكتبات
كليات الطب والصيدله - ولمزيد من
المعلومات عن كتبنا واماكن توزيعها
فضلا اتصل على

٠١٨٥٥٩٩٩١٦ - ٠١٢٦٢٥٥٠١١

٠٢٢٤٠٥١٥٢٥

٦- ستلاحظ اثناء تصفحك للكتاب
بالحاجة الى اجابة بعض الاسئلة التى
تطراء على فكرك ، فلا تستعجل ،
فالكثير من اسئلتك مجاب عليها بين
طيات هذا الكتاب ، لذلك انصحك بقراءة
هذا الكتاب قراءة سريعة اولاً لتستطيع
تذكر مواقع اجابات بعض الاسئلة التى
قد تطراء على فكرك .

٧- تحذير : المؤلف غير مسئول
عن اى ضرر قد يحدث بسبب استعمال
اى دواء ورد فى الكتاب بدون الرجوع
الى الطبيب المختص ، وكما ذكر ان
هذا الكتاب لاكتساب معلومات ثقافة عن
الامراض والادوية وهو ليس وسيلة
للمعالجة .

واخيراً نتمنى ان يكون هذا الكتاب
سبب خير ونفع وصحة للجميع

الفصل الاول معلومات عامة..... ١١

- | | |
|---|---|
| ١١- السكر ومرض السكر..... ٣٤ | ١- الهرمونات وهرمون الكورتيزون..... ١٢ |
| ١٢- معلومات عامة عن الادوية..... ٣٥ | ٢- البكتيريا..... ١٣ |
| ١٣- مستحضرات معمل الصيدلية و إستعمالاتها..... ٣٩ | ٣- المضادات الحيوية..... ١٤ |
| ١٤- المنشطات الطبيعية المتوفرة بالصيدليات والفياجرا..... ٤٤ | ٤- الفطريات..... ١٨ |
| ١٥- شركات الأدوية فى مصر..... ٤٦ | ٥- أشكال الدواء و جرعه..... ١٨ |
| ١٦- التداخلات الدوائية Drug-Drug interaction..... ٤٧ | ٦- مرض السكر..... ٢٢ |
| ١٧- أدوية تلون البول و البراز و البصاق..... ٤٩ | ٧- عناية مريض السكر بالقدمين..... ٢٧ |
| ١٨- التطعيمات Immunizations..... ٥٠ | ٨- الدورة الشهرية وحبوب منع الحمل..... ٢٨ |
| ١٩- تنميل اليدين و القدمين..... ٥١ | ٩- وسائل منع الحمل..... ٢٩ |
| ٢٠- مصل الانفلونزا..... ٥٢ | ١٠- العقم..... ٣٢ |
| | ١١- الفارق بين المرهم والكريم..... ٣٣ |
| | ١٢- الاملاح وملح الطعام..... ٣٤ |

الفصل الثانى (أمراض الجهاز الهضمى)..... ٥٣

- | | |
|---|--|
| ٧- تقلصات البطن (المغص) عند الأطفال Pediatric Colic..... ٦٤ | ١- الحموضة (حرقان القلب) Heart burn..... ٥٤ |
| ٨- المغص عند الرضع Infant Colic..... ٦٤ | ٢- قرحة المعدة والاثني عشر Gastric & Doudenal Ulcer..... ٥٥ |
| ٩- القيء Emesis..... ٦٦ | ٣- سوء الهضم Indigestion..... ٦٠ |
| ١٠- القيء عند الرضع Emesis..... ٦٧ | ٤- انتفاخ البطن Abdominal Distension..... ٦١ |
| ١١- الإسهال عند الكبار Diarrhoea..... ٦٧ | ٥- القولون العصبى Spastic Colon..... ٦٢ |
| ١٢- الإسهال عند الأطفال..... ٧٠ | ٦- تقلصات البطن عند الكبار Geriatric Abdominal Spasm..... ٦٣ |
| ١٣- الإسهال عند الرضع Diarrhoea in infant..... ٧١ | |

فهرست لمحتويات الكتاب

- ١٤ - الإمساك Constipation ٧٢
- ١٥ - الفتق Umbelical Hernia ٧٣
- ١٦ - عدوى الديدان Worms infection ٧٤

الفصل الثالث (أمراض الجهازين البولي والتناسلي) ٧٦

- ١ - حصى الكلى Renal calculi ٧٧
- ٢ - المغص الكلوي Renal colic ٧٨
- ٣ - املاح الكلى Crystal urea ٧٩
- ٤ - السيلان Gonorrhea ٧٩
- ٥ - العدوى المهبلية Vaginal infections ٨٠
- ٦ - عدوى المسالك البولية Urinary Tract Infections ٨١
- ٧ - مغص الدورة الشهرية Menstrual Cycle Spasm ٨٢
- ٨ - حمى النفاس Puerperal Infection ٨٣
- ٩ - التبول اللارادي Nocturnal enuresis ٨٣
- ١٠ - تضخم البروستاتا الحميد Benign Prostatic Hyperplasia = BPH ٨٥
- ١١ - الكلاميديا Chlamydia ٩٠
- ١٢ - الضعف الجنسي عند الرجال ٩١
- ١٣ - سرعة الفذف Premature Ejaculation ٩٢
- ١٤ - الكحة وعدوى الصدر Cough and Chest Infection ٩٨
- ١٥ - الازمة التنفسية وحساسية الصدر Bronchial Asthma ٩٩
- ١٦ - لحمية الأنف ١٠٢
- ١٧ - التهاب الحلق واللوزتين Throat Infection & Tonsillitis ٩٧
- ١٨ - السل (الدرن) Tuberculosis ١٠٣

الفصل الرابع (أمراض الجهاز التنفسي) ٩٣

- ١ - نزلة البرد والانفلونزا Common Cold & Influenza ٩٤
- ٢ - ما هو الفرق بين نزلات البرد و الأنفلونزا؟ ٩٥
- ٣ - حساسية الأنف Allergic Rhinitis ٩٦
- ٤ - التهاب الحلق واللوزتين Throat Infection & Tonsillitis ٩٧

الفصل الخامس (الامراض الجلدية) ١٠٥

- ١ - الحساسية الجلدية ١٠٦
- ٢ - الإكزيما المصحوبة بعدوى ميكروبية Allergic dermatitis ١٠٨
- ٣ - الصدفية Psoriasis ١٠٩
- ٤ - التينيا Tinea ١١٠
- ٥ - حب الشباب Acne Vulgaris ١١٢
- ٦ - خشونة الجلد وتشقق الكعبين ١١٤
- ٧ - حروق الشمس والوقاية منها ١١٥
- ٨ - البقع الجلدية والنمش Skin spots & Pigments ١١٦
- ٩ - قشر الشعر Dandruff ١١٧

فهرست لمحتويات الكتاب

- | | |
|---|---|
| ١٤- عين السمكة أو مسمار الرجل Com ١٢١ | ١٠- سقوط الشعر والصلع Hair Falling and Alopecia
١١٨..... |
| ١٥- حمو النيل..... ١٢٢ | ١١- قمل الرأس Pediculosis ١١٩ |
| ١٦- التهاب الحفاض Diaper rash ١٢٢ | ١٢- الجرب Scabies ١٢٠ |
| ١٧- البهاق Vitiligo ١٢٣ | ١٣- الكالو Callus ١٢١ |
| ١٨- عدوى الأظافر Onychomycosis .. ١٢٤ | |

الفصل السادس (أمراض الفم والأسنان وعلاجه) ١٢٥

- | | |
|--|--|
| ٥- عدوى الفم بالفطريات Buccal Fungal Infection
١٢٨..... | ١- تشقق الشفاه Lip Cracking ١٢٦ |
| ٦- رائحة الفم الكريهة Halitosis ١٢٩ | ٢- تسوس والم الاسنان ١٢٦ |
| ٧- التسنين عند الرضع Teething in infant . ١٣٠ | ٣- التهاب الفم واللثة Gum Inflammation ١٢٧ |
| | ٤- قرحة الفم واللثة Mouth and Gum Sore ١٢٨ |

الفصل السابع (الحمل والرضاعة) ١٣٢

- | | |
|--------------------------------|---------------------------|
| ١٤١..... ترهلات ما بعد الولادة | ١٣٨..... الحمل ومرض السكر |
|--------------------------------|---------------------------|

الفصل الثامن (الرضاعة الطبيعية والصناعية) ١٤٢

- | | |
|--|---|
| ٤- الأدوية الممنوع إعطاؤها للام الحامل بسبب ترافقها مع خطر مثبت على الجنين ١٤٩ | أولاً : الأدوية و الحمل ١٤٧ |
| ٥- الأدوية المشوهة للجنين بشكل مؤكد ١٤٩ | ١- الأدوية التي يمكن ان تعطى للحوامل بأمان نسبي ١٤٧ |
| ثانياً : الأدوية و الرضاعة ١٤٩ | ٢- الأدوية التي يمكن إعطاؤها للحامل و لكن مع خطر تأثر الجنين بشكل قليل جداً ١٤٧ |
| ١- الأدوية التي لوحظ ترافق إعطاؤها مع تأثيرات هامة على الرضع و التي يجب ان تعطى بحذر ١٤٩ | ٣- الأدوية التي يترافق إعطاؤها مع خطر محتمل على الجنين ١٤٨ |
| ٢- الأدوية الممنوع إعطاؤها للام خلال الإرضاع ١٥٠ | |

الفصل التاسع (عظام و أمراض روماتيزمية) ١٥١

- | | |
|--|--|
| ٣- تيبس الرقبة و ألم العضلات و الملح Myalgia & Muscle
١٥٤..... pain | ١- الامراض الروماتيزمية و التهاب المفاصل Rheumatic
١٥٢..... & inflammatory Diseases |
| ٤- هشاشة العظام (Osteoporosis) ١٥٥ | ٢-الأدوية المسكنة للام Analgesic drugs ١٥٣ |

فهرست لمحتويات الكتاب

- ٥- خشونة المفاصل (الالتهاب المفصلي العظمي) ١٥٩ Osteoarthritis
- ٦- الالتهاب الروماتويدي المفصلي (الروماتويد المفصلي) ١٦١ Rheumatoid arthritis
- ٧- ألم الظهر (Pain Back) ١٦٤

الفصل العاشر : أمراض الاذن OTIC DISEASES ١٧٠

- ١- التهابات الاذن الوسطى Otitis Media ١٧١
- ٢- التهابات الاذن الخارجية Otitis Externa ١٧٤
- ٣- عدوى الاذن بالفطريات Ootomycosis ١٧٤
- ٤- انسداد الاذن بالشمع Wax Impaction ١٧٤
- ٥- ألم الاذن فى الكبار والاطفال ١٧٤
- ٦- الدوار Vertigo ١٧٥

الفصل الحادى عشر أمراض العيون OPHTHALMIC DISEASES ١٧٧

- ١- حساسية العين ١٧٨
- ٢- احتقان او احمرار العين Eye Congestion ١٧٩
- ٣- التهاب ملتحمة العين Conjunctivitis ١٧٩
- ٤- التهاب جفن العين Eye led Infection ١٨٠
- ٥- المياه البيضاء أو اظلام العدسة (الكتاركت) Cataract ١٨١
- ٦- جلوكوما (ارتفاع ضغط العين) Glaucoma ١٨١
- ٧- كيس دهنى بالجفن (كلابيون) Chalazion ١٨٢
- ٨- التراكوما (الرمد الحبيبي) Trachoma ١٨٢
- ٩- العشى الليلى Night Blindness ١٨٢
- ١٠- حسر البصر أو قُصر البصر Myopia ١٨٣

الفصل الثانى عشر (أمراض الأوعية الدموية) ١٨٤

- ١- الكوليسترول و الدهون الثلاثية & Cholesterol ١٨٥ triglycerides
- ٢- تصلب الشرايين Arteriosclerosis ١٨٦
- ٣- دوالى الساقين Varicose (dilated) Veins ١٨٧
- ٤- ضغط الدم المرتفع Hypertension ١٨٩
- ٥- ضغط الدم المنخفض Hypotension ١٩٠
- ٦- المسمار الدموى Embolism ١٩١

الفصل الثالث عشر (الأمراض المعدية) ١٩٢

- ١- الحصبة Measles ١٩٣
- ٢- الحصبة الألمانية (الطفح الوردى) German Measles ١٩٣
- ٣- الجدري Varicella (chicken pox) ١٩٤
- ٤- الغدة النكفية (أبو اللكيم) Mumps ١٩٥
- ٥- الحمى القرمزية Scarlet fever ١٩٦
- ٦- الهربس أو العقبول البسيط Herpes simplex ١٩٦

فهرست لمحتويات الكتاب

- ٧- التهاب الكبد الفيروسي Viral hepatitis ١٩٨..
٨- السعال الديكي Whooping cough ٢٠٠.....

الفصل الرابع عشر (أمراض سوء التغذية) ٢٠٤

- ١- فقدان الشهية Loss of appetite ٢٠٥.....
٢- السمنة وطرق وادوية التخسيس ٢٠٥.....
٣- نقص الفيتامينات Hypovitaminosis ٢١٠.....
٤- الأنيميا (فقر الدم) Anaemia ٢١٣.....
- ٥- أنيميا الفول (Favism) نقص أنزيم جلوكوز-٦-فوسفيت
ديهيدروجيناس ٢١٤.....
٦- الكساح Rickets ٢١٦.....

الفصل الخامس عشر (الجراحة) ٢١٨

- ١- البواسير والتشققات الشرجية Piles & Anal Fissures ٢١٩.....
٢- الناسور الشرجي Anal fistula ٢٢١.....
٣- الناسور المثاني Bladder Fistula ٢٢١.....
- ٤- التهاب الزائدة الدودية ٢٢٢.....
٥- الدمامل والخراريج Boils & fruncles ٢٢٢.....

الفصل السادس عشر : الأمراض النفسية والعقلية PSYCHICAL AND MENTAL DISEASES ٢٢٣

- ١- الهستيريا Hysteria ٢٢٤.....
٢- القلق Anxiety ٢٢٤.....
٣- الأرق Insomnia ٢٢٥.....
٤- الوسواس Obsession ٢٢٦.....
٥- الفوبيا (أو الرهاب) Phobia ٢٢٦.....
٦- الكآبة (أو الاكتئاب) Depression ٢٢٧.....
- ٧- الفصام Schizophrenia ٢٣٠.....
٨- الجنون Mania ٢٣٠.....
٩- الصرع (Epilepsy) ٢٣١.....
١٠- ألزهايمر Alzheimer ٢٣٤.....
١١- الصرع الهستيرى ٢٣٤.....

الفصل السابع عشر (أمراض مختلفة وعلاجها) ٢٣٦

- ١- النقرس Gout ٢٣٧.....
٢- الصداع Headache ٢٣٨.....
- ٣- الصداع النصفي (الشقيقة) Migraine ٢٤٢.....
٤- الدوار الحركى ٢٤٤.....

فهرست لمحتويات الكتاب

- ٥- نقص الوزن غير المعتاد ٢٤٥
 ٦- تليف كبدى Liver cirrhosis ٢٤٥

الفصل الثامن عشر: معلومات عن التحاليل الطبية ٢٥٠

- ١- فحص وظائف الكبد Tests liver function ٢٥١
 ٢- فحص وظائف الكلى Tests kidney function ٢٥٥
 ٣- تحليل صورة الدهون الكيميائية ٢٥٨
 ٤- الفحوصات الخاصة بمرض السكر ٢٦١
 ٥- تحاليل الدم ٢٦٢
- ٦- الأشعة الصوتية للحامل ٢٦٢
 ٧- الفحص الطبى قبل الزواج ٢٦٣
 ٨- تحاليل هرمونات الغدة الدرقية Thyroid Hormones ٢٦٥
 ٩- هرمون الغدة جار الدرقية Parathyroid Hormone ٢٦٩

الفصل التاسع عشر (الاسعافات الاولية) ٢٧١

- ١- الأزمات القلبية (الذبحة الصدرية) Angina pectoris ٢٧٣
 ٢- انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتها المفاجئة ٢٧٤
 ٣- انسداد مجرى الهواء المفاجئ ٢٨٢
 ٤- الحروق و علاج آثار الحروق Burns & Burn Scars ٢٨٥
 ٥- الجروح ٢٨٨
 ٦- النزيف Hemorrhage ٢٩٠
 ٧- إصابات العظام و العضلات و المفاصل و الأربطة ٢٩٢
 ٨- الإغماء Coma ٢٩٣
 ٩- التشنج Convulsions ٢٩٤
 ١٠- الصدمة Shock ٢٩٤
 ١١- العض و اللسعات و اللدغات ٢٩٥
 ١٢- الغرق Drowning ٢٩٦
- ١٣- ضربة الشمس (Heat stroke) Sun stroke ٢٩٦
 ١٤- الإنهاك الحرارى (الإجهاد) Heat Exhaustion ٢٩٧
 ١٥- القذى فى العين foreign body in the Eye ٢٩٧
 ١٦- الفواق (الزغطة) Hiccup ٢٩٨
 ١٧- التسمم Poisoning ٢٩٨
 أ- التسمم عن طريق الاستنشاق ٢٩٨
 ب- التسمم بواسطة الامتصاص عن طريق الجلد ٢٩٩
 ت- التسمم عن طريق البلع ٢٩٩
 ج - التسمم بالكبروسين ٢٩٩
 د - التسمم بالمواد الكيميائية ٣٠٠

الفصل الأول معلومات عامة

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- 1- الهرمونات وهرمون الكورتيزون .
- 2- البكتيريا .
- 3- المضادات الحيوية .
- 4- الفطريات .
- 5- اشكال الدواء وجرعته .
- 6- مرض السكر .
- 7- الدورة الشهرية وحبوب منع الحمل .
- 8- العقم .
- 9- المرهم والكريم .
- 10- الاملاح وملح الطعام .
- 11- السكر ومرض السكر .
- 12- معلومات عامة عن الادوية .
- 13- التركيبات المحضرة فى الصيدلية واستعمالاتها .
- 14- المنشطات الطبيعية المتوفرة فى الصيدليات والفياجرا .
- 15- شركات الأدوية .
- 16- التداخلات الدوائية *Drug-Drug interaction* .
- 17- أدوية تلون البول و البراز و البصاق.
- 18- التطعيمات *Immunizations* .
- 19- تنميل اليدين و القدمين .
- 20- مصل الانفلونزا

فتزول الأزمة فوراً وهذان من أشهر الاستخدامات للهيدروكورتيزون ومشتقاته .

من عيوب هرمون الهيدروكورتيزون ومشتقاته

بالرغم من أن هذا الهرمون يفرز في الجسم بكميات مطلوبة الا أنه اذا أعطى بجرعات كبيرة ولفترات طويلة أو أعطى في صورة حقن طويلة المفعول فان له أضراراً كثيرة وخطيرة مثل :

١-الهيدروكورتيزون يصاد هرمون الأنسولين لذلك يؤدي الى ارتفاع نسبة الجلوكوز في الدم *Hyperglycemia* وبالتالي مرض السكر ، **ولذلك يحذر تماماً اعطاء اي مشتقات الكورتيزون لمريض السكر** سواء بالحقن او عن طريق الفم - واذا كان الامر ملحاً في اعطاء الكورتيزون لمريض السكر ، سيكون ذلك تحت رقابة طبية لضبط الزيادة في سكر الدم التي يسببها الكورتيزون .

٢- يؤدي الى ارتفاع ضغط العين لذلك يحذر استخدامه لمرضى الجلوكوما ولو بكميات قليلة .

٣- يؤثر على تركيبة الدم كما أنه يضعف المناعة الطبيعية للجسم لذلك يحذر استخدامه في حالة وجود عدوى ميكروبية .

٤- يؤثر على نمو العظام ونخاع العظام كما يحذر استخدامه أيضاً أثناء الحمل لتأثيراته الضارة ، وتسببه في الاجهاض

يؤدي الى إحتباس الصوديوم في الجسم وبالتالي تكون مياه تحت الجلد (سمنة كاذبة) وارتفاع ضغط الدم (لذلك ينتفخ وجه المريض الذي يتناول الكورتيزون ويأخذ شكلاً ذو جمال

كاذب لذلك يسمى طبيياً **وجه القمر Moon Face**

١-الهرمونات وهرمون الكورتيزون

الهرمونات تفرز طبيعياً في جسم الانسان بكميات معينة يحتاجها الجسم وأى إختلال في هذه الكمية سواء بالنقص أو الزيادة له أضراره فمثلاً هرمون الأنسولين مسئول عن ضبط نسبة الجلوكوز في دم الانسان وتحويله في خلايا الجسم الى الطاقة اللازمة لحركة الانسان ونشاطه ، وزيادة هرمون الأنسولين عن المعدل الطبيعي يؤدي الى نقص في جلوكوز الدم الذي قد يؤدي في النهاية الى غيبوبة ووفاة أما العكس نقص هرمون الأنسولين فيؤدي الى زيادة نسبة الجلوكوز في الدم وهو ما يعرف بمريض السكر *Diabetic Patient* - سيرد تفاصيل عن مرض السكر لاحقاً . وكذلك هرمون التيستوستيرون مسئول عن صفات الذكورة في الرجل عكس هرمون البروجيستيرون المسئول عن صفات الأنوثة في السيدات وأى زيادة أو نقصان في هذين الهرمونين يؤدي الى أعراض أو أمراض كثيرة .

من مميزات هرمون الهيدروكورتيزون ومشتقاته

١-أنه اذا أعطى في الوريد أو العضل في حالة الحساسية الجلدية الشديدة فانها تتوقف تماماً مهما كان نوع الحساسية .

٢- يعطى بالوريد أو العضل في بعض حالات الأزمة الصدرية *Bronchial Asthma* حقنة كالسيوم ببطء في الوريد وحقنة مضاد للهيستامين

٢- البكتيريا

هل تعلم أن :

+ الميكروبات تعنى كائنات دقيقة وهى أنواع كثيرة منها البكتيريا والفطريات والفيروسات وغيرها .

+ وهل تعلم أن هناك بكتيريا ضارة وبكتيريا غير ضارة وموجودة طبيعياً على جلد الانسان وفى فمه وأمعائه وأن معظم الأمراض سببها البكتيريا ثم الفطريات والفيروسات.

☞ قد لا تصدق ان عدد البكتيريا الغير ضارة الموجودة على جلد كل واحد منا تعد بالملايين .

+ هل تعلم أيضاً أنه لكى نرى البكتيريا تحت المجهر يجب أن تصبغ .. وهناك نوعان أساسيان من البكتيريا احدهما اسمها موجبة الجرام *Gram Positive bacteria* -والأخرى اسمها بكتيريا سالبة الجرام *Gram - Negative bacteria* .. وجاءت هذه التسمية من طرق الكشف عن البكتيريا تحت الميكروسكوب (المجهر) ، فلكى تظهر معالمها توضع عليها مادة الصبغة فاذا صبغت سمينهاها موجبة الجرام ، واذا لم تُصبغ سميت سالبة الجرام ، نسبة الى المادة التى يتم الصبغ بها .

☞ وهل تعلم أيضاً انه بناء على المعلومة الهامة رقم ٣ يحدد الطبيب نوع المضاد الحيوى الذى يوصفه لك ، فهناك مضادات حيوية فعالة جداً وتقتضى بسهولة على البكتيريا السالبة الجرام بينما هناك مضادات أخرى فعالة ضد البكتيريا الموجبة الجرام .

٥- للهيدروكورتزون أيضاً أضراراً سلبية على الجلد اذا استخدم لفترات طويلة فى صورة مستحضر جلدى فقد يحدث تغير فى تركيبية الجلد والشعر .

٦- أيضاً الاستعمال الطويل المدى لمشتقات الكورتيزون قد تؤدى الى قرحة معدة *Peptic ulcer* خاصة اذا استخدمت عن طريق الفم ، لذلك يحدث فهاق *Hicup* كثيرا عند اعطاء حقن كورتيكوستيرويد طويلة المفعول مثل (ديبروفوس - و كيناكورت) نتيجة حدوث التهاب شديد بالمعدة - لا يخف الا اذا تم اعطاء مضادات قرحة المعدة ☞ ومما سبق شرحه فانه يجب استعمال جميع الأدوية المحتوية على الهيدروكورتيزون ومشتقاته بحذر ولفترات قصيرة وتحت اشراف الطبيب .

👉 أعطنى أمثلة للأسماء العلمية لمشتقات الهيدروكورتيزون ؟

☞ أمثلة لبعض مشتقات الكورتيزون المتوفرة فى الصيدليات فى صورة حقن أو أقراص أو مستحضرات جلدية : - هيدروكورتيزون - بريدنيزولون - بيتاميثازون - كلوبيتاسول - نيكساميثازون - تراى امثيلون - تولون - موميتازون - فلوسينولون - فلوتيكازون . ويمكنك قراءة هذه التركيبات فى اقراص وحقن ومستحضرات جلدية لا حصر لها .

سامة تقتل بها جيرانها البكتيريا الأخرى ، وتم استخلاص هذه المواد السامة ووجد أن بعضها في تركيبات محددة غير مضرّة بجسم الانسان ، وسميت فيما بعد بالمضادات الحيوية ، وكان أول مضاد حيوي تم اكتشافه هو ذلك الساحر العجوز البنيسيلين *Penicillin* وهو ما نسميه بالعامية (البنسلين) والعجيب أن البنسلين الذي تم اكتشافه منذ أكثر من ستون عاماً الا أنه مازال يستخدم حتى الآن في صورة حقن بالعضل والوريد فهو يستخدم في علاج الحمى الروماتيزمية حيث تؤخذ حقنة ممتدة المفعول كل ٢١ يوم أو كل شهر وبالرغم من أنه يعتبر أضعف المضادات الحيوية الا أنه الأكثر أماناً والأقل في الأعراض الجانبية .

هل يمكن أن تعطيني فكرة عن الحمى الروماتيزمية؟

هو مرض يصيب ٢-٣% من الأطفال المصابين بالبكتيريا السبحية في الحلق واللوزتين وهو يؤثر على المفاصل وتكمن خطورة الحمى الروماتيزمية في امكانية اصابة القلب حيث تسبب تلف دائم في بعض صماماته (أنظر الصورة رقم ٣٩ في نهاية الكتاب) وهو يصيب الأطفال من سن ٥-١٥ سنة... أعراضه هي ارتفاع مفاجيء في درجة الحرارة ، التهابات وتورم وألم بالمفاصل.

يجب حماية الطفل الذي أصيب من قبل بالمرض من الاصابة به مرة ثانية لأن تكرار الاصابة قد يؤدي الى تلف صمامات القلب ..ويمكن حماية الطفل بعد الاصابة الأولى بالداومة على اعطائه البنسلين طويل المفعول

وقد ثبت علمياً ان معظم البكتيريا التي تسبب الدامل والخراريج موجبة الجرام من فصيلة تسمى وستربتوكوكاي - *Staphylococci* - *streptococi* وكلمة كوكاي تعنى عنقودية - لانها تظهر بشكل عنقودي او دائري تحت الميكروسكوب .بينما الميكروبات التي تصيب الجهاز التنفسي ومجرى البول سالبة الجرام أو مختلطة (سالبة وموجبة)

معظم المضادات المتوفرة في الصيدلية فعالة ضد البكتيريا السالبة والموجبة الجرام لذلك تسمى: "مضادات حيوية واسعة الطيف" أو واسعة المجال *Broad Spectrum Antibiotics* .

كذلك يجب أن تعلم أن هناك كثير من البكتيريا مقاومة لمعظم المضادات الحيوية وهنا يجب عمل مزرعة بكتيرية *Bacterial Culture* لتحديد المضاد الحيوي المناسب لهذه البكتيريا العنيدة .

لمزيد من المعلومات أنظر العنوان التالي (المضادات الحيوية)

٣- المضادات الحيوية

من أين جاءت فكرة المضادات الحيوية؟

مثل ما نشاهده حولنا في الطبيعة فاذا رأينا نملة حمراء تتشاجرت مع نملة سوداء ستستمر المشاجرة حتى تقتل احدهما الأخرى ، كذلك اذا هاجم حيوان عقرب أو ثعبان فان هذا الحيوان يمكن أن يقتل بسم أحدهما المميت ، كذلك هو الحال في البكتيريا فقد لاحظ العلماء عند وضع مجموعة من البكتيريا معاً ، أن أحدهم تفرز مواد

من الأمراض التي لا حصر لها . وبالطبع هي كائن دقيق جداً لا يمكننا أن نراها الا تحت الميكروسكوب ويمكننى أن أصفها بأنها مثل



فقاعات الصابون

ويحيط بهذه الفقاعة جدار يحميها ويحافظ على كيانها وبداخل الجدار توجد أجهزتها التي تجعلها تحيا وتعيش هذه الأجهزة منفصلة عن بعضها وتسبح فى سائل يسمى البلازما - ولب أو قلب البكتيريا يسمى الحامض النووى

ويقتل البنيسيلين البكتيريا بتحليل الجدار الخارجى للخلية البكتيرية فتتبدد محتوياتها ، وهناك مضادات أخرى تخترق جدار الخلية البكتيرية وتشوه قلب البكتيريا اى الحامض النووى

هل تم تطوير البنيسيلين ؟

بالرغم من أن البنيسيلين هو أبو المضادات الحيوية وبأكورة اكتشاف المضادات الحيوية الا أنه أضعفها ولا يعطى الا عن طريق الحقن العضلى أو الوريدى ، وقام العلماء بتطويره لكى يستطيعوا أن يعطوه عن طريق الفم وكذلك لكى يكون أكثر قوة ضد الجراثيم العنيدة وأهدونا باقة كبيرة من المضادات الحيوية التي بين أيدينا الآن ونستخدمها كل يوم .

هل يمكنك أن تذكر لى أمثلة عن هذه الباقية من المضادات الحيوية التي أهدانا العلماء إياها ؟

اكتشف البنيسيلين أثناء الحرب العالمية الأولى وتم تطويره لكى يعطى عن طريق الفم وليس

حقنة واحدة كل ١٥ يوم فى السنة الأولى ثم حقنة واحدة كل شهر حتى يبلغ عمره ٢٥ سنة على الأقل مثل بناديور Penadur حقن أو ريتارين Retarpen حقن ... كما أنه يوجد بعض البدائل من المضادات الحيوية مثل أوسين ospen ويمكن الوقاية من حدوث الحمى الروماتيزمية للمرة الأولى باعطاء العلاج الكافى لالتهاب الحلق واللوزتين .

ملحوظة

قبل إعطاء البنيسيلين لا بد من عمل إختبار حساسية حيث تحل الزجاجة بـ ٥ سم ماء مقطر فى سرنجة ٥ سم ، ثم يؤخذ مقدار ١٠ وحدات بسرنجة أنسولين و تخفف بمقدار ٩٠ وحدة من الماء المقطر ثم يحقن ١٠ وحدات من الدواء المخفف فى منطقة ظاهرة الساعد تحت الجلد Intra-dermal و تحاط منطقة الحقن بدائرة قطرها ٤ سم و يترك الطفل ١٥-٣٠ دقيقة ثم تلاحظ منطقة الحقن ... فإذا لم يحدث أى شىء يمكنك حقن المريض بالبنيسيلين ... أما إذا حدث حساسية (حدوث إحمرار أو حكة) فلا تحقن المريض بالبنيسيلين و يمكن الإستعاضة عن البنيسيلين بمضاد حيوى إريثروسين .

اوصف لى البكتريا وكيف يقتلها البنيسيلين ؟

ان البكتيريا هي كائن دقيق ليس له يدين أو رجلين ولا معدة ولا أمعاء والبكتيريا التي تسبب العدوى هي كائن شريير بلا قلب لأنها تؤذى الانسان وتصيبه بالتهاب الجهاز التنفسى والتهاب اللوز والتهاب المسالك البولية والدمامل والعديد

وهناك مجموعات أخرى تكاد تكون لا تستعمل الآن نظراً لأعراضها الجانبية مثل الكلورامفينيكول التي لا تعطى الا في حالة حمى التيفود ، كذلك مجموعة النتراسيكلين والاوكسى تتراسيكلين الذى يقتصر استعمالها على علاج حب الشباب الناتج عن البكتيريا ، وبعض الأمراض الاخرى مثل بعض امراض العين (كلاميديا) - وهى تتأثر بادوية الحموضة والطعام لذلك تؤخذ بعد الاكل بساعة على الاقل .

+ المضادات الحيوية مصدرها هو البكتيريا وهناك مجموعة ليست مضادات حيوية لانها مخلقة كيميائياً بنسبة ١٠٠% ولكن لها تأثير قاتل للبكتيريا مثل المضادات الحيوية تماماً تسمى مجموعة أدوية السلفا مثل : سلفاميثوكسازول - سلفاميترون ، تحضر ٤٠٠مجم من السلفا مع ٨٠مجم من مضاد بكتيرى اسمه تراهى ميثوبريم فى كل قرص أو ملعقة شراب لتعطى مفعول قاتل للبكتيريا .

👉 ما هو الفرق بين هذه المضادات الحيوية جميعها ؟

☞ هذه المضادات جميعها تشترك فى أنها قاتلة للبكتيريا الضارة التى تصيب جسم الانسان ، ولكن هناك مضاد حيوى ضعيف ومضاد حيوى قوى ، وهناك مضادات فعالة فى قتل البكتيريا سالبة الجرام وأخرى شاملة ضد السالب والموجب الجرام .

👉 وما معنى مضاد حيوى قوى أو ضعيف ؟

بالحقن العضلى والوريدي فقط نتج عن هذا التطوير كثير من المضادات الحيوية مثل : أمبيسلين - أموكسيسيلين - كلوكساسيلين - فينوكسى ميثيل بنيسيلين - ثم تم اكتشاف مجموعة ثانية سميت : **مجموعة السيفالوسبورين** ولوحظ أنها أكثر فاعلية عن المجموعة الأولى خاصة ضد الميكروبات التى تسبب الدمامل والخراريج والتى تسبب تلوث العمليات الجراحية ومن أعضاء هذه المجموعة : سيفالكسين - سيفرادين - سيفادروكسل - سيفاكلور - سيفوروكزيم - سيفيكزيم .

وتم اكتشاف مجموعة ثالثة تسمى

مجموعة الماكوليد وتحتوى هذه المجموعة الآن على مضادات أكثر فاعلية من البنيسيلين خاصة فى عدوى الجهاز التنفسى ويعطى أحد أفراد هذه المجموعة للمريض الذى لديه حساسية ضد البنيسيلين ومن أمثلة هذه المجموعة : اريثروميسين - كلاريثروميسين ، ازيثروميسين .

ومجموعة رابعة تعتبر من أحدث المجموعات وفعالة أكثر فى عدوى الجهاز التنفسى والمسالك البولية ولكن لا يمكن استخدامها للأطفال اقل من ١٠ سنوات - وهى **مجموعة**

الكوينولون Quinolone من أفراد هذه المجموعة : نورفلوكساسين "للجهاز البولى" - بيفلوكساسين - اوفلوكساسين - سيبروفلوكساسين للجهازين البولى والتنفسى وهى مضادات واسعة المجال .

يدافع الجسم عن نفسه بعدة وسائل مثل :-
 ١-الشعر الكثيف الذى يغطى الأنف من الداخل يمنع دخول الكثير من الميكروبات أثناء عملية التنفس .

٢-الافرازات اللزجة الموجودة فى الأنف والفم والبلعوم وكذلك هناك أهداب داخل القصبة الهوائية يلتصق بها الميكروب وتحول دون دخوله الجسم .

٣-أما اذا استطاع الميكروب من عبور هذه الحواجز فان هناك حائط دفاعى قوى داخل دم الانسان وهو الأجسام المناعية التى تقاوم أى ميكروب غريب يدخل الجسم .. بل أكثر من ذلك هناك كرات الدم البيضاء التى تلتهم أى ميكروب غريب يدخل الجسم ، ولكن اذا ضعفت مناعة الجسم عندها يبدأ الميكروب فى نشاطه ويتكاثر داخل الجسم ، عندها تبدأ معركة شرسة بين الميكروب وكرات الدم البيضاء.. والعجيب أن الجسم يضاعف عدد كرات الدم التى تهاجم الميكروب ويعلن احتجاجه ويعبر عن ذلك بارتفاع درجة حرارته.

لماذا ترتفع درجة حرارة الجسم اثناء الاصابة بالبكتيريا ؟

إذا اصابك البكتيريا الجسم الجهاز التنفسى او اللوزتين مثلاً - فان الجسم كما ذكرنا فى السؤال السابق يقاومها بكرات الدم البيضاء - وناتج الدمار من هذه المعارك هو جنود كرات دم بيضاء وبكتيريا ميتة - هذه الجنود التى ماتت تعتبر مواد سامة ترفع حرارة الجسم وتسبب ضعف فى كل خلايا الجسم وهو ما يعبر عنه المريض بالاعياء العام وضعف قوته - وقد اراد الخالق سبحانه

البكتيريا تدافع عن نفسها بمادة تقاوم المضادات الحيوية هذه المادة هى انزيم البيتا لاكتاميز *B-lactamase* او البنيسيلينيز *Penicillinase* (وجاءت تسميته من انه يحلل مضاد حيوى البنيسيلين ويبطل مفعوله) والمضاد الحيوى الذى يستطيع أن يقاوم هذه المادة نسميه مضاد حيوى قوى أو واسع المجال *Broad Spectrum* أما المضاد الذى لا يستطيع الصمود أمام هذه المادة نسميه مضاد حيوى ضعيف ، والعجيب أنه لا يوجد مضاد حيوى واحد قاتل لجميع السلالات من البكتيريا بنسبة ١٠٠% . والأكثر عجباً كما أن العلماء يطورون فى المضادات الحيوية ليصلوا الى مضاد حيوى قاتل لجميع أنواع البكتيريا .. كذلك البكتيريا تطور انزيماتها المقاومة لتستطيع أن تقاوم أكبر عدد ممكن من المضادات ، وتتحور الى سلالات مقاومة للمضادات الحيوية ، لدرجة أن الكثير من البكتيريا صارت مقاومة للمضادات الحيوية خاصة المضادات القديمة مثل الأميسيلين فقد صار هذا المضاد كما نقول بالعامية (ملطشة).. فكل من هب ودب من الميكروبات صار مقاوماً للأميسيلين ، لدرجة أننا نستطيع أن نقول أن الأميسيلين هو مضاد حيوى ضعيف جداً ، وقد نصحت منظمة الغذاء والدواء الامريكية *FDA* بايقاف انتاجه وخاصة الاشكال التى تعطى عن طريق الفم لانها تتأثر بالطعام ولا يمتص منه للدم سوى ٤٠% .

ما هى الوسائل التى يدافع بها الجسم عن نفسه ؟

﴿ اعطني بعض الامثلة عن مضادات الفطريات التوفرة في الصيدلية ؟ ﴾

﴿ مثل كلوتريمازول : (كانديستان - لوكاستين - ديرماتين) ﴾

ميكونازول ويحضر منه كريم وبودرة ومحلول للجلد ولبوس او كريم مهبلى ولا يمكن تحضيره في صورة اقراص بالفم وهو موجود في المستحضرات الاتية في الصيدلية (دكتارين - ميكونيز)

اما كيتوكونازول و فلوكونازول - و تيربينافين - فهي عبارة عن اقراص او كبسولات تعطى عن طريق الفم ويتوفر من كيتوكونازول و تيربينافين مستحضرات جلدية

﴿ وستلاحظ ان معظم هذه المستحضرات تنتهي بثلاثة احرف هي " زول " ﴾

٥- أشكال الدواء و جرعته

﴿ كيف تحدد الشركة المخترعة لأي دواء جرعة هذا الدواء ؟ ﴾

﴿ هناك تعريف علمي لجرعة الدواء تقول " جرعة الدواء هي أقل كمية من الدواء تعطى أقصى تأثير ممكن على المرض وأقل تأثير ضار بخلايا جسم الانسان " . ﴾

﴿ ما الفرق في أن أعطى ملعقة شراب أو قرص أو حقنة من نفس الدواء ؟ ﴾

الفارق الوحيد اذا كان هناك اختلاف في التركيز ، لكن اذا قرص أو كبسولة الدواء تحتوي على ٢٥٠مجم من الدواء مثلاً ، وكذلك كل ٥ مللى شراب من نفس الدواء يحتوى على ٢٥٠مجم من نفس الدواء ، وكل حقنة أو لبوسه

وتعالى ان تكون ارتفاع درجة حرارة الجسم دليل على لزوم عرض المريض على الطبيب بسرعة لوصف المضاد الحيوى وخافض الحرارة والادوية الاخرى اللازمة الحالة .

- اذنت انت الان تعلم ان اعطاء خافض للحرارة فقط في حالة الاصابة بالبكتيريا ليس حل للمشكلة وانما الحل هو اعطاء المضاد الحيوى المناسب لقتل هذه العدوى الهيكروبية .

٤ - الفطريات

الفطريات هي أحد أنواع الميكروبات ومنها أنواع ضارة تصيب جسم الانسان منها :

١- فطريات تصيب بين أصابع القدم مسببة تآكل في الجلد وعفونة بين الأصابع (تينيا القدم)

٢- فطريات تصيب الجلد مثل أنواع التينيا

٣ - فطريات تصيب العضو التناسلي للأنثى

٤- فطريات تصيب الرأس مسببة التهابات أو قشرة في الشعر وقد اثبتت الابحاث الحديثة ان احد اسباب قشرة الشعر هو فروة الراس الدهنية والفطريات التي تلتصق من الجو المحيط بالشعر الخ..

وبالرغم من أن الفطريات أنواع كثيرة الا أن مضادات الفطريات الموجودة حالياً بالصيدليات فعالة ضد معظمها ، الا أن الكثير من الفطريات التي تصيب الجلد

(التينيا) يصعب علاجها أو تحتاج الى فترة طويلة من العلاج . (أنظر الفصل الخامس بالأمراض الجلدية)

فبعضها هش يتحلل ويعطى مفعولاً سريعاً بعد دخوله المعدة أو الأمعاء مباشرة والأخر أكثر قساوة فيتحلل بعد بضعة ساعات والأخرى قاسية بدرجة معينة بحيث أنها لا تتحلل إلا بعد ٦ ساعات مثلاً ، وقساوة هذه الحبيبات تكون بدرجات معينة حسب تصميم الشركة المنتجة للدواء بحيث تتحلل مجموعة بسرعة وتمتص إلى الدم فتعطى تأثير الدواء في الحال تليها المجموعة الثانية ثم الثالثة (*Micronization*) بحيث يمتد تكسير وامتصاص ومفعول محتويات الكبسولة حتى ١٢ أو ٢٤ ساعة ، وتلجأ الشركات لهذا الشكل الصيدلاني لكي يتمكن المريض من أخذ كبسولة كل ١٢ أو كل ٢٤ ساعة بدلاً من كبسولة كل ٦ ساعات مثلاً

ما هي المواد التي يتشكل منها قرص الدواء؟

يتكون قرص الدواء من المادة الفعالة وليكن امجم ٢مجم ثم مواد اخرى اضافية لا تتفاعل مع هذه المادة الفعالة اي انها توصف بانها مواد خاملة *Inert Materials* ومن امثلتها :

١- المواد التي تسمى ديسينتراتنت *Desentegrants* اي المواد المتفككة اي تساعد على تفكك قرص الدواء - ووظيفة هذه المواد المضافة مع المادة الفعالة هي التفكك بسرعة بمجرد تلامسها مع عصارة المعدة او الامعاء - او عدم التفكك في المعدة ثم التفكك في الامعاء - لذلك تعتبر هذه المواد المضافة في غاية الاهمية وتشكل عامل اساسي في فاعلية الدواء ولا تقلل اهميتها عن اهمية المادة الفعالة - لذلك تعتبر سر

تحتوى على ٢٥٠مجم من نفس الدواء ، فانه لا فرق في أن تعطى للمريض أى منهم مكان الآخر مادام يحتوى على نفس الدواء ونفس التركيز والاقراص أو الكبسولات أو الحقن أو اللبوس أو الشراب تسمى (الأشكال الصيدلانية) للدواء ، وليس من الضروري أن كل دواء موجود فى جميع الأشكال الصيدلانية ، فهناك أدوية موجودة فى صورة أقراص فقط وهناك أدوية موجودة فى شكل حقن فقط ، وهناك أدوية موجودة فى جميع الأشكال الصيدلانية.

اذن اختلاف الشكل الصيدلاني لا يؤثر على مفعول وقوة الدواء وانما بالاكتر ليلائم الحالة المرضية - فالطفل الذى يعانى من القئ يفضل اعطاه حقنة مضادة للقئ او لبوس للقئ ولا يمكن اعطاه فى معظم الحالات شراب مضاد للقئ لانه فى الغالب سينقيائه - اما اذا كان يعانى من قئ مع اسهال فلا يمكن اعطاء لبوس شرجي لانه مصاب بالاسهال - كذلك لا يمكن اعطاه شراب لانه يعانى من قئ - اذن الجرعات الاولي من العلاج على الاقل يجب ان تكون حقن عضل او وريد ثم يمكن اعطاء ثانى او ثالث يوم شراب او لبوس او اقراص .

أحياناً لاحظ كبسولات شفافة بداخلها حبيبات صغيرة ملونة فما معنى ذلك؟

معنى هذا أن الشركة المنتجة لهذه الكبسولات تريد أن تجعل الدواء المعبأ بداخل هذه الكبسولات يمتد مفعوله الى ١٢ أو ٢٤ ساعة ، فالحبيبات التي تراها بداخل الكبسولة ليست مثل بعضها ،

أحياناً نجد أقراص طعمها محلى وأخرى غير محلاة فما معنى ذلك ؟

هناك أقراص يجب تغليفها بطبقة من السكر وهذا هو الطعم الحلو لبعض الأقراص أنه طعم السكر .. وهناك عدة أسباب تؤدي الى تغليف الأقراص منها :

١- اذا كان الدواء مؤدى لبطانة المعدة وقد يحدث قرحة بها ، فيغلف بطبقة من السكر قاسية بدرجة معينة بحيث لا يتفكك في المعدة ولكن يتفكك فى الأمعاء وبالطبع يجب أن يكون هذا الدواء غير مؤدى لجدار الأمعاء ، والا كان لا يصلح أن يعطى فى صورة أقراص .

٢- اذا كان الدواء يتأثر بعصارة المعدة ، لذلك يتم تغليف القرص حتى يعبر المعدة دون تفكك ويصل الى الامعاء حيث يتم امتصاصه ويعطى تأثيره .. فهناك أدوية تمتص من الامعاء ولا تمتص من المعدة والعكس .. وبالتالي يكون الدواء قد نجا من أذى عصارة المعدة .

٣- اذا كان للدواء طعم مر أو سيئ ، فيتم تغليف الأقراص بطبقة حلوة حتى لا يستاء المريض من تناول قرص الدواء .

أحياناً نجد شراب شفاف مثل الماء وأخر معكر مثل اللبن فما الفرق ؟

هناك أدوية عند تحضيرها فى صورة شراب تذاب تماماً فى الماء فهذه تسمى شراب ويكون مظهرها شفافاً مثل معظم أدوية الكحة ، أما اذا كان الدواء لا يذوب فى الماء عند تحضيره فى صورة شراب ، فان الشركة تحضره فى صورة

من اسرار شركات كثيرة فى تصنيع بعض اقراصها او كبسولاتها او ادويتها المعلقة وهى تختلف من شركة لآخرى ومن قرص لآخر تبعاً لنوعية الدواء وربما يكون سبب عدم فاعلية الدواء هو هذه المادة التى تساعد على التفكك - وتعتمد فكرة معظمها على امتصاص الماء والعصارة من المعدة او الامعاء فتتمدد وتتفخ فينفجر القرص وتخرج المادة الفعالة .

٢- مواد تكمل حجم القرص وهى تسمى فيلرز *Fillers* وتفسر بانها المواد التى تساعد على امتلاء القرص او الكبسولة ليصلا الى حجمهما الطبيعى - فالمادة الفعالة لا تمثل سوى جزء قليل من حجم القرص اما الباقي فهى المواد المذكورة فى رقم ١ ، ٢ .

اذن الديسينتجرانت والفيلرز يمثلان غالباً الجزء الاكبر من حجم القرص والمادة الفعالة توضع بالمليجرام بكل دقة ولا تمثل إلا جزء قليل من حجم القرص .

هل هناك حقن ممتدة المفعول ؟

نعم هناك حقن ممتدة المفعول مثل حقن مشتقات الكورتيزون الممتدة المفعول والذى يستمر مفعولها ٢-٤ أسابيع (مثل ديبوروفوس و كيناكورت ، أو ديبوميديول) ، وهناك حقن قد يستمر مفعولها حتى ثلاثة أشهر مثل حقن منع الحمل (ديبوبروفيرا - و- جينودايان) ، وهذه الحقن محضرة بطريقة بحيث تظل مرتبطة ببلازما الدم وتحرر تدريجياً وببطء شديد بمرور الأيام واكتمال تحررها بالكامل يعنى نهاية مفعول الحقنة

كانت العدوى شديدة كلما زادت عدد الجرعات اليومية.

هناك خطأ شائع وهو أن الكثيرون يظنون أن الدواء الذى يعطى ٣ مرات يومياً يؤخذ صباحاً وظهرًا ومساءً ، وهذا خطأ ينتج عنه عدم انضباط مستوى الدواء فى الدم ، والصحيح هو أن الدواء الذى يوصف ثلاث مرات يومياً يجب أن يؤخذ كل ٨ ساعات وليس صباحاً وظهرًا ومساءً ، فمثلاً يؤخذ الساعة ٨ صباحاً و ٤ العصر و ١٢ مساءً ، والدواء الذى يوصف ٤ مرات يومياً يجب أن يؤخذ كل ٦ ساعات مثلاً يؤخذ ٨ صباحاً - ٢ ظهرًا - ٨ مساءً - ١٢ مساءً .. ويجب أن نعرف أن الدقة فى توقيت جرعة الدواء لا يقل أهمية عن الدقة فى كمية الجرعة نفسها والالتزام بكليهما يعجل بشفاء المريض .

نعرف أن المضادات الحيوية تركيزات ١٢٥ ، ٢٥٠ ، ٥٠٠ ، ١٠٠٠ ملليجرام فهل يمكنك تقسيبها حسب العمر؟

الأتى ليس قاعدة انما قاعدة عامة يمكن أن تشذ عنها بعض المضادات ، فيمكن أن نقسم جرعة المضاد كالتالى :-

١- من عمر يوم الى عمر ٦ شهور ٢٢.٥ مجم كل ٨ ساعات .

٢- من عمر ٦ شهور الى سنة ١٢٥ مجم كل ٨ ساعات .

٣- من عمر سنة الى ١٢ سنة ٢٥٠ مجم كل ٨ ساعات.

٤- من عمر ١٢ سنة فما فوق ٥٠٠ مجم ٣ مرات يومياً .

معلق Suspension ، وكلمة معلق أو شراب معلق ، يعنى أن هذا الدواء غيرذائب تماماً .. وهنا يجب رج الزجاجه جيداً قبل أخذ جرعة من الدواء المعلق لأنه فى معظم الأحيان يترسب . لذلك يجب رجه جيداً ومن أمثلة الأدوية المعلقة : معظم المضادات الحيوية للأطفال تكون فى صورة بودرة يضاف إليها الماء لتحضير معلق ، وكذلك أدوية الحموضة فهى أدوية معلقة ، ومجازاً فى هذا الكتاب نسمى أى دواء سائل باسم « شراب » ، ولكنك قد عرفت الآن الفارق بين الدواء الشراب والدواء الشراب "المعلق" .

ماهى جرعة المضادات الحيوية ؟

يجب أن نعرف أن الدواء اذا أعطى فى صورة أقراص مثلاً فانها تتحلل وتمتص من الأمعاء وتدخل فى النهاية الدم وتلتصق ببلازما الدم .. ويعتمد تكرار جرعة المضادات الحيوية وكذلك جميع الأدوية على الفترة التى يبقى فيها الدواء فى دم الانسان ، بعدها يخرج الدواء من جسم الانسان عن طريق البول (الكلى) أو البراز (خلال الكبد) . فمثلاً اذا بقى الدواء فى الدم ٢٤ ساعة اذن يجب تكرار الجرعة مرة واحدة كل يوم ، أما اذا ظل مرتبط ببلازما الدم ١٢ ساعة سيكون تكرار الدواء مرتين يومياً ... وهكذا ، هذا بالنسبة لتكرار الجرعة بصفة عامة ، وهذا يعنى أنه لو قيل لك تأخذ هذا الدواء كل ٦ ساعات فهذا يعنى أن الدواء لا يظل مرتبط ببلازما الدم سوى ٦ ساعات فقط ، وبصفة عامة معظم المضادات الحيوية تؤخذ جرعة كل ٦ أو ٨ ساعات وقلّة منها كل ١٢ أو كل ٢٤ ساعة وبصفة عامة كلما

يستصعب تعاطى حقن فإنه على الأقل يفضل اعطاء أول جرعة أو جرعتين حقن للحصول على نتائج سريعة .

- هناك حالات كثيرة تستدعى اعطاء الحقن - مثل الاصابات البكتيرية الشديدة (مثل الالتهاب السحائي - وبعد العمليات الجراحية) - وكذلك في وحدات العناية المركزة مثل حالات الغيبوبة وعدم المقدرة على تعاطى الادوية عن طريق الفم .

٦- مرض السكر

هرمون الأنسولين يفرز في دم الانسان بواسطة خلايا في البنكرياس تسمى جزر لانجرهانز " الاسم نسبة الى العالم الذى اكتشفها " ، وهى تفرز الأنسولين المسئول عن تنظيم نسبة الجلوكوز فى الدم بحيث لا تتعدى ١٢٠مجم/١٠٠ملى دم هذا اذا تم التحليل للشخص الصائم (لم يتناول الافطار صباحاً) ، ونقصان هرمون الأنسولين يؤدي الى ارتفاع نسبة الجلوكوز فى الدم واذا استمر الارتفاع فى جلوكوز الدم (سكر الدم) حتى تعدى ١٨٠مجم/١٠٠ملى دم فانه يظهر فى بول المريض ، وهو ما يعرف بمرض البول السكرى ، لان الكليتين تسمحان بمرور الجلوكوز مع البول ، اذا تعدى تركيزه فى الدم ١٨٠مجم/ملى دم .

ما هى النتائج المثالية لمستوى السكر فى الدم عند مريض السكرى؟

صائماً من ٩٠ - ١١٠مجم/د.ل .

بعد الأكل بساعتين ١١٠ - ١٤٠مجم/د.ل .

هل مرض السكر له انواع؟

مرض السكر نوعان هما :

وبصفة عامة للحصول على جرعة أقرب الى الدقة فى الاطفال يمكن اعطاء ٢٥ الى ٥٠مجم لكل كيلوجرام من وزن الجسم تقسم على ثلاث جرعات ، فمثلاً طفل وزنه ١٢ كيلو جرام سوف يأخذ فى حالة العدوى الخفيفة مثل التهاب الحلق ١٢×٢٥مجم = ٣٠٠مجم من المضاد الحيوى يومياً تقسم على ثلاث جرعات أى ١٠٠مجم كل ٨ ساعات .

+أما اذا كانت العدوى شديدة فيمكن اعطاء ١٢×٥٠مجم = ٦٠٠مجم يومياً أى ٢٠٠مجم كل ٨ ساعات وهكذا .

بالتأكيد يمكن أن تختلف هذه الجرعات تبعاً لوزن الجسم ، وشدة الاصابة ونوع المضاد الحيوى .

نلاحظ ايضا ان هناك مضادات حيوية حديثة تعطى منها جرعة واحدة كل ٢٤ ساعة - مثل المستحضرات المحتوية على مادة الازيثرومايسين (زيثروماكس-زيثرون-ازروليد-ازاليد-...) وهو يستعمل الان بكثرة فى عدوى الجهاز النفسى - وهذا المضاد يجب أن يؤخذ جرعة واحدة يومياً بعد الاكل بساعتين لمدة ثلاثة ايام .اذن هو من المضادات الحيوية الشاذة فى جرعتها عن معظم المضادات التى تعطى كل ١٢ او ٨ او ٦ ساعات .

ما هو الأفضل الحقن أم الكبسول والشراب كعضاد حيوي؟

الحقن بالرغم من أنها مؤلمة وتضايق المريض الا أنها الأفضل والأسرع لأنها تدخل الى الدم مباشرة لتبدأ مفعولها بوقف نشاط الميكروب وقتله ، ولكن لأن الجميع

الغذاء غنى بالخضراوات والفاكهة ويجب عليه تناول فيتامين ب المركب لتجنب التهاب الأعصاب خاصة أعصاب الأرجل والعين واليدين . واهمال مرض السكر والأكل العشوائى دون اكرثاى يؤدى الى متاعب كثيرة مثل التهاب الأعصاب بما فيها أعصاب العين ووزيادة شديدة فى جلوكوز الدم الذى قد يؤدى الى الدخول فى غيبوبة سكرية .

ماهى أعراض مرض السكر ؟

- زيادة العرق ..شحوب الوجه.. برودة الأطراف .
- تكرار التبول خاصة أثناء الليل مع زيادة كمية البول عن المعتاد .
- العطش الزائد وكذلك الشعور بالجوع وزيادة الشهية .
- الخمول والضعف العام والهبذان .
- غثيان والاحساس بفقدان الوعى .

ولكن ماذا يحدث اذا زادت أو انخفضت نسبة السكر فى الدم ؟

⊗ غيبوبة السكر اذا زادت النسبة :

السبب : ١-زيادة السكر فى الدم . أو

٢-نقص هرمون الأنسولين .

الأعراض : الجلد جاف ودافىء ..الوجه محتقن ..التنفس سريع وعميق ..ضغط الدم منخفض والنبض ضعيف ..احساس بالعطش ..يتبول المريض كميات كبيرة ..

وأهم ما يميز غيبوبة السكر قبل حدوثها واثثناء الغيبوبة **رائحة الأسيتون** (التفاح الفاسد)

١- النوع الاول (البعتمد على

الانسولين) هو عدم المقدرة التامة للخلايا الموجودة بالبنكرياس على افراز الانسولين وهذا النوع غالباً ما يصيب الشخص منذ طفولته *Juvenile Diabetes* وتلعب العوامل الوراثية دوراً كبيراً فيه اذ ان معظم المصابين بهذا النوع لديهم اباء او اجداد يعانون من هذا المرض والعلاج الحالى لهذا النوع هو اعطاء الانسولين من الخارج فى صورة حقن تحت الجلد ولذلك يسمى المعتمد على الأنسولين ، وتجرى الان محاولات كثيرة لتوفير بديل لحقن الانسولين مثل لبوس شرجى لاعطاء وزرع خلايا تحت الجلد تفرز الانسولين .

٢- النوع الثانى (الغير معتمد على

الأنسولين) هو امكانية تنشيط خلايا البنكرياس من جديد لافراز كمية كافية من الانسولين تكفى لضبط نسبة الجلوكوز فى الدم وبالتالي لا نحتاج الى الأنسولين الخارجى ولذلك يسمى الغير معتمد على الأنسولين وهذا النوع غالباً ما يصيب البالغين وكبار السن وله أسباب عديدة مثل تناول الحلوى والمشروبات المحتوية على سكر بكثرة او عدم مقدرة البنكرياس على افراز كمية كافية من الانسولين ، او تعاطى بعض الادوية المضادة لهرمون الانسولين مثل الهيدروكورتيزون ومشتقاته .. الخ ، وهذا النوع من مرض السكر يمكن علاجه بالاقراص المنشطة لخلايا البنكرياس لافراز هرمون الانسولين .. ومريض السكر يجب ان يتبع نظام غذائى معين يخلو من البروتينات والدهون ويقلل من النشويات والسكريات ويكون

ما هي مضاعفات مرض السكر؟

تعتبر مضاعفات مرض السكر النتيجة الحتمية لهذا المرض ولاسيما لو أهمل علاجه . ومرض السكر ليس مرضا معديا ولكنه قد يكون وراثيا . ولأن مريض السكر يتبول كثيرا ويعطش بشدة فيقل حجم الماء في الدم بجسمه لهذا نقل الدورة الدموية بالأطراف مع زيادة الأوزن (اليوريا) مما قد يؤدي للفشل الكلوي والمضاعفات المرضية لمرض السكر كالجلطات حتي ولو كان يُعالج منه بالإنسولين أو الأدوية المخفضة للسكر . وعلي المريض مراقبة وزن الجسم وفحص قاع العين وتحليل البول كل ٢٤ ساعة للتعرف علي الزلال به وبصف دورية يقوم بتحليل الكرياتينين ويوريا الدم وإجراء مزرعة للبول وقياس ضغط الدم والكشف عن التهاب الأعصاب الطرفية سواء بالقدمين والساقين والذراعين . كما يُجري له إختبار (دوبلر) للكشف علي الأوعية الدموية بالساقين والرقبة . ويفحص القلب والأذن واللثة والصدر والكوليسترول وفحص القدمين جيدا حتي لا يصابا بعدوي بكتيرية قد تسبب الغرغرينا .

وأهم مضاعفات مرض السكر هي إصابة

- العين بإعتلال الشبكية و المياه البيضاء .
- ١- إصابة الكليتين بالفشل الكلوي .
- ٢- إصابة القلب و الأوعية الدموية بالذبحة الصدرية و ارتفاع ضغط الدم و الكوليسترول .
- ٣- إصابة القدم بالقرح المزمنة (القدم السكرى) .
- ٤- الضعف الجنسي .

من فم المصاب (وهذه الرائحة تظهر نتيجة تحول الجلوكوز الزائد في الدم في النهاية الى اسيتون الذي يعبر حاجز المخ ويسبب الغيبوبة)
العلاج : النقل الى المستشفى فورا لعمل اللازم وأخذ الأنسولين .

⊗ غيبوبة نقص السكر في الدم (صدمة الأنسولين):

السبب : انخفاض نسبة السكر في الدم نتيجة

- ١- تعاطي كميات كبيرة من الأنسولين . أو
- ٢- أن المريض لم يأكل بعد تناول الأنسولين أو تأخر ميعاد الأكل . (ذلك من المهم جداً ان يتناول المريض طعامه فوراً بعد تعاطي

- الانسولين او اقراص خفض السكر في الدم) أو
- ٣- بذل مجهود عضلي شديد أدى الى انخفاض نسبة السكر في الدم .

الأعراض : الجلد باهت وشاحب وعرق بارد .. النبض سريع وضعيف .. شعور بالجوع والضعف العام قبل حدوث

الاغماء .. هذيان و رعشة .. عدم اتزان .. وقد يموت المريض اذا لم يعالج فورا .

العلاج : يعطى المريض أى شىء به سكر مثل شراب سكرى أو عصير أو قطعة شوكولاته أو أقراص تحتوى على جلوكوز وهذا اذا كان المريض متيقظا .. أما اذا كان فاقد الوعي فقد يعلق له محلول جلوكوز في اقرب مركز اسعاف او مستشفى.

نجحت لدي ٧٠-٩٠% ليصل معدل السكر الطبيعي خلال سنة من زراعته . وتعتبر عملية جذرية لعلاج المرض. وهناك زراعة الخلايا (بيتا) أو البنكرياس الصناعي وهو عبارة عن مضخة آلية تضخ الإنسولين في الغشاء البريتوني بالبطن.

الأقراص المنخفضة للسكر:

١- **سلفونيل يوريا** : كالدائمكرون والدوانيل تزيد معدل الإنسولين بالدم وتعطي للمرضي الذين ليس لديهم أجسام كيتونية بالبول. وقد يصاحبها زيادة في الوزن . ولا تفيد مع مرضي السكر من النوع الأول . ولا تستعمل مع الأطفال أو في حالة الإرتفاع الشديد في السكر أو في حالة غيبوبة السكر. ومن تأثيراتها الجانبية ولاسيما في حالة الصيام خفض معدل السكر والشعور بالإهتزاز والعرق والإرهاق والجوع والإضطرابات وقد تظهر بعض الحساسية والهرش فلا يوقف الدواء .

٢- **أقراص ميتوفورمين** : مثل (سيدوفاج) ويفضل إستعمالها بواسطة مرضي السكر البدينين بعد فشل رجيم الغذاء والرياضة في التخسيس . وتعمل علي إقلال مقاومة الخلايا للإنسولين ولا تقلل إفراز الإنسولين من البنكرياس ولا يسبب ظهور غيبوبة نقص السكر ويقلل الدهون بالدم كما يقلل إنطلاق الجلوكوز من الكبد أو إمتصاصه من الأمعاء . وآثاره الجانبية فقدان الشهية والشعور بطعم معدني بالفم والغثيان والقيء وآلام بالبطن والإسهال . وهذه الآثار تقل مع الوقت .

٥- إلتهاب أعصاب الأرجل أو اليدين أو العينين .

و لذلك يجب الحفاظ على مستوى السكر بالدم تجنباً لحدوث مثل هذه المضاعفات كفقْد البصر .

تحليل السكر :

تحليل البول بعد القيام من النوم صباحاً ليس مؤشراً علي تركيز السكر بالدم ويفضل تحليل الدم . والمرضي الذين يعالجون بالإنسولين يحلل البول بصفة منتظمة للتعرف علي الأجسام الكيتونية به . لأنها مؤشر إرتفاع السكر وعدم إستغلاله مما يجعل الجسم يقبل علي إستهلاك الدهون المخزونة به وأن جرعات الإنسولين غير كافية أو أنه لا يعمل داخل الجسم . لهذا تظهر هذه الأجسام الكيتونية أثناء الصيام الطويل أو القيء المستمر . ويجري تحليل السكر قبل الفطار (صائم) أو بعد العشاء بحوالي ١٢ ساعة . ويأخذ المريض علاجه قبل الفطار مباشرة ثم يحلل الدم بعد تناول الطعام بساعتين للتعرف علي مفعول الدواء . ومن الأخطاء الشائعة تحليل البول بالشرائط . لأنها قد تعطينا نتائج زائفة ولاسيما لو تناول الشخص العصائر أو الفواكه أو الكورتيزونات أو فيتامين (ج) أو الأسبرين . فقد يظهر سكر في البول رغم عدم وجوده أصلاً. وإذا ظهر السكر بالبول ولم يظهر بالدم فهذا أمر طبيعي وليس معناه وجود مرض السكر .

ما هو علاج السكر ؟

يعتبر علاج مرض السكر علاجاً معقداً . وهناك العلاج بحقن الإنسولين والأقراص المنخفضة للسكر . كما توجد تقنية زراعة البنكرياس وقد

يعتبر فقر الإنسولين أو عوزة بالدم سببا مباشرا في ظهور مرض السكر . لأن وظيفته الأساسية إدخال السكر بالخلايا و الأنسجة والعضلات والمخ والأعصاب . ويُستهلك عادة السكر الزائد بالدم عن المعدل الطبيعي خلال ساعتين . والإنسولين لا يؤخذ بالفم (حاليا يوجد إستنشاق) ولكنه يؤخذ كحقن . ويوجد منه إنسولين قصير أو متوسط أو طويل أو ممتد المفعول , وأحسن مكان يمتص منه الإنسولين الحقن في البطن . لأن حقنه بالذراع أو الفخذين مع الحركة يُمتص بسرعة . وعند أخذ الإنسولين يُؤخذ الإنسولين العادي (الرائق) في المحقن (السرِنجة) أو ثم يخلط بالإنسولين المعكر (طويل المفعول) في نفس المحقن . والعكس يحول الإنسولين العادي السريع مفعول إلي إنسولين طويل المفعول . وهناك حقن إنسولين عليها أرقام ٤٠ أو ١٠٠ وحدة . وهذا معناه أن كل سنتمتر مكعب (مل) من السائل به ٤٠ أو ١٠٠ وحدة . وبعض الزجاجات عليها ٧٠/٣٠ . وهذا الرقم معناه أن الزجاجات تتكون من نسبة ٣٠% إنسولين عادي و ٧٠% إنسولين طويل المفعول . والإنسولين عبواته ١٠ مل (سنتمتر مكعب) . ويظل مفعول سائل الإنسولين لمدة شهر في درجة الحرارة العادية (٢٥ درجة مئوية) . لهذا يخزن في الثلاجات ولا يخزن في الفريزر حتي لا يفقد مفعوله . وعند أخذ الجرعة لا ترح الزجاجات بل تدار بين راحتي اليد . ويوجد الإنسولين الحيواني والبشري المهندس وراثيا . ويفضل الإنسولين البشري لأنه لا يسبب حساسية

٣- **ثيازوليد بتديونات** : منها أقراص تروجليتازون التي تزيد من حساسية الإنسولين . فتساعد الأنسجة والعضلات علي أخذ الجلوكوز من الدم . وتقلل كمية الجلوكوز التي يصنعها الكبد من الجليكوجين ويحسن مقاومة الخلايا للإنسولين . وآثاره الجانبية ظهور إنخفاض في السكر . لهذا تُقلل جرعة سلفونيل يوريا أقراص أو الإنسولين .

٤- **أفاجلوكوزيداز** : كأقراص (أكاربوز) . وتقلل تأثير عمل الإنزيم المسئول عن تكسير السكر والنشويات أثناء الهضم وتحويلها إلي جلوكوز يُمتص بالأمعاء . لهذا يُؤخذ قبل الأكل مباشرة ليقلل إمتصاص السكر من الأمعاء . ولهذا تُقلل جرعات أدوية السكر . ويقل مفعول دواء الأكاربوز مع تناول مدرات البول والكورتيزونات والإستيرويدات والفينوباربيتورات وأدوية الغدة الدرقية والإستروجينات الأثوية في حبوب منع الحمل ودواء أيزونازيد لعلاج الدرن . ودواء أكاربوز لا يمتص من الأمعاء ويسبب تخمرا للسكريات في الجهاز الهضمي لبطء هضمها . . وفي حالة إنخفاض السكر بالدم مع تناول هذا الدواء يفضل إعطاء المريض حقن جلوكوز .

وبصفة عامة لا تستعمل الأدوية المخفضة للسكر أثناء الحمل أو الرضاعة أو إيمان الخمر وفي حالات الأمراض المعدية والعمليات الجراحية أو الحساسية ضد السلفا ومشتقاتها كما في أقراص السلفونيل يوريا أو مع تناول الكورتيزونات أو الإستيرويدات .

الإنسولين :

يجب إرتداء جوارب و خاصة فى الطقس البارد تجنبنا لحدوث لسعة البرد على أن تكون جوارب نظيفة و تجنب رباطات الجوارب التى تضغط على الساقين و المزودة برباط من أعلاها .

يتم وضع كريم مرطب على القدمين بعد غسلهما إذ أن جلد مريض السكر يكون جافا و قد يتشقق مما قد يؤدى إلى الإصابة بالميكروبات .

كما ينبغي المحافظة على القدمين بإرتداء الحذاء المناسب و المريح أيضا ، و يجب فحص الحذاء من الداخل باستمرار تقاديا لوجود أى شىء بداخله قد يؤذى القدمين و القيام بخلع الحذاء بعد ٥ ساعات من إرتدائه لتغيير نقاط الضغط على القدمين .

عدم المشى بقدمين حافيتين أبدا تجنبنا لأية



إصابات محتملة .

يتم غمر القدمين بالماء الدافىء قبل قص الأظافر و قصها مستقيمة .

أو أجساما مضادة تقلل مفعول الإنسولين عكس ما يسببه الإنسولين الحيواني .

ماهى الحالات التى يتم علاجها بالأنسولين و الحالات التى يتم علاجها بالأقراص المخفضة للسكر ؟

الحالات التى يجب فيها إعطاء الأنسولين

- ١- مرض السكر من النوع الأول .
- ٢- ظهور الأسيتون أو حدوث غيبوبة السكر و الذى يحدث فى حالة زيادة نسبة السكر .
- ٣- خلال الحمل .
- ٤- مرض السكر من النوع الثانى فى حالة فقد الإستجابة للأقراص المخفضة للسكر عن طريق الفم .

الحالات التى يتم علاجها بالأقراص المخفضة للسكر فى الدم :

تستعمل هذه الأقراص فى مرض السكر من النوع الثانى و لكنها لا تستعمل فى مرض السكر من النوع الأول لأن هذه الأقراص تعتمد فى عملها على وجود الأنسولين الطبيعى الذى يفرز من البنكرياس و هو منعدم أصلا فى النوع الأول .

عناية مريض السكر بالقدمين

يتم غسل القدمين يوميا بالماء الدافىء و الصابون مع تجفيفهما جيدا خاصة بين الأصابع ، كما يجب مراعاة اختبار حرارة الماء قبل استخدامها إذ قد تسبب حرقا للجلد .

يتم فحص القدمين يوميا و خاصة المقدمة ، الجانبين ، الكعب و بين الأصابع و استشارة الطبيب عند ظهور أى تقرحات أو تغيرات أو علامات للتلوث .

وما سبب البخص أو التقلصات التى تحدث أثناء نزول الحيض ؟

كما ذكر سابقاً أن الرحم يكون مبطناً بطبقة سميكة من الخلايا الممتلئة بالدم وذلك لاستقبال الجنين ، وعندما لا يحدث الاخصاب تضرر هذه الخلايا وتبدأ فى التساقط محدثةً الحيض ، هذا التكاثر فى الخلايا ما هو الا جسم أو بطانة سميكة تتمزق ، وبالطبع هذا التمزق سوف يكون مصحوباً بتقلصات .

تأجيل الدورة الشهرية : هناك نساء ترغبن فى تأجيل الدورة الشهرية بسبب ظروف السفر أو الحج أو الرغبة فى صيام شهر رمضان بصورة متواصلة ، وتعتمد فكرة تأجيل الدورة الشهرية (أى عدم نزولها) على ابقاء مستوى هرمون الاستروجين فى الدم ثابتاً وبالتالي عدم تكسير الخلايا الداخلية للرحم وعدم نزول الحيض ، ويتم ذلك باعطاء أحد مشتقات البروجيستيرون مثل بريمولوت-ان Primolut-N ويعود الحيض مرة أخرى بمجرد الانقطاع عن تناول بريمولوت بأيام قليلة .

ماهى أعراض الحمل ؟

هناك أربعة أعراض تجعل المرأة تشبه اشتباهاً قويا من أنها حامل و هى :

- 1- **انقطاع الطمث :** اذا انقطع حيض المرأة مرتين متتاليتين فإن ذلك يرجح أنها حامل الا إذا كان الطمث مضطرباً من قبل .
- 2- **تغيرات الثديين :** تحدث هذه التغيرات فى وقت لا يتعدى الأسبوع الخامس أو السادس من الحمل فينمو الثديان و يصيران أكثر

٧- الدورة الشهرية وحبوب منع الحمل

هل يمكن أن تعطينى فكرة عن الدورة الشهرية ؟

يتم نزول الحيض عند المرأة بين ٤-٧ أيام وتوسط هو ٥ أيام تقريباً وأول يوم فى نزول الحيض هو أول يوم فى الدورة الشهرية وعند توقف الحيض يبدأ الرحم فى الاستعداد لاستقبال بويضة مخصبة التى ستكون فى ما بعد جنيناً ، وهذا الاستعداد هو عبارة عن نمو الخلايا الداخلية لحدار الرحم وامتلائها بالدم مكوناً بيئة مناسبة لتوطين البويضة . وفى نفس الوقت تنمو البويضة داخل المبيض ثم تخرج من المبيض متجهة الى الرحم خلال قناة فالوب واكتمال نمو البويضة وخروجها الى قناة فالوب منتظرة وصول الحيوان المنوى يكون بين اليوم ١٢-١٨ ابتداءً من أول يوم فى الدورة الشهرية ، فاذا حدث اخصاب لهذه البويضة داخل قناة فالوب بواسطة حيوان منوى تنحى الى الرحم المستعد لاستقبالها لتنمو وتكبر فى الحرح وتصير جنيناً ، أما اذا لم يحدث اخصاب البويضة تموت خلال ٧٢ ساعة تقريباً ويحدث حث تنحى للرحم عن طريق المخ ويتناقص هرمون البروجيستيرون فى الدم فيعرف أن البويضة لم تخصب وقد ماتت ، فيحزن وتضرر خلاياه الممتلئة بالدم وتتساقط جدرانها محدثةً الحيض الذى يبدأ نزوله فى اليوم الثامن والعشرون ويكون هذا اليوم هو نهاية لهذه الدورة الشهرية وبداية لدورة جديدة .

مشتقات البروجيستيرون) وتعطى حبة يومياً مساءً ابتداءً من اليوم الخامس لنزول الحيض ، ويستمر تعاطيها بانتظام لمدة ٢١ يوماً وهي عدد حبات العلبة (٢١ قرصاً) ثم توقف ويعاد أخذ علبة جديدة في اليوم الأول من الدورة التالية وهكذا.

حقن منع الحمل : يوجد منها ٣ أنواع:

أولاً : الحقنة الشهرية مثل ميسيجينا ..وهي تمنع حدوث الحمل لمدة شهر .

ثانياً : حقنة نورستيرات وهي تعطى كل شهرين .

ثالثاً :حقنة ديبوبروفيرا وهي تعطى كل ٣شهور .

ومن عيوب حقن ديبوبروفيرا أنها قد تمنع الحمل لمدة قد تزيد عن ٣شهور وقد تصل الى ٤شهور الى أن ينخفض هرمون البروجستيرون في الدم.

هل يمكن أن تعطيني فكرة مبسطة عن حقن منع الحمل ؟

حقن منع الحمل تحتوى على هرمون البروجيستيرون محضر في صورة متخزنة ، أى أنه يتخزن في الجسم ويستمر مفعوله ما بين ١-٣ شهور .

كيف تعمل حبوب وحقن منع الحمل :
تمنع الحمل بعدة مؤثرات منها :-

١- تمنع حدوث التبويض

٢- تؤثر على بيئة الرحم الداخلية فتجعلها غير ملائمة لاستقبال البويضة المخصبة ، هذا اذا حدث تبويض

٣- تغير من افرازات عنق الرحم فتعيق تحرك الحيوانات المنوية الى داخل الرحم .

الاحتياطات والاعراض الجانبية وموانع استخدام حبوب وحقن منع الحمل :

صلابة و يثيران احساسا غير عادى بالشد و الإمتلاء و التتميل و تنمو الحلمتان و تنتصبان و يقتم لون المنطقة المحيطة بهما و تبرز بوضوح ما بها من حبيبات .

٣- **الغثيان و القيء :** تظهر هذه الأعراض غالباً حوالى الأسبوع السادس و تستمر حتى الشهر الثالث أو الرابع .

٤- **زيادة عدد مرات التبول :** و خاصة عندما يكون الرحم مائلاً الى الأمام اذ كلما تضخم الرحم ضغط على المثانة أمامه .

+ كما تستطيع المرأة للتأكد من وجود حمل أن تقوم بعمل إختبار حمل بعد ٧ أيام من غياب الدورة .



وهناك علامات أخرى تنصح للطبيب الفاحص بعد الشهر الثالث الأولى للحمل وهي

١- سماع و عد دقات قلب الجنين بواسطة سماعة الطبيب .

٢- تحسس الجنين خلال جدار البطن

٣- الشعور بحركات الجنين .

٤- صورة اشعة أكس للهيكل العظمى للجنين.

وسائل منع الحمل

حبوب منع الحمل المركبة : هي عبارة

عن مشتقات هرمونين أنثويين هما الاستروجين (ايثينيل استراديول) والبروجيستيرون (أحد

من هرمون واحد فقط هو البروجستين (لا تحتوى على الاستروجين)..حيث يحتوى كل قرص على نصف الى عشر كمية البروجستين الموجودة فى الأقراص المركبة مثل : ميكروفولوت (microfut ٣٥ قرص) او اكسلتون (exfuton ٢٨ قرص) .
وهى افضل وسيلة لمنع الحمل بالنسبة للسيدة المرضعة لأنها لا تقلل من ادرار اللبن لعدم احتوائها على هرمون الاستروجين .

مميزاتها

١- يمكن للمرضعات استعمالها ابتداء من ٦ اسابيع بعد الولادة ، ولا يبدو لها أى تأثير سلبي على كمية أو نوعية لبن الثدي (بعكس الأقراص المركبة التى يمكن ان تقلل من ادرار اللبن) .
أما غير المرضعات فيجب أن تستعملها بعد الولادة مباشرة او خلال الأربعة أسابيع الأولى من الولادة .
٢- يجب ان تتعاطى السيدات قرصا واحدا يوميا دون انقطاع .. أى لا يجب الانتظار بين كل شريط والآخر كما يحدث فى الأقراص المركبة ..بمعنى أنه بعد انتهاء الشريط يجب أخذ أول قرص من الشريط الجديد فى اليوم التالى .. و ذلك أسهل استيعابا من طريقة تعاطى الأقراص المركبة (حيث يحتوى كل شريط على ٢١ قرص) التى يتخللها فترة راحة بين كل شريط وآخر .
عيوبها : قد يحدث بعض الاضرابات فى مواعيد الحيض عند استعمالها بواسطة غير

١- يجب عمل فحص شامل لآى سيدة تخطط لتناول حبوب منع الحمل

٢- **لا يجب ان تستعمل فى الحالات الاتية :**
وجود حمل - اضطرابات شديدة فى وظائف الكبد - للمرضى المعرضين للجلطات الدموية - مرضى ضغط الدم المرتفع - مرضى سرطان الثدي والرحم - المدخنات التى تتجاوز سن الثلاثين - مرضى الصرع .

٣- **ويجب ان توقف فوراً واستشارة الطبيب اذا حدثت احدى الحالات الاتية بعد تناول الحبوب ولأول مرة :** صداع فى الرأس - اضطرابات الرؤى والسمع المفاجئ - اورام غير مالوفة فى الساقين او الم فى الصدر .

٤- يجب مراقبة المريضة اذا كان لديها احد الامراض الاتية وتتناول حبوب منع الحمل : السكر - ضغط الدم المرتفع - الصرع - ضعف السمع - ميل لتكوين جلطات دموية - المدخنات تحت سن الثلاثين حيث لا يجب استعمال حبوب منع الحمل للواتى تعدين سن الثلاثين لاحتمال حدوث جلطات دموية .

٥- **من الاعراض الجانبية لحبوب منع الحمل الاتى :** صداع - تغير فى وزن الجسم - ظهور بقع فى الوجه خاصة عند التعرض للشمس لذلك يجب عدم التعرض للشمس للسيدات التى تتناول حبوب منع الحمل .

حبوب منع الحمل المحتوية على بروجستين فقط :

هى ٢٨ أو ٣٥ حبة فى الشريط الواحد وهى من نفس اللون ..تحتوى على كمية صغيرة جدا

اللؤلُب ملتيلود-٣٧٥.. يمنع الحمل لمدة ٥ سنوات

كيف يمنع اللؤلُب حدوث الحمل؟

١- يجعل من الصعب على الحيوانات المنوية أن تتحرك داخل الجهاز التناسلي للمرأة وبالتالي يمنع النقاء الحيوان المنوى مع البويضة .

٢- تمنع إنغراس البويضة في جدار الرحم .

الرضاعة الطبيعية : تعتبر وسيلة لمنع الحمل

حيث ينقطع الحيض أثناء فترة الرضاعة .. ولكن هذه الوسيلة فعالة لفترة ٦ شهور بعد الولادة بشرط أن ترضع الأم طفلها مرارا بالليل والنهار وأن يحصل الطفل على غذائه الأساسي من لبن الأم بدون أى طعام أو شراب آخر .

كيف تمنع الرضاعة حدوث الحمل؟

عن طريق منع حدوث التبويض

(خروج بويضة من المبيض) إذ أن الرضاعة من التذى تغير من معدلات افراز الهرمونات الطبيعية

الوقاية الذكري : عبارة عن غلاف أو غطاء

مصنوع لكى يوضع باحكام على قضيب الرجل المنتصب ..وهو يساعد على ١-منع حدوث حمل بدون هرمونات. ٢-الوقاية من الأمراض المنقولة عن طريق الجنس مثل الايدز ،السيلان ، الزهري ، الكلاميديا و التريكوموناس ..حيث يعزل الخلايا وكذلك الميكروبات المرضية الموجودة فى السائل المنوى بحيث لا تصل الى المهبل ..وكذلك فانه يمنع أى ميكروبات موجودة فى المهبل من الدخول فى القضيب .

المرضعات .. خاصة عدم انتظام الدورة الشهرية و نزف فى غير موعد الحيض .

يمكن ان تستعمل أقراص منع الحمل المحتوية على البروجستين فقط لمنع حدوث الحمل عند حدوث جماع دون استعمال وسيلة لمنع الحمل بتعطى ٢٠ -٢٥ قرص جرعة واحدة وذلك حتى ٧٢ ساعة من حدوث الجماع ثم تؤخذ جرعة مماثلة بعد ١٢ ساعة .

كبسولات نوربلانت : وهى من وسائل منع

الحمل .. عبارة عن طاقم

من ٦ كبسولات صغيرة مصنوعة من البلاستيك كل منها فى حجم عود النقاب ..يتم غرس الست كبسولات تحت الجلد فى أعلى ذراع السيدة .

وهى تحتوى على هرمون البروجستيرون الذى ينسب ببطء شديد من الكبسولات لكى يمد الجسم بجرعة صغيرة ثابتة ومنتظمة لمدة ٥ سنوات وبالتالي يتم منع الحمل لمدة ٥ سنوات على الأقل

اللؤلُب : من الوسائل الرحمية لمنع الحمل

..عبارة عن هيكل صغير قابل للانشاء ومصنوع من البلاستيك وغالبا يكون عليه سلك أو رقائق

من النحاس ولذلك يسمى اللؤلُب النحاسى ..ويتم ادخال اللؤلُب الى الرحم ويكون له خيط واحد أو خيطان مثبتان به ، وتتدلى هذه الخيوط

من فتحة عنق الرحم ..ويمكن للمستعمله أن تتحقق من أن اللؤلُب مازال فى مكانه بلمس هذه الخيوط .

مثل اللؤلُب (T-٣٨٠) النحاسى .. يمنع الحمل

لمدة ١٠ سنوات .

العقم عند الرجال : من أسباب العقم عند الرجال الأتى :

١- عدم وجود حيوانات منوية فى السائل المنوى *Azospemia* ، ويمكن علاجها باعطاء هرمون التيستوستيرون وفيتامين هـ ، تحت اشراف طبي

٢- قلة الحيوانات المنوية اذ يجب أن لا تقل عن ٢٠مليوناً فى كل مللى وأن لا تقل كمية السائل المنوى عن ٢مللى ؛ وعلى الرغم من ذلك فيمكن أن يحدث اخصاب بعدد أقل من هذه النسبة ويمكن أيضاً أن لا يحدث تخصيب للبويضة بعدد أكبر من هذه النسبة ، ويمكن علاج هذه الحالة أيضاً باعطاء هرمون التيستوستيرون وفيتامين هـ ، تحت اشراف طبي .

٣- القذف المبكر ووجود كمية كبيرة من الحيوانات المنوية غير مكتملة النمو ، ويعالج بأدوية تزيد من اخصاب واكتمال نمو الحيوانات المنوية .

٤-زيادة لزوجة السائل المنوى ، ويمكن علاجها باعطاء أدوية تقلل من لزوجة السائل المنوى مثل الأدوية المذيبة للمخاط وهى تستخدم أيضاً كمذيب للبلغم مثل (بروموهكسين ٨مجم أو أمبروكسول) .

٥- انسداد فى القنوات التناسلية أو عدم وجود الخصيتين، ويمكن علاجها جراحياً

٦- وقد تكون الأسباب وراثية مثل عدم نزول الخصيتين إلى وضعهما الطبيعي وبالتالي فإن حرارة الجسم تؤثر على عملية تكوين الحيوانات المنوية مسببةً خللاً فى تلك العملية فلا تتكون

ربط الأتابيب للسيدات : وفيها يتم قطع قناتى قلوب وهما الأنبويتان اللتان تسمحان بمرور البويضة من المبيض الى الرحم .. ويؤدى ذلك الى عدم وصول الحيوان المنوى الى البويضة وبالتالي عدم حدوث حمل ..ولكن هذه الوسيلة هى وسيلة منع حمل دائم للسيدات اللاتى لا يرغبن فى الإنجاب مستقبلاً ..ويجب أن نأخذ فى الاعتبار أن ربط الأتابيب لا يمنع من نزول الحيض .

قطع القنوات المنوية : وهى وسيلة منع حمل دائم ولكن للرجال..وذلك بقطع القناتين اللتان تحملان الحيوانات المنوية من الخصية لى يصبح السائل المنوى خالى من هذه الحيوانات المنوية..ويستمر الرجل قادراً على الانتصاب وقذف السائل المنوى ولكن لا يمكن لهذا السائل أن يحدث حملاً اذ انه لا يحتوى على خلايا ذكورية

المبيدات المنوية : ومنها الأقراص الفوارة واللبوسات القابلة للذوبان مثل اللبوس المهبلى كونتراسيد *ContraSeed* والجيلى والكريمات المهبلية التى تقتل الحيوانات المنوية

٨- العقم

العقم هو عدم قدرة الفرد على الإنجاب، ويحدث العقم للحيوانات والإنسان أيضاً،العقم فى الإنسان يشتمل على عقم الرجل أو عقم المرأة .

يمثل العقم عند الرجال ٤٠ % تقريباً من مجمل حالات العقم بينما تمثل حالات العقم عند النساء ٦٠ % من حالات العقم بصفة عامة .

الكريم لذلك يفضل استخدامه للجلد الجاف والحالات الجلدية التي تحتاج الى تركيبات مليئة للجلد ، اما الكريم فيمكن ازالته بسهولة بالماء ويزول اثره من على الجلد بسرعة لذلك ايضاً يستعمل بكثرة على الوجه ويستعمل للحالات الجلدية التي تستلزم ان يكون الجلد جافاً. وهناك الكثير بل معظم المستحضرات الجلدية مثلاً مستحضرات المضادات الحيوية او مستحضرات الحساسية يكون منها المرهم والكريم ويعتمد استعمال اى منهم على ما سبق ذكره من خصائص للمرهم والكريم .

هل المراهم الجلدية والكريم تركيبية واحدة ، وما الفرق بينهم وبين مراهم العين ؟

المرهم الجلدي غالباً يحضر من الفازلين ونادراً من اللانولين ، والفازلين هو مشتق بترولى أما اللانولين فهو مشتق حيوانى .
+ أما الكريم فله طرق عديدة فى التحضير ، مثل خلط حمض دهنى *Fatty acid* غير مشبع مع هيدروكسيد الصوديوم (الصودا الكاوية) والفكرة هى خلط مادة قلوية مع حامض دهنى والنتيجة هى قاعدة الكريم (كلمة قاعدة تعنى الوسط الذى ستذاب أو تُخلط فيه بودرة الدواء) ، وهذه هى الطريقة التقليدية لتحضير الكريم ، والأُن توجد طرق عصرية معقدة لتحضير الكريم .

+ يتم بعد ذلك ازالة المادة الفعالة فى قاعدة المرهم أو الكريم التى تم تحضيرها
قطرات ومراهم العين يجب أن تكون متعادلة مع سوائل العين حتى لا تسبب حكة والتهاب أو

الحيوانات المنوية الخاصة بالتلقيح. ويمكن علاج هذه الحالة بعملية جراحية لإعادة الخصيتين إلى وضعهما الأصلي داخل كيس الصفن.

من أسباب العقم عند النساء :

- ١- عدم وجود بويضات ؛ وهناك امكانية اعطاء منشطات التبويض .
- ٢- عدم نزول البويضات من المبيض أو عدم انفجار الحويصلة عند وقت الاباضة ، ويمكن اعطاء أدوية تنشط انفجار الحويصلة بعد اكتمال نمو البويضة (اليوم ١٤-٢٠ من بداية نزول الحيض).
- ٣- انسداد قناة فالوب التى تربط المبيض بالرحم ، ويمكن علاجها جراحياً .
- ٤- اضطراب الدورة الشهرية ، ويمكن اعطاء دواء يعيد انتظام الدورة الشهرية وبالتالي حدوث تبويض منتظم .
- ٥- زيادة هرمون البرولاكتين الذى يحد على عدم حدوث عملية الاباضة وخروج البويضة ، ويمكن اعطاء أدوية تخفض من افراز هرمون البرولاكتين (كدواء يحتوى على ليسيوريد او بروموكربتين) .

٩- الفارق بين المرهم والكريم

معظم المستحضرات الجلدية وخاصة المحتوية على مشتقات الكورتيزون المستخدمة فى الحساسية والاكزيما الجلدية قد تكون فى صورة مرهم او كريم ؛ المرهم تكون القاعدة الموجودة به دهنية (مثل الفازلين) لذلك ليس من السهل ازالته بالماء وهو يمتص من الجلد أسرع من

الماء غير صالح للشرب نظراً لوجود كميات كبيرة من هذه الأملاح به التي قد تؤدي الى املاح بالكلية أو فشل كلوي .

١١- السكر ومرض السكر

هل يمكنني أن أعرف منك ما هو السكر وما هو الجلوكوز؟

☞ الاسم العلمي للسكر هو " سكروز " ونستعمله يومياً للتخلية وهو يتحول في الجسم الى الجلوكوز ، أما الجلوكوز فهو موجود في دم كل واحد منا ، وأهميته لنا مثل أهمية البنزين للسيارة ، فيحرقه الجسم ليحصل على الطاقة التي بها تؤدي كافة أنشطتنا.

أفهم من ذلك أن الزيادة في تناول السكر يؤدي الى زيادة الجلوكوز في الدم وبالتالي الى زيادة طاقتنا ونشاطنا؟

☞ ليس تماماً ، فزيادة تناول السكر او النشويات او الدهون الخ يؤدي الى زيادة الجلوكوز في الدم ولكن بنسبة محددة والباقي قد يحولة الجسم الى دهون تترسب في اجزاء الجسم المختلفة فتزداد الدهون وتؤدي الى ما نسميه السمنة .

وما هي هذه النسبة وماذا لو زادت؟

☞ نسبة الجلوكوز في دم الانسان يجب أن لا تقل عن ٨٠مجم في كل ١٠٠ملى دم وان لا تزيد عن ١٢٠مجم ، وجسمنا يعمل دائماً ان تبقى هذه النسبة ٨٠/١٢٠ ثابتة ، ويقوم البنكرياس بافراز هرمون الانسولين بنسبة معينة بحيث يبقى هذه النسبة ثابتة ، وای زيادة للجلوكوز عن ذلك يحفز الانسولين خلايا الجسم لحرق الجلوكوز وتحويله

احرار العين ، وهذا هو الفرق بين مستحضرات العين والمستحضرات الجلدية ، لذلك يحذر وضع مرهم الجلد للعين حتى ولو كانت تحتوي على نفس التركيب ، نظراً لما تحته من تهيج للعين لعدم تعادلها مع سوائل العين .

☞ المرهم والقطرات التي تستخدم للعين يجب ان تكون متعادلة مع سوائل العين حتى لا تسبب لسعة او حرقان والتهاب لأغشية العين والمستحضرات المتعادلة مع سوائل العين يسمى ايزوتونك (Isotonic) .

١٠- الأملاح وملح الطعام

الأملاح التي تذوب في الماء مثل ملح الطعام (كلوريد الصوديوم) لا يسبب ترسبات ملحية او يكون السبب في وجود حصاوى في الكليتين ولكن له اضراره الاخرى حيث ان استعماله بشرائه او وضعه بكميات كبيرة على الطعام قد يكون السبب في ارتفاع ضغط الدم لذلك يحذر على مرضى ضغط الدم المرتفع اكل الاطعمة المحتوية على كميات كبيرة من ملح الطعام مثل الجبنة القديمة والمخللات والفسيح .. الخ بينما ينصح باستعمال نفس هذه الاطعمة لمرضى ضغط الدم المنخفض .

اما الأملاح التي لا تذوب في الماء مثل اوكسالات الكالسيوم وأملاح اليورات فهي التي تكون سبباً رئيسياً في ترسبات الأملاح في الكلى وحصوات الكلى، وهذه الأملاح موجودة بنسبة عالية في بعض الفواكه والخضراوات مثل المانجو والطماطم والسبانخ وموجودة أيضاً في المياه الغير صالحة للشرب ، وفي معظم الاحيان يقال ان هذا

الماء غير صالح للشرب نظراً لوجود كميات كبيرة من هذه الأملاح به التي قد تؤدي إلى املاح بالكلية أو فشل كلوي .

١١- السكر ومرض السكر

هل يمكنني أن أعرف منك ما هو السكر وما هو الجلوكوز؟

☞ الاسم العلمي للسكر هو " سكروز " ونستعمله يومياً للتغذية وهو يتحول في الجسم إلى الجلوكوز ، أما الجلوكوز فهو موجود في دم كل واحد منا ، وأهميته لنا مثل أهمية البنزين للسيارة ، فيحرقه الجسم ليحصل على الطاقة التي بها تؤدي كافة أنشطتنا.

أفهم من ذلك أن الزيادة في تناول السكر يؤدي إلى زيادة الجلوكوز في الدم وبالتالي إلى زيادة طاقتنا ونشاطنا؟

☞ ليس تماماً ، فزيادة تناول السكر أو النشويات أو الدهون الخ يؤدي إلى زيادة الجلوكوز في الدم ولكن بنسبة محددة والباقي قد يحوله الجسم إلى دهون تتراكم في أجزاء الجسم المختلفة فتزداد الدهون وتؤدي إلى ما نسميه السمنة .

وما هي هذه النسبة وماذا لو زادت؟

☞ نسبة الجلوكوز في دم الإنسان يجب أن لا تقل عن ٨٠مجم في كل ١٠٠ملي دم وان لا تزيد عن ١٢٠مجم ، وجسمنا يعمل دائماً أن تبقى هذه النسبة ١٢٠/٨٠ ثابتة ، ويقوم البنكرياس بإفراز هرمون الانسولين بنسبة معينة بحيث يبقى هذه النسبة ثابتة ، وأي زيادة للجلوكوز عن ذلك يحفز الانسولين خلايا الجسم لحرق الجلوكوز وتحويله

إحمرار العين ، وهذا هو الفرق بين مستحضرات العين والمستحضرات الجلدية ، لذلك يحذر وضع مرهم الجلد للعين حتى ولو كانت تحتوي على نفس التركيب ، نظراً لما تحدثه من تهيج للعين لعدم تعادلها مع سوائل العين .

☞ المرهم والقطرات التي تستخدم للعين يجب ان تكون متعادلة مع سوائل العين حتى لا تسبب لسعة او حرقان والتهاب لأغشية العين والمستحضرات المتعادلة مع سوائل العين يسمى ايزوتونك (Isotonic) .

١٠- الأملاح وملح الطعام

الأملاح التي تذوب في الماء مثل ملح الطعام (كلوريد الصوديوم) لا يسبب ترسبات ملحية او يكون السبب في وجود حصاوي في الكليتين ولكن له اضراره الأخرى حيث ان استعماله بشرائه او وضعه بكميات كبيرة على الطعام قد يكون السبب في ارتفاع ضغط الدم لذلك يحذر على مرضى ضغط الدم المرتفع اكل الاطعمة المحتوية على كميات كبيرة من ملح الطعام مثل الجبنة القديمة والمخللات والفسيح .. الخ بينما ينصح باستعمال نفس هذه الاطعمة لمرضى ضغط الدم المنخفض.

اما الأملاح التي لا تذوب في الماء مثل اوكسالات الكالسيوم وأملاح اليورات فهي التي تكون سبباً رئيسياً في ترسبات الأملاح في الكلى وحصوات الكلى، وهذه الأملاح موجودة بنسبة عالية في بعض الفواكه والخضراوات مثل المانجو والطماطم والسبانخ وموجودة أيضاً في المياه الغير صالحة للشرب ، وفي معظم الأحيان يقال ان هذا

مطحونة داخل مظروف يوضع فى الماء المغلى ، ويحضر من هذا النبات أيضاً أقراص وكبسولات مسهلة لأنه يحتوى على مواد مسهلة تسمى جليكوسيد السنا .

+نبات عرق الذهب (الجنسنج Ginseng) وهو أيضاً منشط ومقوى عام ويحضر فى صورة كبسولات أو شراب ، كذلك غذاء ملكات النحل وحبوب اللقاح وزيت جنين القمح تحضر فى صورة كبسولات وتستخدم كمنشط ومقو عام وستوضح بالتفصيل فى هذا الفصل .

+ الايوكالبتس والثيم توضع فى أكياس تتقع فى الماء المغلى لعلاج السعال .

+ الخللين يستعمل أيضاً لعلاج تقلصات الكلى ولتسهيل طرد الحصوات

+ هناك مجموعة كبيرة من الزيوت المتبخرة تحضر فى صورة مراهم توضع على الصدر أو توضع فى الماء المغلى وتستنشق لها خواص مزيلة للاحتقان وطاردة للبلغم ومطهرة تستعمل لتخفيف أعراض البرد وأمراض المسالك التنفسية مثل الزكام ، الكحة ، التهاب الحلق هذه الزيوت النباتية مثل (بلسم بيرو-كافور-اثير حصى لبنان-ايوكالبتوس-منثول-زيت التربينتاين) ، وهذه الزيوت تخلط معاً فى تركيبة مرهم واحدة مثل الفكس ، وتستخدم لتخفيف أعراض البرد والزكام .

الادوية التى مصدرها حيوانى :أبسط مثال لذلك الانسولين فهو يستخلص من دم الحيوانات ويحضر فى صورة حقن تعطى تحت الجلد لعلاج مرضى السكر .

الى طاقة والمنتبقى يتحول بواسطة الكبد لتحويله الى دهون ويخزنها فيزداد وزن الجسم وهو ما نسميه السمنة .

هل هناك مخاطر أخرى غير السمنة من تناول الدهون والسكر(الحلويات مثلاً) ؟

نعم الافراط فى ما ذكرت له مخاطر عديدة مثل ترسب دهون ضارة على الكبد وعلى جدران الاوعية الدموية وهو ما يودى فى النهاية الى تصلب الشرايين ، أما اذا فشل البنكرياس فى افراز كمية كافية من الانسولين سيؤدى ذلك الى ارتفاع نسبة الجلوكوز فى الدم الذى اذا زاد عن ١٢٠مجم لكل ١٠٠ملى دم سيكون ذلك سكر مرتفع اما اذا زاد عن ١٨٠مجم لكل ١٠٠ملى دم سيظهر السكر فى بول المريض(البول السكرى) وعندها نقول ان هذا الشخص مريض سكر وبالتالي سيحتاج الى تخفيض تناول السكريات والنشويات والدهون الى ادنى حد واذا فشل هذا الرجيم سيكون العلاج هو بالادوية .

١٢ - معلومات عامة عن الادوية

ما هو مصدر الادوية ؟

مصادر الادوية متعددة ، فقد يكون أصل الدواء نباتى أو حيوانى أو كيميائى مخلق الى آخره .

هل يمكن أن تعطينى أمثلة على كل نوع ؟

بالتاكيد ، الادوية النباتية المتوفرة فى الصيدلية كثيرة جداً ، مثال ذلك نبات السنامكى وهو عشب ملين ويحضر فى صورة بودرة

ملحوظة : هناك انسولين بشرى محضر بطريقة حديثة

(بيوتكنولوجى) بدأ يحل الان محل الانسولين الحيوانى ، ولكن بالطبع يعيبه سعره المرتفع .. وهذه الطريقة الحديثة يتم فيها فصل الجين الخاص بتكوين الأنسولين من خلايا البنكرياس بواسطة انزيمات معينة تسمى انزيمات القطع ثم يتم لصق هذا الجين فى المادة النووية الخاصة ببكتيريا تتكاثر بسرعة مثل *Echerichia Coli* وتنتج كمية كبيرة من الأنسولين .

+ كذلك اللانولين المستخدم فى المراهم الجلدية يستخلص من جلد الحيوانات ، والجيلاتين البقرى أو النباتى يستعمل فى صناعة الكبسولات التى يعبأ بداخلها معظم المضادات الحيوية والفيتامينات .

الادوية المخلفة : وهى تغطى أكبر جزء من أدوية الصيدلية وتبدأ عملية تصنيع الدواء بمركب بسيط (قد يكون حلقة بنزين مثلاً) وتنتهى بدواء فى غاية التعقيد يمكن ان يعالج هذا الدواء ضغط الدم او القلب او الامراض الروماتيزمية... الخ ، والقانون الدولى يحرم تقليد الدواء أو تصنيعه الا بعد مرور عشرون عاماً على انتاجه بواسطة الشركة المخترعة للدواء ، اى ان اى شركة تخترع دواء ما ، يظل حكراً عليها قانونياً تصنيعة لمدة ٢٠ عاماً .. وهو ما يسمى بالملكية الفكرية .. والهدف من ذلك هو تعويض التكاليف الباهظة التى تتفق اثناء البحث ونتاج الادوية .

ما معنى ان هذا الشخص عنده حساسية من دواء معين ؟

الحساسية من دواء معين ظاهرة قليلة ، وكون دواء يسبب حساسية للمريض فهذا لا يعنى ان هذا الدواء سيئ ، مثله مثل شخص يصاب بحساسية صدرية وضيق فى التنفس اذا ذهب الى الاسكندرية فهذا لايعنى ان هواء الاسكندرية ملوث ، بل الصحيح ان هذا الشخص حساس من غبار او شوائب او الهواء المشبع ببخار الماء ، الذى لا يتأثر بها ملايين الناس الاخرين .

بل العجيب فى الامر انه اذا احتاج مريض عملية زرع كلى او غيره من الاعضاء ، فانه ان لم تكن هذه الكلى من اقرب الاقارب فان الجسم يهاجمها كأنها ميكروب أو جرثومة (وهو ما نقول عنه أن الجسم رفض زراعة هذا العضو *Auto Immune Diseases*)، والاجزاء الوحيدة التى يتقبلها الجسم فى هدوء ولا يرفضها هى الاجزاء التى من الجسم نفسه ، مثلاً يمكن ترقيع اثار حروق فى الوجه او الازرع بجلد من الفخذين ، وليس جلد من اى شخص اخر والا هاجمه الجسم بشراسة ويظهر هذا الهجوم فى صورة تقرحات والتهاب شديد مكان الترقيع .

وتحدث الحساسية نتيجة دخول مادة غريبة لا يتقبلها الجسم قد تكون دواء أو طعام أو غبار هواء .. فتتشط خلايا الدم البيضاء لمهاجمة هذا الجسم (المعتبر غريباً) ينتج عن هذا الهيجان أو التفاعل خروج مادة تسمى (الهستامين) التى تسبب اعراض الحساسية مثل تهيج الجسم ، احمرار الجلد ، الحكة الجلدية ، واذا دخل هذا الجسم الغريب (يسمى علمياً لليرجين او انتيجين) عن طريق التنفس يشعر عندها المريض بانقباض فى

الرتنين وعدم مقدرة على التنفس وهو ما نسمية (انظر الشكل التوضيحي التالي) ازمة تنفسية او ضيق تنفس.

الالتيجن يدخل الجسم للمرة الاولى
ويهاجم كرات الدم البيضاء المسماة

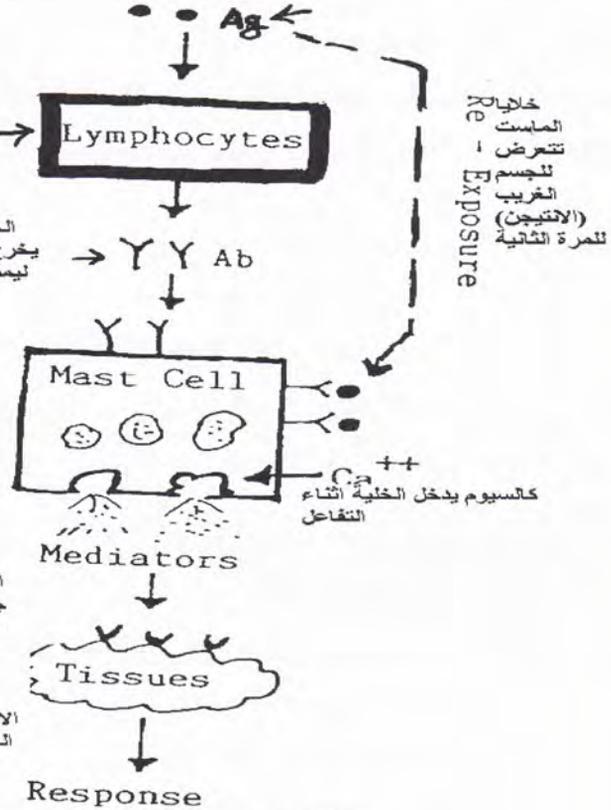
كرات الدم البيضاء من نوع ليمفوسيت
تفرز الاجسام المضادة لمهاجمة الجسم
الغريب

الجسم المضاد ويرمز له بالرمز **Ab**
يخرج من كرات الدم البيضاء المسماة
ليمفوسيت لكي يهاجم الجسم الغريب
الذي يرمز له بالرمز **Ag**

- (احد كرات الدم البيضاء) ماست سيلز
تستقبل المضادات الخاصة بهذا الجسم
الغريب وتتحفز لمهاجمته اذا دخل الجسم
مرة اخرى - هذا الهجوم ينتج عنه مواد
تسمى مدياتورز مثل الهيستامين

المدياتورز الخارجة من خلايا الماست مثل
الهيستامين وهي التي تسبب حساسية فى اى
جزء من الجسم سواء حكة او ضيق تنفس او
احمرار - ولا تقف الا بتوقف دخول الالتيجين
الجسم - وهنا تعطى ايضا مضاد للهيستامين
لكى نوقف الحساسية

الانسجة التي تتحسس نتيجة افراز مادة
الهيستامين وغيرها من المواد المسببة
للحساسية



التفاعل الذى يحدث بسبب الهيستامين وهو عبارة
عن احمرار - حكة - انتفاخات - ضيق تنفس او
غيرها من اعراض الحساسية

مثل اى ميكروب او بكتيريا تهاجم الجسم ، حتى اذا دخل الجسم للمرة الثانية فان هذه الاجسام المضادة التى سبق الجسم وكونها ستهاجم هذا الميكروب الغريب وينتج عن هذا التفاعل ما سبق وقلنا عنه مادة الهستامين ومواد اخرى ، هذه المواد تسبب حكة واحمرار فى الجلد والعينين وضيق فى التنفس او غير ذلك من اعراض الحساسية .

هل هناك مخاطر اخرى من الحقن غير الحساسية ؟

مخاطر نادرة لبعض انواع الاوية ، مثل حقن الكالسيوم التى يجب ان تعطى ببطء شديد فى الوريد ، وهى تعطى كعلاج للحساسية والازمات الربوية ، ولكن اذا أعطيت بسرعة فى الوريد يمكن ان تودى الى الوفاة نتيجة لانقباض عضلة القلب ، وهو ما نسميه بالعامية " سكتة قلبية " .

ما معنى ان هذا الدواء بديل لذاك الدواء او ما معنى كلمة بدائل ؟

بعد مرور ٢٠ عاماً على اختراع الشركة للدواء ، يكون بعد ذلك تقليد او تصنيع مثله من اى مصنع اخر مباحاً ، فمثلاً اول مخترع لمادة الديكلوفيناك *Diclofenac* هو شركة جيغى السويسرية (نوفارتس حالياً) وهو من افضل الادوية المسكنة للألم والالتهابات الروماتيزمية ، وتسوق الشركة مادة الديكلوفيناك تحت اسم فولتارين *Volstarin* - الا انه بعد مرور ٢٠ عاماً على انتاجه صار متاح للمعامل او الشركات الاخرى انتاج مادة الديكلوفيناك او تعبئتها وتسويقها ، ولكن يحذر تسويقها تحت اسم

من ذلك نستنتج ان معظم حالات الحساسية الجلدية والصدفية ما هى الا عدم تقبل الجسم لانتيجين معين سواء لامس هذا الاخير الجسم من الخارج (حساسية جلدية) او أستنشق (حساسية بالصدر) او تم بلعة او أخذ عن طريق الحقن (حساسية شاملة فى جميع انحاء الجسم) ، وهناك ادوية معينه معروف انها تسبب حساسية لنسبة كبيرة من الجنس البشرى مثل حقن البنسيللين

(البنسلين) ، لذلك يوصى دائماً بعمل اختبار اولاً لمعرفة ما اذا كان المريض حساس من مادة البنسلين

وكيف يتم عمل اختبار حساسية لى دواء يعطى بالحقن ؟

يتم ذلك بحقن كمية صغيرة جداً من هذا الدواء تحت الجلد وليكن فى معصم اليد مثلاً ، فاذا حدث احمرار وتهيج مكان الحقن فهذا يعنى ان هذا المريض عنده حساسية من هذا الدواء ويجب ان يتجنبه طوال ايام حياته .

ما هى اخطر انواع الحساسية ؟

اخطرا انواعها هى التى تحدث نتيجة الحقن لانها تنتشر فى الجسم بسرعة ؛ كما ان مخاطرها كثيرة والسيطرة عليها عبارة عن صراع مع الزمن .

كما ان هناك حقيقة نقول (ان الدواء او غيره لا يسبب حساسية اذا اعطى لأول مرة بل من ثانى مرة) لهاذا ؟

اذا دخل جسم غريب الدم لأول مرة فان الجسم يعرف ان هذا كائن غريب فيكون له ما يسمى (بالاجسام المضادة *Antibodies*) ، مثله

فولتارين وهو الاسم التسويقي للشركة المخترعة للدواء ، فعلى سبيل المثال مادة الديكلوفيناك تحضر فى مصر فى صورة اقراص وحقن ولبوس شرجى ومرهم للجلد ، وجميع هذه المستحضرات من الديكلوفيناك تسوق فى مصر تحت اسماء مختلفة مثل: اولفين - رومافين - ديكلوفين - روماليس - رومارين - ديكلوفيناك + اذن نستطيع ان نقول ان البديل اذا كان نفس التركيب ونفس التركيز فهو بديل اى ان الرومافين بديل للرومارين والرومارين بديل للرومافين .
+ ونستطيع ان نقول ان اى دواء تبتكره شركة هو الاصل واى شركة تنتج هذا الدواء فيما بعد فهو بديل للمنتج الاصلى

١٣ - مستحضرات معمل الصيدلية و إستعمالاتها

مستحضرات الصيدلية التى يحضرها الصيدلى كثيرة ومعظم الصيدليات تشتريها جاهزة من معامل وشركات الدواء ، وقليل من اطباء الجلدية يتمسكون ببعض هذه المستحضرات والكثير منهم يعتمد على الادوية الحديثة . ونستعرض هنا بعض من هذه المستحضرات التى تهتمنا وطريقة استعمالها .

اسم المستحضر	الخواص	طريقة الإستعمال	ملاحظات
١-المركروكروم <i>Merckirofom</i>	مضاد للبكتيريا قديم وضعيف ويحضر باذابة بودرة المكاروكروم في الماء المقطر الساخن بنسبة ١ او ٢ بالمئة ، وقد قل استعماله الان نظراً لوجود مواد مطهرة مثل البيتادين والسافلون والديتول وهي اقوى واحدد	ويجب عدم استعماله على مساحات كبيرة من الجلد ولا للاطفال الصغار نظراً لسميته ، وبالطبع فهو خطر اذا بلع او أستشقت بودرته - لذلك لا ينصح الكثيرون باستعمال المركروكروم نظراً لمفعوله الضعيف بل الافضل المستحضرات السابق ذكرها	
٢-اليس الأزرق <i>Gentian Violet</i> مس الجنشيانا	كمطهر للجروح والخدوش الجلدية .	تحضر باذابة البودرة في الماء المقطر ، وتحضر أحياناً باضافة بودرة الجنشيانا الى كحول ٧٠%	
٣-برمنجنات البوتاسيوم <i>Potassium Permanganate</i>	مثل المادتين السابقتين ولكنها اقل سمية اذا بلعت لذلك يستخدمها البعض لغسيل الخضراوات	تحضر باضافة اجم من هذه المادة الى ٨ لترات من الماء النقي (١/٨٠٠٠) وبالطبع يمكن زيادة او تقليل هذا التركيز .	
٤-صبغة اليود <i>Iodine Tincture</i>	وهي اقوى من المواد السابقة جميعها اذ ان لليود تأثير قاتل على معظم الميكروبات كالبكتيريا والفطريات والفيروسات ، ولكن نظراً لسميته الشديدة فهو يستعمل لتطهير الجروح الصغيرة	يحذر استعماله اثناء فترة الحمل لما قد يحدثه اليود من تشوهات للجنين .	
٥-ماء الاكسجين <i>Hydrogen peroxide</i>	يعتمد ماء الاكسجين في مفعوله على خروج الاكسجين الذي له مفعول مضاد للبكتيريا ، ونظراً لقرانته عند ملامسته لاي سطح مريض وخروج الاكسجين فهو يستعمل كمطهر للدمامل وكمنظف لاوساخ الاذن وكمضمضة للقم للقتل البكتيريا اللاهوائية التي تكثره الاكسجين ويستعمل بتركيزات من ١٠-٣٠ بالمئة ، وتستعمله السيدات كمشقر للشعر ايضاً .		
٦-زيت القرنفل <i>Clove oil</i>	يُستخلص من زهرة نبات القرنفل ، وهو يستعمل مسكن لآلام الاسنان ، ونظراً لان درجة تسكينه ضعيفة فقد قل استعماله ، الا انه يمكن ان يستخدم مع اقراص تحتوي على مادة الباراسيتامول كمسكن لآلام الاسنان للسيدات الحوامل نظراً لعدم وجود آثار ضارة للثنين على الجنين .		

اسم المستحضر	الخواص	طريقة الإستعمال	ملاحظات
٧-زيت الخروع <i>Castor Oil</i>	يستخلص من نبات الخروع ويستعمله الكثيرون لتفريغ البطن معتقدين انه يكنس البطن وينظفها من الديدان والاسواخ مثل المكناس الكهربائية الياباني ، ولكن هذا اعتقاد خاطئ ، اذ يجب ان يقتصر استخدام هذا الزيت على طرد محتويات الامعاء من الفضلات قبل عمل فحوصات البطن التليفيزيونية والاشعاع المختلفة على اعضاء الجسم الداخلية، اما الديدان فلا يقتلها الا ادوية الديدان مثل مادة الفلوبندازول والميبندازول	يحذر استخدام اي دواء مسهل خاصة زيت الخروع للسيدات الحوامل لما في ذلك من خطورة حدوث اجهاض بسبب النقلصات الشديدة التي يحدثها زيت الخروع في الامعاء .	
٨-مرهم ساليسيلك <i>Salicylic acid ointment</i>	له استعمالات عديدة من بينها ازالة خشونة الجلد وكذلك في علاج كثير من اكزيما الجلد والصدفية خاصة اذا خلط مع احد مشتقات الهيدروكورتيزون.	يحضر باضافة بودرة الساليسك الى الفازلين بعد خلطها بقليل من زيت البرافين الذي يساعد على مزجها بالفازلين ويخلط الساليسك مع الفازلين بنسب مختلفة من ٥-٢٠ بالمئة او اكثر	
٩-المرهم الاسود <i>Ichthyol ointment</i>	يستخدم للمساعدة على سرعة نضج الدامل والخراريج ، وهو نفس استخدام لبخة الكاولين ، وقد اصبح استخدامهم قليلاً لما لهم من سلبيات مثل الشكل والرائحة .	يحضر مرهم الاكتيول بخلط مادة الاكتيول مع الفازلين بنسبة ١٠ بالمئة	
١٠-مرهم وايت فيلد <i>White field</i>	مضاد للفطريات والتينيا الجلدية، ولكن هناك مراهم افضل منه الان .	يُحضر بخلط بودرة البنزويك و السليسيلك مع الفازلين	
١١-الجلسرين <i>Glycerin</i>	يستخدم في اغراض كثيرة اشهرها كمرطب للجلد اذ يمتص الرطوبة من الجو فيحافظ على نداوة البشرة ويساعد على ازالة تشققات اليدين والكعبين .		
١٢-صبيخة الجاوي <i>Tr.Benzoin Co.</i>	أ- يستخدم كإستنشاق لعلاج التهاب الأنف و الحنجرة . ب- يستخدم موضعياً كمطهر و قابض للأوعية الدموية في العمليات الجراحية قبل البلاستر و	- الإستنشاق : ملعقة من المحلول على كوب ماء مغلي و يستشق البخار موضعياً . - موضعياً : طبقة رقيقة على الجلد مرتين يوميا .	

ملاحظات	طريقة الإستعمال	الخواص	اسم المستحضر
		علاج قرح الفراش .	
		مطهر موضعي ضد البكتيريا و الفطريات خاصة تينيا القدمين .	١٣ - حسن كستلاني Castellani Pains
	يوضع ٣ : ٥ نقط في كل أذن ثلاث مرات يوميا لمدة يومين قبل الغسيل .	يستخدم في تليين و إزالة شمع الأذن قبل غسلها و إزالة الإفرازات الشمعية	١٤ - جلسرين بيكربونات نقط أذن Glycerin bicarbonate Ear drops
يفضل تدفئة العبوة في حمام مائي قبل الإستعمال	يستخدم نقطتين في الأذن ٣ مرات يوميا	يستخدم كمطهر في حالات التهابات الأذن و يساعد على تجميع الصديد	١٥ - جلسرين آتبول نقط أذن : Glycerin Icthyol Ear drops
يجب تجنب بلع السائل .	توضع طبقة رقيقة على المنطقة الملتهبة	مطهر ضد البكتيريا و الفطريات و قابض للأوعية الدموية ضد التهاب الحلق و اللسان و الفم	١٦ - جلسرين بوراكس : Glycerin Borax
لا يخفف المحلول بالماء و لكن يخفف بالجلسرين فقط	١-٢ نقطة في الأذن ٣ مرات يوميا	مطهر ضد البكتيريا و الفطريات بالأذن	١٧ - جلسرين فينول نقط أذن Glycerin phenol Ear drops
علاج مبدئي للجروح المتقيحة... كغيار لتجفيف الصديد و القرحة الكبيرة و يساعد على تخفيفها و إيقاف نمو البكتيريا ... هام لجروح مرضى السكر .			١٨ - جلسرين مانيزيا : Glycerin Manisia
للإستعمال الموضعي فقط و يحذر بلعه	يوضع ٢ نقطة على مكان الإصابة	قابض للأوعية ضد النزيف و الإلتهابات	١٩ - جلسرين تانيك Glycerin Tanic
للإستعمال الموضعي فقط	أشعة الشمس كما يستعمل في حالات تسلخات الجلد	قابض و ملطف للجلد و واقى من الإلتهابات و أشعة الشمس .	٢٠ - مرهم زنك Zinc Oxide Oint
		قابض و ملطف للجلد و واقى من الإلتهابات و أشعة الشمس .	٢١ - مرهم زنك مع زيت زيتون Zinc Oxide with olive oil Lotion or oint
		مطهر و قابض للأوعية الدوية ضد الإلتهابات.	٢٢ - مرهم بوريك Boric Acid Oint
التركيز للعين ٢ % و للجلد ٤ % .		مطهر موضعي ضد البكتيريا للعين و الجلد	٢٣ - غسول بوريك Boric Acid Lotion
ملحوظة : بودة الكبريت تستعمل في المفرعات و ينبغي الحذر في حفظها .	دهان ٢ : ٣ مرات يوميا	مطهر و مزيل لقشور الجلد الزائد في حالات الحكة و الجرب	٢٤ - مرهم كبريت ٥% : Sulphur Oint ١٠%

اسم المستحضر	الخواص	طريقة الإستعمال	ملاحظات
٢٥- مرهم الراسب الأبيض <i>Ammoniated Mercury Oint</i>	دهان للشرج قاتل للديدان الدبوسية	دهان مرة واحدة يوميا بعد الحمام قبل النوم .	
٢٦- لبخة كاولين <i>Kaoline poultice</i>	مزيل للإلتهاب و الإحترقان و الألم و الكدمات و الإصابات المفصلية	توضع كمية كافية على المنطقة المصابة و تلف برباط لمدة يومين .	
٢٧- خلات الرصاص (محلول) <i>Lead Sub- acetate Solution</i>	مزيل للإحترقان و الإلتهاب فى الكدمات	سأسأة على مكان الإصابة يحذر إستعمال ماء الصنوبر لأنه يحتوى على غاز الكلور الذى يرسب كلوريد الرصاص الغير فعال و يعطى عكارة و لذلك يستعمل الماء المقطر فقط .	
٢٨- غسول كلامينا <i>Calamine Lotion</i>	ملطف فى حالات التهيج الناتج عن الطفح الجلدى (الجديرى و الحساسية و حمو النيل) و الحروق البسيطة (حروق الشمس)	دهان سأسأة على الجلد المصاب و يترك دون غطاء	يجب رج العبوة قبل الإستعمال
٢٩- صوديوم ثيوسلفات (محلول) <i>Sod. Thiiosulphate Solution</i>	مطهر و مضاد للفطريات فى حالات التينيا	مس مرتين يوميا	له رائحة غير محببة
٣٠- بنزيل بنزوات <i>Benzyl Benzoate Lotion</i>	مطهر لعلاج الجرب	دهان الجسم من الرقبة حتى أسفل و ذلك بعد الحمام مرة أو مرتين يوميا مع تغيير الملابس و الفراش	عند الإستعمال يخفف بنفس الحجم ماء و يضعف الحجم ماء فى حالة الرضع ، ايضا له رائحة غير محببة .

١٤ - المنشطات الطبيعية المتوفرة
بالصيدليات والفياجرا

انتشرت ادوية كثيرة بالصيدليات تحتوى على منشطات للقنرة الذهنية والجسمية والجنسية ، بدأت بغذاء ملكات النحل وعرق الذهب ، ثم توليفات مختلفة تحتوى بالاضافة للمستحضران السابقان ، مجموعة منتجات طبيعية مثل زيت جنين القمح ، زيت بذرة القرطم ، خلاصة الخميرة ، فيتامين هـ E والبيوفلافونويدز ، وسوف نستعرض خواص كل من هذه المواد ، فيما يلى ، ولكن قبل ذلك يبقى السؤال :

هل هذه المواد مجردة كمنشط ام لا ، كذب ام حقيقة ؟

هذه المواد ثبتت الدراسات العلمية والمعملية انها منشطة ومفيدة ومجددة للحوية والنشاط . ولكن هذه المنشطات هي لمن يحتاجها ، فاذا كان هناك شاب يأكل ويتغذى جيداً فمن المؤكد انه لا فائدة من تناول هذه الادوية ليزيد من قوته ، مثله مثل ارض مرتوية من الماء والسماد ونريد ان نزيدها قليلاً من السماد والماء ، اما اذا كان مرهقاً ويعانى من ضغط جسدى وعصبى ولا يتغذى جيداً فقد تفيد هذه المستحضرات .

اذن هل من ضرر فى تعاطي هذه المستحضرات لمن لا يحتاجها ؟

لا ضرر انه كمن يريد ان يحتفظ بكمية ماء فى كوب ممتلئ !!

هل هذه المستحضرات مفيدة للشخص الهنك الذى يعانى من سوء تغذية ؟

قد تكون هذه المستحضرات مفيدة ولكن الاهم من ذلك هو تناوله لمستحضر يحتوى على مجموعة فيتامينات متعددة مع هذه المستحضرات « انظر عنوان الفيتامينات » .

+ غذاء ملكات النحل Royal Jelly : ثبت علمياً انه ينشط خلايا الجسم ، وبالتالي يساعد فى التغلب على الشعور بالارهاق ، ولكن الى الان لم يتم التوصل الى تركيز معين يعتبر الجرعة المثالية ، فلا يمكن القول ان ١٠٠مجم هي الجرعة المناسبة ولا ١٠٠٠ او ٢٠٠٠مجم هي جرعة ممتازة .

+ الجينسج Ginseng : يسمى ايضاً نبات عرق الذهب "عبارة عن خلاصة جذور نبات البانكس الكورى ، وقد ثبت أن له خواص منشط عام ومنشط للذاكرة ، منظم لضغط الدم ، ومهدئ . ومثله مثل غذاء ملكات النحل لم يتم التوصل الى الجرعة المثالية لهذا النبات هل هي ٥٠مجم أم ٥٠٠مجم ام اقل وكل شركة تضع من هذا وذاك تركيزات متباينة معتمدين على مراجع علمية وارااء مختلفة .

+ زيت جنين القمح Wheat germ oil : يعتبر من اغنى المصادر الطبيعية بفيتامين هـ ، وفيتامين هـ يعتبر فيتامين اساسى لانتاج هرمون الذكورة وكذلك صحة بشرة الجلد .

+ الخميرة Yeast : تحتوى على مجموعة من الفيتامينات والمعادن مثل فيتامين ب١،٢،٣، ومعادن مثل المنجنيز والنحاس والسيلينيوم ، وهى ايضاً تحتوى على بعض الانزيمات المفيدة فى حالات عسر الهضم .

+زيت الثوم Garlic oil

الثوم يدعم وظائف الجسم الطبيعية ، يخفض ضغط الدم وينشط الدورة الدموية ، وهذا يؤدي الى زيادة نشاط الجسم ، يقلل الثوم من احتمالية حدوث جلطات لانه يساعد على زيادة سيولة الدم ، كما أن له خواص موسعة للشعب الهوائية ولان الثوم له طعم ورائحة غير مرغوبة فقد تم استخلاص زيت الثوم ووضعها فى أقراص او كبسولات عديمة الرائحة لا تسبب مضايقة لمن يتناولها ، والجرعة المناسبة من الثوم هى ٢ كبسولة قبل النوم

الفياجرا Viagra : «سildenafil فيل هو الاسم العلمى اى اسم المركب الداخلى فى مستحضر الفياجرا» : انه ذلك الدواء العجيب الذى افتقده الكثيرون الذين يعانون من عدم القدرة على الانتصاب للخصيب او عدم المقدرة على بقاء الخصيب منتصباً اثناء فترة الجماع بسبب مرض السكر او غيره من امراض العصر.

❦ ما هى عيوب الفياجرا ؟

❦ العيب الواضح فى الفياجرا الان هو ارتفاع سعرها ، فهى دواء للاغنياء وليس للفقراء او محدودى الدخل ، فقرص واحد من الفياجرا يكفى لشراء علبة من المنشطات الذهنية والجسمية العادية التى نعرفها ، ولكن هناك مستحضرات اخرى مثل الفيجا والكاماجرا والمماجرا ويباع كل اربعة اقراص بعشرون جنيها تقريبا- و يجلبها البعض ربما من بعض الدول الاسيوية من سوريا والهند - ولكنها غير معروفة المصدر وغير موثوق تركيبها او فاعليتها ولذلك تشكل خطرا

على صحة المستهلك نظرا لعدم ضمان محتواها وعدم وجود رقابة صحية عليها .

❦ كيف يعمل دواء الفياجرا داخل الجسم ؟

❦ يساعد على توسيع الاوعية الدموية فى الخصيب عند حدوث الاثارة الجنسية مما يسمح بتدفق الدم فى الخصيب وحدث عملية الانتصاب بشكل طبيعى ، ومن مميزاته انه لا يحدث انتصاب الا عند الاثارة الجنسية فقط .

❦ ما هى انسب جرعة وتم يستمر مفعولها ؟

❦ الجرعة المناسبة هى ٥٠مجم ويجب عدم تعدي هذه الجرعة الا بعد استشارة الطبيب ويجب عدم تكرار الجرعة فى نفس اليوم ، ويبدأ عمل الفياجرا بعد ساعة واحدة من تناولها ويستمر مفعول القرص الواحد ٥٠مجم لاكثر من ١٢ ساعة .

❦ من هم الذين يجب ان لا يتناولوا الفياجرا ؟

❦ مرضى القلب والذبحة الصدرية والذين يتناولون أدوية تحتوى على النيتترات (ادوية الذبحة الصدرية) والذين هناك احتمال ان يتأثر قلبهم بأى مجهود مثل المجهود الجنسى.

❦ هل من أعراض جانبية تحدثها الفياجرا ؟

❦ هناك اعراض جانبية بسيطة مثل : انخفاض طفيف ومؤقت فى ضغط الدم ، صداع ، احمرار بالوجه واضطرابات فى المعدة .

مصر (بلدها الاصلى الولايات المتحدة الأمريكية)
 - افنتس مصر (اوربا - المانيا و فرنسا)
 ٤- مكاتب علمية تمثل شركات عالمية - وتتم
 تعبئة ادويتها فى احد المصانع المصرية السابق
 ذكرها - او تستوردها عن طريق وكيل وتكون
 المكاتب مسئولة عن تعريف الاطباء بهذه
 المنتجات (الدعاية) وفى هذا يكتب على علبة
 الدواء انتاج شركة (الشركة المصرية) بتصريح
 من شركة (الشركة الاجنبية صاحبة المكتب
 العلمى فى مصر) ولا يكتب على العلبة لصالح
 مكتب (كذا) لان هذا المكتب العلمى يخص
 الشركة الاجنبية الام ويمثلها فى مصر - اما اذا
 كان الدواء مصنع بالخارج فيكتب على علبة
 الدواء (استيراد) الشركة المصرية لتجارة
 الادوية - او سوفيكو - او مالتى فارم - الخ)
 ٥- مكاتب علمية خاصة باشخاص مصريين
 (اطباء - صيادل - او غيرهم) - وهى تصنع
 لها ادوية فى احد المصانع السابق ذكرها سواء
 كان هذا المنتج مسئولية هذا المكتب من ناحية
 المواد الخام والتصنيع والدعاية - او ان هذا
 المنتج هو اجنبى لاحد المصانع العالمية ويستورد
 المكتب المواد الخام من هذا المصنع وتتم التعبئة
 فى احد شركات الادوية المصرية بتصريح من
 الشركة الام - ويكتب على علبة الدواء من هذا
 النوع انتاج شركة (الشركة المصرية) بتصريح
 من شركة (الشركة الاجنبية) لصالح مكتب
 (المكتب المستثمر لهذا المنتج فى مصر والمسئول
 عن عمل دعاية له)

ملاحظة : ان الانتصاب المستمر لاكثر من ٤
 ساعات قد يحدث تلف دائم للقضييب اذا لم تعالج
 هذه الحالة فى الحال ، ان هذه الحالة نادرة
 الحدوث ، ولكن اذا حدثت يجب الاتصال بالطبيب
 فوراً .

١٥- شركات الأدوية فى مصر

**تنوع مكاتب و شركات الادوية فى
 مصر - وهى خمسة فئات رئيسية وهى**

١- شركات القطاع العام المملوكة للحكومة ومنها
 شركات قابضة وبعضها تم خصصتها او بيع
 اسهم من قيمة الشركة للشخص والعاملين
 بالشركة - من امثلة هذه الشركات - القاهرة
 - سيد - ممفيس - النيل - الاسكندرية -
 العربية الخ

٢- شركات القطاع الاستثمارى او القطاع الخاص
 وهى يملكها اشخاص وهى مثل شركة ابيكو -
 العامرية - المهن الطبية - امون - اكابى -
 تى ترى ايه - سيديكو - فاركو -

٣- الشركات الاجنبية وهى شركات عالمية لها
 افرع فى كثير من دول العالم - لذلك تكون
 معظم منتجاتها عالمية - اى انه فى معظم
 الاحوال يكون اسم المنتج لها فى مصر هو
 نفسه اسم المنتج فى اوربا او امريكا او اسيا -
 وهذه الشركات مقيمة لها مصانع فى مصر
 مثل : -

شركة سيرفبيه مصر (بلده الاصلى فرنسا) -
 جلاكسو وليكام مصر (بلدها الاصلى انجلترا) -
 نوفارتس مصر (بلدها الاصلى سويسريا) - فايزر

اندماج شركات الادوية

فراميتاليا كارلواربا الايطالية (صاحبة المنيدياب والسرميون) وبالتالي انتهى اسم فراميتاليا وزاب فى فراماشيا ابجون (فارماسيا و ابجون شركتان امريكيتان مندمجتان)

وهنا فى مصر شهدنا بعض الشركات تبيع اسم منتجاتها لشركة اخرى مثل شركة امون المصرية التى باعت بعض منتجاتها لشركة جلاكسو العالمية لتصبح هذه المنتجات خاصة بجلاكسو مصر مثل الادوية الاتية :

ايباموكس بانواعه - ثيو اس ار - فيتاماكس - ايبىروكسيل - ديلاي تيازيم - ميولجين كبسول - الخ)

١٦ - التداخلات الدوائية

Drug-Drug interaction

هذا الموضوع هام جدا للغاية فنرى الكثير من المرضى يأخذون أدوية للصداع أو الإنفلونزا أو مقويات بدون روصته طبية أو مثلا يأخذ الفرد أكثر من نوع واحد للصداع و لا يدري أن هذه الانواع قد تتداخل مع بعضها فى المفعول ، فقد تلغى هذه الأدوية مفعول بعضها البعض أو قد تزيد مفعول بعضها البعض و هذا ما يسمى بالتداخل الدوائى .

فمثلا لو فرضنا أن مريض تناول دواءات : دواء (A) وآخر (B) فهناك عدة احتمالات لو تناول الدواءات معا وهى :-

$A + B \leftarrow$ يقوى تأثير بعضهما البعض .
أو $A + B \leftarrow$ يلغى مفعول (A) فى وجود (B) .
أو $A + B \leftarrow$ يلغى مفعول الاثنين معا .

حدث اندماج لشركات ادوية عالمية كثيرة وغالبا يكون الهدف من هذا الاندماج زيادة قوة وانتشار هذه الشركات على مستوى العالم - وايضا الحد من المصروفات الادارية والدعائية نظرا لان عدة شركات تصبح شركة واحدة لها ادارة واحدة :

أمثلة للشركات التى اندمجت فى السنوات الماضية :
١- اندمجت مجموعة شركات سويسرية عريقة مثل شركة جايجى (صاحبة الفولتارين) مع شركة ساندوز (صاحبة البرنردين والاسبازمو كانيولاز) مع شركة سيبا (صاحبة السيپاسين والسيناكتين) لتصبح شركة عملاقة باسم نوفارتس *Novartis*

٢- اندمجت او تشاركت شركة جلاكسو الانجليزية العملاقة (صاحبة الزينات والزنثاك) مع شركة ويلكام الانجليزية (صاحبة لانوكسين وزوفيراكس) لتصبح جلاكسو ويلكام - واندمجت هذه الاخيره مع شركة سميث كلاين بيتشام (صاحبة الاجمنتين والاموكسيل) لتصبح شركة عالمية عملاقة تحت اسم جلاكسو سميث كلاين بيتشام *gsk*

٣- اندمجت شركة استرا (صاحبة الادوية العالمية لوسك و بلميكورت و اتاكاند) مع شركة زينيك (صاحبة الدواء الشهير تينورمين واندرال و زيستريل) لتصبح شركة كبيره اسمها استرا زنكا

وهو هناك شركات كبيرة تشتري شركات صغيره مثل شركة فراماسيا ابجون التى اشترت شركة

سيئة و فجأة ظهرت حالات تسمم نتيجة هذا الدواء و السبب هو أن الشركة كانت تنتج هذا الدواء باستخدام الكالسيوم لتخفيف تركيزه ثم استبدلت الكالسيوم بسكر اللاكتوز كمخفف للدواء فى الكبسولة ، لكن الشركة إكتشفت أن هناك تغيير حدث فى طبيعة إمتصاص الدواء لأن الكالسيوم كان يرسب جزء منه مما يمنع إمتصاصه بالكامل و لما أضيف اللاكتوز زاد من إمتصاص الدواء بالكامل دون ترسيب شىء منه فزادت الجرعه الممتصة و ظهر التسمم و لهذا تغلبت الشركة على هذه المشكلة بتقليل الجرعة مع اللاكتوز و أصبح الدواء آمن المفعول .

٦- أدوية القلب : مثل الديجوكسين

الديجوكسين + أملاح الماغنسيوم أو الألومنيوم فى أدوية الحموضة ← نجد أن هذه الأملاح ترسب الديجوكسين ونقل إمتصاصه و هذا علاج هام جدا للقلب .

- تناول الديجوكسين مع مدر للبول (مثل الأداكتور) ← يقلل من إفراز الكبد للديجوكسين مما يؤدي إلى تراكم الديجوكسين فى الجسم و يؤدي إلى آثار سيئة .

- الديجوكسين + الفينوباربيتون ، الإيبانوتين ، أو الفينيل بيوتازون ← يقل مفعول الديجوكسين .

٧- الهيبارين + الأسبرين ← يرفعا من معدل حدوث النزيف .

٨- مدرات البول :

• يقل مفعولها مع الكورتيزون و مشتقاته و الفينيل بيوتازون .

أو $A + B \leftarrow$ قد ينتج دواء جديد (C) قد لا يكون له مفعول و قد يكون له مفعول آخر جديد .

ولكى يتضح لنا ذلك فلنضرب أمثلة لهذه التداخلات الدوائية :

١- **الظهور :** تعمل على تثبيط الجهاز العصبى المركزى فى الجسم ، فاذا تناول المريض هذه الخمور مع أدوية مهدئة أو منومة أو مضادة للحساسية ← يقوى بعضهما تأثير بعض فيزداد لدى المريض الشعور بالنعاس .

٢- **فيتامين ك** يعتبر ضروريا للكبد لتكوين عوامل التجلط التى تساعد على وقف النزيف فعندما يتناوله مريض مع أدوية مضادة للتجلط أو أدوية تساعد على سيولة الدم ← فيتامين ك سوف يقلل أو يبطل تأثير هذه الأدوية .

٣- **الأدوية المنومة** + تناول القهوة و الشاى و الكاكاو ← يتعارضان مع بعضهما البعض لأن القهوة و الشاى تحتوى على مادة الكافيين المنبهة

٤- المضادات الحيوية :

مريض مصاب بقرحة المعدة عندما يتناول المضاد الحيوى

التيراميسن أو النتراسيكلين (بالفم) + أدوية أو أطعمة تحتوى على أملاح الألومنيوم أو الكالسيوم مثل أدوية الحموضة أو فيتامينات أو اللبن و الحبن ← ترسب هذه الأملاح المضاد الحيوى النتراسيكلين فى المعدة مما يقلل إمتصاصها .

٥- كانت إحدى شركات الأدوية تنتج **دواء الفينيتوين** لسنوات طويلة و لم تكن له أى آثار

✍ الاندوسيد (الاندوميثاسين) + الأسبرين ⇨ يقل امتصاص الإندوميثاسين في المعدة .

١٣- الهرمونات :

◆ هرمون الكورتيزون + مدرات البول ⇨ يزيد من فقدان K .

◆ هرمون الكورتيزون + الفينوباربيتون و الريمكتان و الريفادين ⇨ يفقد مفعول الكورتيزون .

١٧ - أدوية تلون البول و البراز و البصاق

قد يتناول بعض المرضى دواء و يجد تغير في لون البول أو البراز أو البصاق فينزعج و لكن نقول له لا تقلق فهناك بعض الأدوية قد تلون البول أو البراز أو البصاق و تجعل لونه مختلف عن اللون الطبيعي .

أ- أدوية تلون البول :

📖 السنامي (السنات) في حبوب الإمساك نجد لو

كان البول حامضى يتلون باللون البنى

و لو كان البول قلوى يتلون باللون الأحمر

📖 دواء كارموريت (Carmurit) الذى يستعمل

كمطهر للمجارى البولية يجعل لون البول أحمر أو

برتقالى .

📖 الفلاجيل أو الفلاجيكور أو الفيورازول (

مطهرات للأمعاء) تجعل البول أصفر .

📖 الريمكتان ، الريفادين و الريفمبسرين يجعل

البول أحمر .

📖 السلفا و مشتقاتها تجعل البول بنى اللون .

• اللازكس (مدر للبول) ⇨ يزيد مفعوله مع ثيوفيللين .

⇨ يترسب مع محاليل الجلوكوز .

• الأداكتون + الأسبرين ⇨ النتيجة هى يقل مفعول الأداكتون كمدر للبول .

٩- أدوية علاج السكر بالفم :

✳ تناولها مع الخمر أو الكورتيزون أو مدرات البول (ثيازيد) ⇨ يقل مفعول أدوية السكر ⇨ ترفع نسبة السكر فى الدم .

✳ تناولها مع الكلورامفينيكول و مشتقات البيوتازون ⇨ يزيد مفعول أدوية السكر ⇨ تقل نسبة السكر بشدة فى الدم .

١٠- أدوية الدرن :

📖 Ethambutol + مضادات الحموضة (التى

تحتوى على أملاح الماغنسيوم و الألومونيوم) ⇨

يقل امتصاص Ethambutol .

📖 الريفمبسرين (Rifampicin) (الريمكتان) +

الأيزونيازيد Isoniazide ⇨ يزيد التسمم بالكبد .

📖 الريفمبسرين + مضادات الحموضة و الجبن و

اللبن و السمك لوجود الكالسيوم بها يقل امتصاص

الريفمبسرين فى الجهاز الهضمى .

١١- أدوية ضغط الدم العالى :

📖 يقل مفعولها مع الكورتيزون و مشتقاته و

حبوب منع الحمل .

📖 يزيد مفعولها مع الخمر و المهدئات و

المنومات و أدوية التخدير .

١٢- الأدوية المسكنة :

✍ الأسبرين + الخمر ⇨ يزيد من حدوث

قرحة المعدة .

و هي مناعة يولد بها الطفل و تنتقل من الأم إلى الطفل عن طريق المشيمة أو عن طريق الرضاعة حيث يحتوى لبن الأم على أجسام مضادة ... لكن هذه المناعة تبدأ فى الإختفاء بعد الستة أشهر الأولى

ب- مناعة طبيعية: فالتعرض لمسبب المرض دون ظهور الأعراض يكسب الجسم مناعة طبيعية ضد هذا المرض و هذا ما يحدث فى تطعيم الأطفال حتى يكتسبوا مناعة تحميهم عندما تختفى المناعة الطبيعية .

٢- مناعة صناعية و تنقسم إلى نوعين :

أ- اللقاحات : وهى أجسام لنفس الميكروب ولكن بصورة ضعيفة (شبه ميتة) وهى تحت الجسم على تكوين أجسام مضادة ضد الأمراض المحتمل مهاجمتها للمريض فى الشهور او امقبله و تسمى بالمناعة الإيجابية أو النشطة نظراً لان الجسم هو الذى يكونها (ينتجها) ويكون مفعولها طويل المدى .

ب- الأمصال أو الجلوبيولين : و هى عبارة عن أجسام مضادة ضد المرض تحمى الجسم من هذا المرض لفترة قصيرة حيث لا يشترك الجسم فى تكوينها و تعرف بالمناعة السلبية .

ملحوظة : قد يكون تلون البول نتيجة لون كسوة الأقراص أو الكبسولات أو الألوان التى تضاف إلى الأشربة .

ب-أدوية تلون البراز :

المضادات الحيوية إذا تناولها الشخص لفترات طويلة قد تجعل البراز بنى و بلا رائحه و نجد فيه بعض الغذاء غير المهضوم .

أملاح الحديد الموجودة فى الأدوية المقوية و أملاح البزموت الموجودة فى أدوية الحموضة قد تجعل البراز أسود .

ملحوظة : اللون الأسود للبراز قد يكون سببه نزيف داخلى .

الريمكتان و الريفادين و الريفمبسين يلونون البراز باللون الأحمر .

ج - أدوية تلون البصاق :

الريمكتان و الريفادين و الريفمبسين يلونون البصاق باللون الأحمر .

١٨- التطعيمات

Immunizations

هى عبارة عن أمصال و لقاحات يتم تطعيم الطفل بها حتى تكسبه مناعة ضد الأمراض المعدية مثل الجدري و الحصبة و شلل الأطفال و غيرها من الأمراض

و هى نوعين :

١- مناعة طبيعية و تنقسم إلى نوعين :

أ- مناعة مكتسبة من الام :

جدول التطعيمات الإجبارية الواجب اعطائها منذ الولادة

العمر بالشهر	نوع اللقاح
بعد الولادة مباشرة	— الدرن . — التهاب الكبد الفيروسي الوبائي (جرعة أولى).
نهاية الشهر الثاني	— شلل الأطفال والثلاثي (جرعة أولى). — التهاب الكبد الفيروسي البائي (جرعة ثانية).
نهاية الشهر الرابع	— شلل الأطفال والثلاثي (جرعة ثانية).
نهاية الشهر السادس	— شلل الأطفال والثلاثي (جرعة ثالثة). — التهاب الكبد الفيروسي البائي (جرعة ثالثة).
نهاية الشهر الثامن	— الحصبة
نهاية الشهر (١٥)	— الحصبة الألمانية والنكاف.
نهاية الشهر (١٨)	— شلل الأطفال والثلاثي

Neurobion	3 Amp.	نيوروبيون
Neurocomb	3 Amp.	نيوروكومب حقن
Neurorubine	3 Amp.	نيوروروبين حقن
Neurorubine	20 lactab	نيوروروبين
Neuroton	20 tab.	نيوروتون أقراص
Neuroton	3 Amp.	نيوروتون حقن
Neurovit	20 tab.	نيوروفيت أقراص
Neurovit	3 Amp.	نيوروفيت حقن
Tri-B	20 tab.	تراي-بي
Tri-B	6 amp.	تراي-بي
Trivarol	20 Tab.	تريفارول أقراص
Trivarol	6 Amp.	تريفارول حقن
Beco-forte	30 tab.	بيكو-فورت

هناك بعض المشكلات الخفيفة والتي ليست لها أية خطورة تصاحب تلقیح الطفل، فأحياناً ما تسبب بعض هذه اللقاحات ارتفاعاً في درجة حرارة الطفل يستمر خلال الـ ٤٨ ساعة التالية لإعطاء اللقاح ولا يلزم خفضها أكثر من نقط تخفيض الحرارة. وقد تسبب بعض اللقاحات الأخرى طفحاً أحمر في الجلد.

١٩- تنمية اليدين و القدمين

إن تنمية اليدين أو القدمين له احتمالات عديدة وأهمها:—
١- ضعف عام في الأعصاب بسبب نقص فيتامين ب ، لذا فإن التنمية قد يختفي بتناول أقراص أو حقن فيتامين ب مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Becozym	12 Amp.	بيكوزيم
Neurobion	20 Tab.	نيوروبيون

- ٢- مشكلة في فقرات العمود الفقري العنقية أو القطنية، مما يؤدي إلى الضغط على الأعصاب في الأيدي أو الأرجل.
- ٣- احتمالية بداية لمرض السكر، وهنا يجب عمل تحليل لنسبة السكر في الدم.
- ٤- احتمالات وجود الأنيميا، لذلك يجب عمل تحليل دم كامل ونسبة الهيموجلوبين به.

- المصابين بأمراض مزمنة مثل أمراض القلب و السكر و الكلي و الجهاز التنفسي
- السيدات الحوامل بعد الشهر الثالث من الحمل
- الأطفال بعد سن ستة أشهر

ما هو أفضل وقت للتطعيم؟

الفترة بداية من شهر أكتوبر و حتي ديسمبر من كل عام هي أنسب وقت و إن كان التطعيم بعد ذلك الميعاد يعطي نتائج طبية أيضا .

لماذا يكرر التطعيم سنوياً؟ لأن فيروس الأنفلونزا بطبيعته دائم التطور و التغيير و لذلك فكل عام يقوم العلماء في منظمة الصحة العالمية بتحديد أفضل تركيبة لهذا العام و التي تعطي أكبر قدر من المناعة .

هل يمكن أن يسبب المصل الإصابة

بالأنفلونزا؟

بالطبع لا، لأن المصل يتكون من خلايا ميتة لا يمكن أن تسبب المرض نفسه .

هل التطعيم يحمي من الإصابة بالأنفلونزا تماماً

؟ كلا، فلا يوجد مصل فعال بنسبة ١٠٠% ولكن مع التطعيم تقل احتمالات الإصابة بنسبة كبيرة و حتى إن حدثت الإصابة فالأعراض تكون أخف و أقصر في مدتها.

هل يمكن أن يسبب المصل أية أعراض

جانبيه خطيرة؟

الأعراض الجانبية للتطعيم لا تتعدى بعض الألم أو الاحمرار البسيط في مكان الحقنة.

هل هناك موانع ضد التطعيم؟

أي شخص يمكن أن يأخذ المصل ماعدا من لديهم حساسية ضده

وإذا كنت تعاني من خذلان أو خدران أو ترميل في اليد بعد الإسقاط من النوم فهذا له احتمالات عديدة:-

١- يجب الكشف عند إخصائي الغدد للكشف عن الإصابة بمرض السكري.

٢- يجب أن يكشف عند طبيب الأعصاب لتحديد ما إذا كان هذا الترميل يصاحبه نقص في الإحساس أو ضعف في العضلات، وفحص الانعكاسات العصبية ومدى تأثرها.

٣- يجب عمل بعض الإشاعات لفقرات الرقبة MRI، فربما يكون السبب إجهاد عضلات الرقبة، أو فقرات الرقبة.

٤- قد ينتج عن بعض الأدوية الطبية.

٥- قد ينتج عن التعرض للمواد الكيميائية.

٦- قد ينتج عن نقص بعض الفيتامينات.

٧- قد ينتج عن التهابات الأعصاب.

٢٠- مصل الأنفلونزا

ما هو مصل الأنفلونزا؟ هو عبارة عن حقنة تؤخذ مرة واحدة سنوياً للوقاية من الإصابة بفيروس الأنفلونزا.

لماذا التطعيم ضد الأنفلونزا؟ الأنفلونزا قد تكون مرض خطير لبعض الناس، و هي أشد من مجرد نزلات البرد العادية فهي تسبب ارتفاع درجة الحرارة مع آلام في الجسم و قد تتطور لتؤدي إلي الالتهاب الرئوي. و نظراً لأن الأنفلونزا عدوي فيروسية فهي لا يمكن علاجها بالمضادات الحيوية لذلك تكون الوقاية هي الحل الأمثل.

من هم أكثر الناس احتياجاً للتطعيم ضد

الأنفلونزا؟

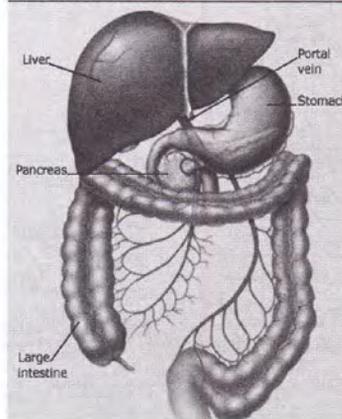
- كبار السن فوق ٦٥ عاماً

الفصل الثاني (أمراض الجهاز الهضمي)

يحتوي هذا الفصل على معلومات عامة عن بعض أمراض الجهاز الهضمي
مثل

- | | |
|-------------------------|----------------------------|
| ١٠- القيء عند الرضع | ١- حموضة المعدة |
| ١١- الاسهال عند الكبار | ٢- قرحة المعدة والاثنى عشر |
| ١٢- الاسهال عند الاطفال | ٣- سوء الهضم |
| ١٣- الاسهال عند الرضع | ٤- انتفاخ البطن |
| ١٤- الامساك | ٥- تقلصات القولون |
| ١٥- الفتق | ٦- المغص عند الكبار |
| ١٦- عدوى الديدان | ٧- المغص عند الاطفال |
| | ٨- المغص عند الرضع |
| | ٩- القيء (الكبار والاطفال) |

Portal Venous System



يمكن اعطاء اى من الادوية الاتية ملعقة كبيرة او ١-٢ قرص استحلاب عند الشعور بالحرقان ، ويجب رج الزجاجة قبل الاستعمال -

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج الحموضة

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Acicone-S	Suspension	اسيكون شراب
Algicab	susp	الجيكاب شراب
Alkasilon	Susp.	الكاسيلون شراب
Alkomag	susp.	الكوماج شراب
Alucal	20 tab.	الوكال اقراص مضغ
Alucal Plus	20 tab.	الوكال بلص اقراص مضغ
Compagene	20 Chew. tabs.	كومباجين اقراص مضغ
Epicogel	Susp.	ابيكوجيل شراب
Epinos	6 sachet	اينوس اكياس فوار
Fawar Fruit	6 Sachets	فوار فروت اكياس
Fawar Lemon	6 Sachets	فوار ليمون اكياس
Geveskon	susp.	جيفيسكون شراب
Glycodal	30 tab.	جليكودال اقراص مضغ
Glycodal-M	Susp.	جليكودال شراب
Magsilon	20 tab.	ماجزيلون اقراص مضغ
Magsilon	Susp.	ماجزيلون شراب
Mucogel	Susp.	ميوكوجيل شراب
Neogelico	Susp.	نيوجيلكو شراب
Rennie	24 tab.	رنى اقراص مضغ
Sedo-mag	Susp.	سيدوماج شراب
Xenos Fruit	5 Sachets	زينوس فوار فروت
Xenos Lemon	5 Sachets	زينوس فوار ليمون
Xenos K	10 sachets	زينوس كى فوار

وهى جميعها تستعمل عند الشعور بالحموضة وهى تعادل هذا الحامض فى المعدة وتعمل كغطاء

(١- الحموضة (حرقان القلب)

Heart burn

R/ Aciloc 75 tab.

R/ قرص قبل الأكل ٣ مرات يوميا

Mucogel Syrup .

ملعقة كبيرة بعد الأكل ٣ مرات يوميا

تفرز المعدة طبيعياً كمية مقننة من حامض يسمى الهيدروكلوريك وهو يساعد فى عملية الهضم ، وتحدث الحموضة نتيجة لزيادة افراز حامض الهيدروكلوريك ، وزيادة هذا الحامض تؤدي الى شعور بالحرقان وعدم الارتياح لذلك تسمى حرقه المعدة ، ويقول البعض بالعامية (عندى حرقان صدر ، او حموضة) .

ما هو سبب زيادة افراز الحمض ؟

هناك اسباب كثيرة تسبب زيادة افراز هذا الحامض مثل : سوء الهضم وعدم الانتظام فى الأكل او عدم تقبل المعدة لنوعيات معينه من الأكل ، التدخين و شرب القهوة يعدان من الاسباب الرئيسية خاصة على معدة خاوية ، المواد الحارقة مثل الشطة واللفل الاسود ، الاقراص والحقن المحتوية على مشنقات الكورتيزون ، معظم الادوية المسكنة التى تعالج الامراض الروماتيزمية ، وهناك اشخاص يعانون من الحموضة المستمرة دون وجود سبب واضح ، كذلك قرحة المعدة التى سوف نتكلم عنها فى العنوان التالى هى ايضا تكون مصحوبة بحموضة وحرقان .

الأدوية المقترحة لعلاج الحموضة :

نفس المادة بتركيز ١٥٠ مجم او ٣٠٠ مجم
لعلاج التهاب وقرحة المعدة .

٢- قرحة المعدة والاثني عشر
Gastric & Doudenal Ulcer

R/ Zantac amp.

أمبول بالعضل مرة واحدة

R/ Zantac 150 tab.

قرص كل ١٢ ساعة قبل الاكل

Or : Gastrazole cap.

كبسولة قبل العشاء أو قبل النوم

القرحة عبارة عن جرح في الجدار الداخلي للمعدة والاثني عشر، وغالبا ما تكون بشكل فجوة صغيرة دائرية أو بيضاوية الشكل يراوح قطرها بين عدة ملليمترات وعدة سنتيمترات تقريبا (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٠ في نهاية الكتاب) . وتتسأ

القرحة في الجدار الداخلي للقناة الهضمية المريء، المعدة أو الاثني عشر- وهي تعتبر من الأمراض المنتشرة في مجتمعنا، وقد تؤدي إلى مضاعفات خطيرة، مثل تحولها إلى قرحة نازفة، حيث يبصق المريض دما، وقد تكون حياته مهددة بالخطر إذا لم يحدث تدخل جراحي لوقف النزف الحاصل.

في بداية المرض غالبا لا يشعر المرضى بوجود أية أعراض تذكر. إلا من آلام في المعدة، وغالبا ما تكون بشكل حرقة شديدة تزداد عندما تكون المعدة خالية من الطعام، وهذه الحرقة غالبا ما تكون على شكل حرارة أو مغص ينتشر عبر القسم الأعلى من البطن، ويظهر عادة مع الجوع، أو بعد ساعة إلى ثلاث ساعات من تناول الطعام،

واقى لجدار المعدة وهذا يرجع الى هيدروكسيد الالومنيوم الموجود في تركيبها .
هناك ادوية اخرى توقف حموضة المعدة بتنشيط خروج حامض الهيدروكلوريك وليس بمعادلته مثل الادوية المستخدمة في قرحة المعدة الواردة تحت عنوان قرحة المعدة.

ملحوظة:

١- الاقراص المستخدمة لعلاج الحموضة تمضغ اى انها تُستحلب .

٢- معلق حموضة هو الاسم الصحيح لكلمة شراب حموضة ، لان كلمة شراب تطلق على الدواء الذائب تماما في الماء ، فاذا رأيت دواء يبدو صافى كالماء فهذا شراب Syrup ، واذا كان غير صافى او كالحليب فهذا يسمى دواء معلق Suspension ، وكقاعدة يجب رج زجاجة اى دواء معلق قبل اخذ جرعة منها لان معظم الادوية المعلقة تترسب او تميل الى الترسيب ، والرج الجيد يعيد مزج المواد الفعالة فى الزجاجة بالتساوى مرة اخرى.

٣- لا يوجد فارق كبير بين الاقراص والشراب فى كفاءة معالجة الحموضة ، ولكن قد يفضل البعض اقراص المضغ للاستخدام خارج المنزل وذلك لسهولة حملها .

٤- بعض الادوية السابقة تحتوى على مواد اضافية مثل مادة دايميثيكون أو ثايميثيكون المضادة للانتفاخ والغازات .

يتم الان استعمال الادوية المحتوية على رانيتيدين بتركيز ٧٥ مجم قرص واحد يوميا لعلاج حموضة المعدة بينما تستعمل

الروماتيزم الذين يحتاجون إلى كميات كبيرة من هذه المسكنات يومياً.

٣- الأغذية: بعض الأطعمة والمشروبات التي تحتوي على مواد مهيجة تؤدي إلى تفاقم أعراض القرحة، ومن هذه الأطعمة الأكلات الحارة الغنية بالتوابل، ومنها الفلفل الحار والشطة الحارة والبهارات والقهوة والعصائر الحمضية، وينصح مرضى القرحة بتجنب كل ما قد يؤدي إلى تفاقم الأعراض.

٤- جرثومة الهليكوباكتر بيلور

جرثومة "الهليكوباكتر بيلوري" هي كائن مجهري سوطي حي يدخل الجسم عن طريق الفم بواسطة تناول أطعمة غير نظيفة، مثل الخضار والفواكه والسلطات إذا تناولها الإنسان دون غسل جيد، وقد جاءت الدراسات العلمية لتؤكد دورها في الإصابة بالقرحة، وليس من السهولة بمكان التخلص منها إلا بناء على نظام علاجي يشمل عدة أدوية، منها أدوية القرحة المعتادة: الرانتيدين والفاموتيدين، مع مضاد حيوي مثل الاموكسيسيلين أو

الميترونيدازول، مع مادة بزموث سب - جالات. حيث إنه وجد أن نسبة المصابين بقرحة الاثنا عشر الذين يحملون هذه البكتيريا تراوح ما بين ٨٠% إلى ١٠٠% حيث تفرز هذه البكتيريا مادة اليوريا التي تؤدي بدورها إلى تهتك الغشاء المخاطي الذي يغطي السطح الداخلي للمعدة والاثنا عشر وتمنعه من القيام بعمله الوقائي ضد خميرة الببسين وحامض الهيدروكلوريك، فيصبح جدار المعدة أكثر عرضة للإصابة بالقرحة.

يزول تدريجياً مع تناول الأدوية المضادة للحموضة. وغالباً ما يصاحبها من أعراض عامة، مثل الشعور بالقيء والغثيان وما يصاحبها من فقدان الشهية للطعام، وقد تحدث هذه الأعراض أثناء النوم، فيستيقظ المريض بتلك الأعراض، وفي بعض الأحيان تنحصر آلام القرحة في منطقة الصدر، ويصعب التمييز بينها وبين آلام الذبحة الصدرية.

العوامل المساعدة لنشوء القرحة:

١- التدخين وشرب الخمر:

أشارت معظم الدراسات والأبحاث إلى أن نسبة الإصابة بالقرحة عند المدخنين تزيد بمقدار ضعفين على نسبة إصابة غير المدخنين، ويتم تفسيرها من الناحية العلمية بناء على دور مادة النيكوتين الموجودة في السجائر؛ إذ تقوم بمنع إفراز مادة البايكربونات «المادة الأساسية التي تقوم بمعادلة حمض الهيدروكلوريك» وبناء على هذا المفعول فإن نسبة حامض الهيدروكلوريك تزداد في المعدة، وتتسبب بذلك القرحة.

وكذلك بالنسبة لشرب المسكرات أو الخمر، بل إن مضاعفات القرحة - مثل حدوث النزف - تكون أشد وأخطر بسبب التدخين وإدمان الخمر.

٢- الأدوية

تؤدي بعض الأدوية مثل الأسبرين ومشتقاته وكثير من المسكنات المضادة للالتهابات الروماتيزمية مثل الكورتيزون والاندوميثاسين والديكلوفيناك الخ إلى المساعدة على نشوء القرحة وخصوصاً عند المرضى المصابين بداء

السينية لا تتمكن من اختراق طبقة الباريوم فإنها تظهر بيضاء اللون مع خلفية سوداء على الفيلم الإشعاعي، وإذا كانت هناك قرحة فإن مادة الباريوم تملأ هذه الفجوة، وتؤدي إلى نتوء في الشكل الأملس المعهود للمعدة والاثني عشر، وتعتبر هذه الوسيلة آمنة ودقيقة للتشخيص لكنها لا تعطي معلومات كافية، مما يستوجب الحصول على مزيد من المعلومات، فيلجأ الأطباء إلى وسيلة أخرى تسمى بالتنظير الباطني "منظار الجهاز الهضمي العلوي".

٢- منظار الجهاز الهضمي العلوي

يتم إجراء هذه الطريقة عن طريق تمرير أنبوبة طويلة مرنة تحتوي في نهايتها على مصدر للضوء وعدسة كاميرا (منظار) عبر الفم إلى المريء ثم إلى المعدة، ومنها إلى الاثني عشر، ويستطيع الطبيب فحص الغشاء المخاطي للجهاز الهضمي فحصاً مباشراً دقيقاً بناء على ما يلاحظه من التغيرات في الغشاء المخاطي للمعدة، وإذا تم اكتشاف وجود قرحة يقوم الطبيب بواسطة الأنبوب بأخذ عينات صغيرة من النسيج الحي من أجل فحصها تحت المجهر؛ للتأكد من عدم وجود سرطان أو أورام خبيثة.

مضاعفات القرحة :

١- النزف :

يعتبر النزف أحد أسوأ المضاعفات المنتشرة عند المصابين بالقرحة، ويتم ذلك نتيجة حدوث جرح

٥- العوامل النفسية : تعمل التوترات النفسية

والضغوط العصبية على زيادة إفراز المواد الكيميائية الطبيعية الموجودة في الجسم، ومنها الأدرينالين التي تؤدي إلى تفاقم القرحة عن طريق زيادة الإفرازات الحمضية في الجهاز الهضمي عبر تأثيرها المباشر من خلال الجهاز العصبي الودي، الإحصاءات تشير عموماً إلى أن الأشخاص الذين يشكون من مشاكل عصبية ناجمة عن عدم استطاعتهم التأقلم مع واقع الحياة العملية وعدم التكيف مع ضغوط الحياة - وهم على الأغلب يعانون من كثرة الهموم والقلق - تزداد فيهم نسبة القرحة عن غيرهم من الأشخاص الآخرين.

٦- العوامل الوراثية : تلعب العوامل الوراثية

دوراً مهماً في نشوء القرحة، وقد أثبتت الإحصاءات أن نسبة الإصابة بقرحة الاثني عشر تزداد بمقدار ثلاثة أضعاف في أشخاص العائلة الواحدة في حالة إصابة أحدهم بها، مقارنة بالعائلات الأخرى غير المصابة.

تشخيص القرحة : إن التشخيص الصحيح للقرحة

في غاية الأهمية؛ نظراً لتشابه أعراضها مع أمراض مختلفة أخرى. وتتمثل خطوات التشخيص في إجراء فحصين رئيسيين، هما: أشعة الباريوم ومنظار الجهاز الهضمي العلوي.

١- أشعة الباريوم

يقوم المريض بشرب كمية معينة من سائل الباريوم الذي يقوم بتغليف البطانة المخاطية للمريء والمعدة والاثني عشر، وبما أن الأشعة

ساعات على تناول آخر وجبة قد تناولها المريض .
ويصاب المريض بفقدان السوائل من الجسم
والجفاف والعسر الهضمي والانتفاخ الدائم وفقدان
الشهية. ويمكن تشخيص هذه الحالة بالتصوير
الإشعاعي بعد إعطاء جرعة الباريوم أو عن
طريق إجراء منظار الجهاز الهضمي العلوي .

الوقاية من القرحة

يمكن تلخيص أساليب الوقاية من القرحة في
الابتعاد عن العوامل التي تساعد على نشوئها،
مثل:

- + الامتناع عن التدخين والمشروبات الكحولية .
- + الامتناع عن تناول أقراص الأسبرين ومشتقاته
للمصابين بالقرحة.
- + تناول وجبات صغيرة من الأطعمة سهلة
الهضم، كالأطعمة المسلوقة والخضار والفاكهة
الطازجة، والابتعاد عن الأطعمة المقلية بالزيت
والمأكولات التي يدخل فيها البصل والطماطم،
وتفادي الدهون والفلفل والبهارات والتوابل في
الطعام، والحلويات الدسمة والقهوة والشاي، واتباع
نظام غذائي معتدل ليس فيه إفراط ولا تفريط،
وعدم الأكل والمعدة مليئة بالطعام، وتجنب النوم
مباشرة بعد تناول الطعام لأن أغلب آلام المعدة
تحدث عند النوم، واحتمالية حدوث تقيؤ نتيجة
لتضيق المعدة، وتفاذي الأكل في حالات
الانفعالات النفسية.

لأحد الأوعية الدموية الملاصقة لجدار المعدة، وقد
يكون النزف ثانوياً وتدرجياً فيؤدي إلى فقر الدم،
أو نزيفاً رئيساً إذا جرح وعاء دموي رئيسي
فيحدث نزيف ملحوظ يظهر في البراز أو ينقياً
المصاب دماً. وقد يؤدي هذا النزف إلى فقد كمية
كبيرة من الدم قد تؤدي إلى حدوث هبوط في
الضغط الدموي الرئيسي، ويتزامن مع حدوث
نقص في جريان الدم في الدماغ؛ لنقص كمية
الأكسجين الواردة إليه، فيشعر المصاب بالدوار أو
الإغماء، بل وفقدان الوعي في بعض الحالات،
ويحتاج المريض بالقرحة النازفة إلى معالجة
سريعة في المستشفى، ويتم إعطاء المريض بعض
الوحدات من الدم لتعويض الدم النازف ويجرى له
منظار الجهاز الهضمي العلوي لتحديد مكان
النزف، ويتم إيقافه بواسطة الكي أو أشعة الليزر،
وفي بعض الحالات يتوقف النزف تلقائياً دون
حاجة إلى تدخل جراحي. ولكن في بعض الحالات
قد يستمر أو يعاود الظهور وقد يحتاج إلى إجراء
عملية جراحية لربط الوعاء الدموي النازف.

٢- تضيق مجرى الطعام :

قد يؤدي نشوء القرحة في الاثني عشر إلى
التضيق البوابي «أي تضيق مخرج الطعام من
المعدة»؛ وذلك بسبب وجود ندب أو تقلصات أو
التهابات مصاحبة للقرحة. وتكون النتيجة تراكم
العصارات المعدية والأطعمة غير المهضومة في
المعدة، فتؤدي إلى تقيؤ متكرر بكميات كبيرة غالباً
ما تحدث في نهاية النهار أو بعد مرور ست

هل هناك فرق بين قرحة المعدة والاثني عشر؟

القرحة هي بعينها التهاب وقشط في الجدار أو البطانة الداخلية للاثني عشر ولكن مريض قرحة الاثني عشر يشعر بالم في اعلى البطن خاصة اذا لم يتناول طعام لفترة وهو ما يسمى **بالحم الجوع** ويشعر بارتياح نوعاً ما اذا تناول الطعام خاصة الدهنيات و يتحسن الألم كذلك بتعاطي المواد القلوية مثل كربونات الصودا ولكن الألم يعود ثانية عندما يتم الهضم أو عندما تصبح المعدة أو الاثني عشرى خاويين .

الأدوية المقترحة لعلاج قرحة المعدة والاثني عشر:

يمكن اعطاء اقراص احد الادوية التي تحتوى على **مادة رانيتيدين** ١٥٠مجم مرتين يومياً قبل الاكل او **فاموتيدين** ٢٠مجم مرتين يومياً قبل الاكل ، وهي ادوية مثبطة لخروج حامض الهيدروكلريك وتساعد على التئام القرحة .

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة في مصر التي تعالج قرحة المعدة

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Aciloc 300	10 Tab.	سيلوك
Histac 150	10 tab.	هيستاك
Ranitak 168	20 tab.	رانيتاك
Ranitak 300	10 tab.	
Rani 150	6 Sachets	راني فوار
Rantag 150	20 tab.	رانيتاج
Rantag 300	10 tab.	
Rantidol	20 tab.	رانيتدول
Ranitidine 150	20 tab.	رانيتيدين
Ranitidine 300	10 tab.	
Zantac 150	20 tab.	زانتاك

Zantac 150	20eff.Tab.	
Zantac 300	20 tab.	

ويمكن اعطاء اى من الادوية الاتية المحتوية على **مادة اوميبرازول** بجرعة قرص واحد يومياً قبل العشاء او قبل النوم لمدة شهر

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة في مصر التي تحتوى على هذه المادة

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Epirazole 20	14 Cap.	ايبيرازول
Fastcure	7 caps.	فاست كيور
Gasec 20	14 Cap.	جازيك
Gasec 20	7 Cap.	
Gastrocure20	14 Cap.	جاستروكيور
Gastrazole 20	14Cap.	جاسترازول
Gastroloc 40	10 caps.	جاسترولوك
Hyposec 20	5 caps.	هيبوسيك
Hyposec 20	14 Cap.	
Losec 20	7 tab.	لوسيك
Napizole	14 cap.	نابيزول
Omepak 20	7 Cap.	اوميباك
Omepak	7 caps.	
Omez	14 Cap.	اوميز كيسول
Pepzol	14 caps.	بيزول
Pepzol	7 caps.	
Omepraf	14 cap.	اومبيرال
Risek 20	14 Cap.	رايسك
Risek 20	28caps.	
Ulstop 20	14 Cap.	الستوب
Ulstop 20	8cap.	

مادة **لانزوبرازول Lanzoprazole** تشبه الادوية المحتوية على مادة اوميبرازول السابقة ، الادوية الاتية تحتوى عليها مثل الجدول التالي

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة في مصر المحتوية على لانزوبرازول

الدواء	عدد الكبسولات	السعر
--------	---------------	-------

٣- سوء الهضم

Indigestion

R/ Digestin syrup.

ملعقة قبل الأكل ٣ مرات يوميا

R/ Spasmodigestin tab.

قرص وسط الأكل ٣ مرات يوميا

سوء الهضم يكون مصحوباً بعدم المقدرة على التبرز المنتظم ، وانتفاخ وغازات وتقل في البطن وتقلصات وعدم ارتياح.

ما هي اسباب سوء الهضم ؟

اسباب سوء الهضم عديدة منها :-

عدم افراز الانزيمات المسؤولة عن الهضم بكميه كافيه او عدم كفاءة المراره وهي المسؤولة عن افراز بعض المواد المهضمة للاكل ، لذلك المريض المصاب بالتهاب او حصي في الحويصلة المرارية دائماً يعاني من سوء هضم وتقلصات بعد كل اكلة ، كذلك تناول وجبات تحتوي على كميات كبيرة من الدهون والبروتينات تؤدي الى سوء هضم .

الأدوية المقترحة لعلاج سوء الهضم :

تؤخذ احد الادوية الاتية ١-٢ قرص قبل او اثناء الاكل :

الجدول التالي يمتن على معظم الادوية المتوفرة

في مصر التي تساعد على الهضم

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Amrase	30 tab.	امريز اقراص
Di-Ease	Syrup	داي ايز شراب
Digest Eze	20 tab.	دايجيست ايز
Digestin	20 tab	دايجيستين اقراص
Digestin	syrup	دايجيستين شراب

٦٥.٠٠	١٠ كبسولات	لانزور Lanzor
٢٨.٠٠	١٠ كبسولات	زوليباك Zollipak

الادوية السابقة حديثة وناجحة في علاج قرحة المعدة والاثني عشر وجميع هذه الادوية تعطى قبل الاكل بنصف ساعة على الاقل .

هناك نظريات حديثة تؤكد ان حالات كثيرة من قرحة المعدة سببها ميكروب يسمى هيلكوباكتر بيلوري { Helicobacter Pylori }

ويتم الكشف عنه بعمل تحليل بسيط للدم واذا كان التحليل ايجابى سيكون العلاج هو اعطاء احد من الادوية السابقة المستخدمة لعلاج قرحة المعدة مع مضاد لميكروب الهيلوباكتر بيلوري ومضاد حيوى وهو ما يسمى بالعلاج الثلاثى لقرحة المعدة « Triple Therapy » ، امثلة للعلاج الثلاثى :- «رانيتيدين+كلاريتريميسين+بزموت » ، كمثال للعلاج الثلاثى تريو Trio وهو يحتوى على «اومبيرازول+تينيدازول +دوكسى سيكلين» . ومن امثلة هذه الادوية في الصيدليات الجدول

التالى

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
CONAZ	10 tab.	كوناز اقراص
Helicocin	36 Tab	هليكوسين
Heli-cure	42Cap	هليكيور اقراص
Norfloxacin-tz	10 tab.	نورفلوكساسين
Trio	42Cap	تريو اقراص
Trio-clar	42Cap.	تريوكلار

الغازات عن المعدل الطبيعي (انظر صورة توضيحية رقم ٢٩ في نهاية الكتاب) .

ما هي أسباب انتفاخ البطن ؟

أسباب انتفاخ البطن سوء الهضم وعدم الانتظام في التبرز اى وجود امساك ويمكن اعطاء ادوية مهضمة لعلاج مشكلة سوء الهضم (انظر ادوية سوء الهضم اعلى)

ايضاً بعض الاكلات قد تسبب انتفاخ وخروج غازات للكثير من الناس (مثل محشى الكرنب ، الفول الاخضر) وبسهولة يمكن تجنب الغازات بتجنب هذه الاكلات للاشخاص ذو المعدة الحساسة أو أن يتعاطوا احد الادوية الواردة اسفل . كذلك بلع الهواء اثناء الاكل .

وجود بكتيريا مسببة للغازات بالامعاء وهذه تأتي من تلوث اليدين أو الطعام بهذه البكتيريا وفي هذه الحالة يعطى أدوية مطهرة للمعدة مثل أدوية السلفا والميترونيدازول مع ادوية الغازات .

كذلك المصابون بضعف فى حركة الامعاء وعدم التفريغ المنتظم يصابون بتكون الغازات ، وفى هذا الحالة يكون الانتفاخ مزمناً وهذه الحالة منتشرة ، ويمكن اعطاء ادوية تزيد وتنظم حركة الامعاء مثل دواء يحتوى على مادة سيسابريد *Cisapride* مع ادوية الانتفاخ .

وللمساعدة فى التخلص من الغازات يمكن غلى الاعشاب الطبيعية مثل الينسون والنعناع ، كذلك يجب التأني فى مضغ الطعام وعدم شرب الماء بكثرة اثناء تناول الطعام .

Neo-Digestin	syrup	نيودايجستين
Nile Gest	20 tab.	نايل جيست
Nutrizym	20 tab.	نيوتريزيم اقراص
Mandorex	Syrup.	ماندوريكس شراب
Orogest	10 cap.	اوروجيست
P.B.C.	Syrup	بى بى سى شراب
Pepfiz	10 Cap.	بيفيز كبسول
Polyzyme	30 tab.	بولى زيم اقراص
Postine	syrup	بوستين شراب
Postine- S	syrup	بوستين اس شراب
Prozym	Syrup	بروزيم شراب
Spasmo-Amrase *	20 tab.	سبازمو امريز
Spasmocanulase D *	30tab.	سبازموكانيولاز اقراص

والأدوية السابقة عبارة عن مجموعة انزيمات مهضمة ومزيلة للانتفاخ والغازات.

الادوية التى امامها نجمة تستعمل اذا كان سوء الهضم مصحوباً بقلصات وهذه المستحضرات ايضاً تحتوى على انزيمات مهضمة مع مادة مضادة لتقلصات البطن ، لذلك تستخدم ايضاً فى تقلصات القولون.

٤- انتفاخ البطن

Abdominal Distension

R/ Disflatyl tab.

٢-١ قرص مضغ ٣ مرات يومياً

R/ Eucarbon tab.

قرص ٣ مرات يومياً

الانتفاخ هو تراكم الغازات داخل الامعاء معطياً احساس بالضيق والامتلاء وعدم الراحة ، وفى الاحوال الطبيعية تتكون كمية كبيرة من الغازات ، اما حدوث الانتفاخ فيكون نتيجة زيادة تكوين هذه

أو بعض المستحضرات الجاهزة للمساعدة فى طرد الغازات وسوف نتعرض للمغص والانفخاخ عند الرضع فى الصفحات القادمة .

٥- القولون العصبى Spastic Colon

R/ Visceralgine Amp.

أبول بالعضل

R/ Bran tab.

قرصين بعد الاكل ٣ مرات يوميا

R/ Librax tab.

قرص قبل الاكل بربع ساعة ٣ مرات يوميا

R/ Spasmocanulase tab.

قرص وسط الاكل ٣ مرات يوميا

تقلصات القولون غالباً ما يكون وراءها ضغوط نفسيه وعصبيه يتعرض لها المريض فى حياته اليوميه ، وقد لا يكون لها أى سبب واضح ، والفارق بين مغص القولون ومغص البطن الطبيعى هو ان مغص البطن الطبيعى شئ عارض بينما القولون العصبى غالباً ما يكون مزمناً واحياناً مصحوباً باسهال او امساك او التبدل بين كليهما الخ ، ومريض القولون قد يحتاج ادوية نفسيه مهدئه لتهدئة حالة النفسية وبالتالي هدوء التقلصات ، لذلك علاج تقلصات القولون يعتمد على نوعين من الادوية النوع الاول مثل الذى يحتوى على مادة الميبفرين وهو يثبط تقلصات القولون وينهى المغص والنوع الثانى هو مهدئ نفسى للمريض وبالتالي هدوء تقلصات القولون ، ومعظم حالات القولون يوصف لها هذان النوعان معاً ، وقد اصبح القولون من

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج الانتفاخ

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Carminex	6 Sachets	كارمينكس فوار
Carbosylane	48cap.	كاربوسيلان كبسول
Digetix	10 Cap.	دايجيتيكس كبسول
Disflatyl	30 tab.	ديسفلاتيل استحلاب
Eucarbon*	30 tab.	يوكاربون اقراص
Flatidyl	30 tab.	فلاتيديل استحلاب
Herba Gest	20 Cap.	هيربا جيسيت كبسول
Luftal	10chew. t	لوفتال استحلاب
Mentothicon	12 caps.	منتوثيكون كبسول
Mento Natural	20 Cap.	منتونيشورال كبسول
Meteospasmyl	24 Cap.	ميتوسبازميل كبسول
Primperoxane	15 tab.	
Simethicone	Emulsion	ثايميثيكون شراب
Simethicone	Drop	ثايميثيكون نقط للرضع
Simethicone	30 tab.	ثايميثيكون استحلاب

يمكن اعطاء ١-٢ قرص من الادوية السابقة : اقراص استحلاب أو مضغ وجميعها مضغ وتحتوى على مادة مزيلة للغازات مثل ثايمسيكون او دايميثيكون ، الاقراص التى امامها نجمة تبلىع تحتوى على فحم نشط *Activated Charcoal* او مادة شبيهة وهو له خواص ماصة للغازات

😊 **الحمل والرضاعة :** بصفة عامه يجب عدم استعمال اى دواء اثناء الحمل الا بعد استشارة الطبيب الا انه يمكن استعمال ادوية الانتفاخ اثناء فترة الحمل والرضاعة لأن تأثير هذه الأدوية تأثير موضعى فى المعدة فقط أى *Local* بمعنى أنها لا تدخل الدم وبالتالي لا تؤثر على الحمل .

كما انتفاخ البطن عند الرضع شئ طبيعى يحدث فى الشهور الاولى من عمر الرضيع ، ويمكن اعطاء الينسون والكرابوية ٣٠ مللى مرتين يوميا

٦- تقلصات البطن عند الكبار

Geriatric Abdominal Spasm

R/ Buscopan amp.

أمبول بالعضل مرة واحدة

+ R/ Visceralgine tab.

قرص ٣ مرات يوميا

من اسباب تقلصات البطن او المغص عدم الانتظام فى الاكل او اكل كميات كبيرة الذى قد ينتج عنهما سوء فى عملية الهضم ومغص ، عدوى اميبية او بكتيرية بالمعدة وهذه غالباً ما تكون مصحوبة باسهال ، امتلاء البطن بالغازات ، تعرض منطقة البطن للدفء والبرودة المتكررة .. الخ وقد ينتج عن احد هذه العوامل زيادة فى حركة الامعاء وتقلصها ويمكن اعطاء اقراص مضادة للتقلصات ، وكذلك معالجة سبب المغص ان وجد . وكما هو الحال مع جميع ادوية المغص اذا لم يزول المغص خلال ساعات يجب مراجعة الطبيب كما يجب استبعاد وجود انسداد بالمعدة قبل اعطاء اقراص المغص .

الأدوية المقترحة لعلاج التقلصات :

ملحوظة (ادوية المغص يحذر استخدامها لمرضى الجلوكوما والاحتباس البولى والقلب والبروستاتة ووهن الأمعاء)

يمكن اعطاء مادة هيوسين Hyosine-N-Butyl

bromide وهى مادة مضادة لتقلصات البطن

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على هيوسين المضاد للتقلصات

امراض العصر نظراً لما يتعرض له جميع البشر يومياً من مشاكل وضغوط نفسية وعصبية .

الأدوية المقترحة لعلاج القولون :

يمكن اعطاء ميبفرين وهى مادة فعالة كمضاد لتقلصات القولون

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على ميبفرين

المعالج لحالات اضطراب القولون

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Colospasmin	20 tab.	كولوسبازمين
Colospasmin-Forte	20 tab.	كولوسبازمين فورت أقراص
Duspatalin	30 tab.	دوسبتالين أقراص
Spasmotalin	20 tab.	سبازموتالين
Colona	20 tab.	كولونا أقراص

كولونا (١٠٠٠) Colona يحتوى كولونا على ميبفرين المضاد للتقلصات مع مادة سيلبريد التى تعيد حركة الامعاء الى طبيعية .

يؤخذ اى من المستحضرات السابقة قرص قبل الاكل بنصف ساعة. اما اذا كانت تقلصات القولون مصحوبة بغازات وسوء هضم فيمكن اعطاء

سبازموكانيلولاز (١٠٠٥) Spasmocanulase وهو عبارة عن مجموعة انزيمات مهضمة مع مادة للتقلصات .

هناك العديد من الأدوية تحتوى على مادتين أحدهما مهدي نفسى والأخرى مضادة للتقلصات تستعمل فى حالات القولون العصبى مثل :

ليبراكس Librax - ستيلاميد Stelabid - ستيلاميد Stellamide

٧- تقلصات البطن (المغص) عند الأطفال Pediatric Colic

من أسباب المغص عند الاطفال برد في المعدة ، عدم الانتظام في الاكل ، الانتفاخ والغازات وقد يكون المغص مصاحب لادوار الاسهال والنزلات المعوية لذلك يجب معالجة سبب المغص ولا يكتفى بعلاج المغص فقط .

يمكن اعطاء دواء يمنع حدوثه التقلصات مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Visceralgine	Syrup	فيسر الجين شراب
Visceralgine	5 Supp	فيسر الجين لبوس
Spasmopyralgin e	Ped Supp	سباز موبير الجين لبوس
Buscopan	6 ped. Supp.	بوسكوبان لبوس

٨- المغص عند الرضع Infant Colic

R / Spasmotal drops .

٢-٣ نقطة ٣ مرات في اليوم

+ R/ Grippe water Syrup.

ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

تقلصات البطن عند الرضع من الاشياء الطبيعية وتحدث الاضطرابات المعوية الخفيفة عند الرضع بسبب عدم انتظام امعاء الرضيع الصغيرة على هضم حليب الام او الحليب العادي وكذلك ابتلاع الرضيع لكمية من الهواء اثناء رضاعته .

هل من وسيلة للتخفيف من هذه التقلصات ؟

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Buscopan	20tab	2.25	بوسكوبان
Buscopan	Adult Supp	1.00	بوسكوبان لبوس كيار
Buscopan	6amp	4.50	بوسكوبان أمبول
Butacid	20tab	1.10	بوتاسيد اقراص
Butacid	6Supp	0.95	بوتاسيد لبوس
NuSpasm	20tab	2.00	نوسپازم اقراص
Spasmocin	20tab	1.95	سباز موبين
Spasmocin	3amp	1.20	سباز موبين

وهناك ادوية اخرى مضادة للتقلصات اقوى من

هيو سين مثل :

سباز مورست ﴿١.٤٠﴾ Spasmorest

فيسر الجين ﴿٩.٥٠﴾ Visceralgine

جميع الادوية السابقة مضادة للتقلصات

هناك مجموعة من الادوية تحتوى على مادتين

واحدة مضادة للتقلصات والاخرى مسكنة للألم أى

أيا مزدوجة المفعول مثل :

سباز موسيبالجين ﴿١.٧٥﴾ Spasmocibalgin

سباز موبير الجين ﴿١.٧٥﴾ Spasmopyralgin

بوسكوبان مركب ﴿٦.٥٠﴾ Buscopan compound

بيترو ﴿٨.٠٠﴾ Petro

المجموعات السابقة من الادوية تستخدم أيضاً لتخفيف التقلصات التى تصاحب نزول الحيض (الدورة الشهرية) .

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Aqua-Cid	Syrup	أكو اسيد شراب
AquaGripe	Syrup	أكو اجريب شراب
Aqua cool	Syrup	أكو كول شراب
Aqua-Cure	syrup	أكو كيور شراب
Aqua Moon	syrup	أكو مون شراب
Aqua Plus	Syrup	أكو بلس شراب
AquaVera	Syrup	أكو فيرا شراب
Baby Calm	sachets	بيبي كالم أكياس
Baby Drink	Sachet	بيبي درينك أكياس
Baby Moon	syrup	بيبي مون شراب
Calma baby	Syrup	كالما بيبي شراب
Calmaking	syrup	كالماكينج شراب
Calmi Mix	Syrup	كالما ميكس شراب
Calm tech	syrup	كالما تك شراب
Dreamo	syrup	دريمو شراب
GripeWater	Syrup	ماء غريب شراب
Hi-Calm	Drops	هاي كالم نقط
Master Calm	Syrup	ماستر كالم شراب
MepacoColic	Sachet	ميباكو كوليك أكياس
My Baby Drink	Syrup	ماي بيبي درينك
My Sweet Baby	Syrup	ماي سويت بيبي
Top Calm	Syrup	توب كالم شراب
NoNooWater	Syrup	ماء نونو شراب



من مكونات الادوية التالية مادة مضادة للتقلصات وينصح باعطائها في حالات الانزعاج الشديد للرضيع من المعص :-

ك سبازموتال نقط ﴿٣.٠٠﴾ - Spsmotal

ك بيبي تال نقط ﴿٢.٤٠﴾ Babytal

ك بيبي رست نقط ﴿٢.٣٠﴾ Baby rest

هناك عدة وسائل تساعد الرضيع على عدم تكرار المعص بكثرة مثل :-

١- اعطاء الرضعات في مواعيد منتظمة كل ٢-٣ ساعات مثلاً ، ويمكن للرضيع ان ينظم الرضعات بنفسه ، لانه عندما يشعر بالجوع حتماً سيطلب الرضعة .

٢- الطبطبه على ظهر الرضيع بعد كل رضعة ومرة في منتصف الرضعة لطرد الهواء الذي ابتلعه اثناء الرضاعة ، وكذلك تنويم الرضيع على بطنه قليلاً بعد الرضعة يساعد ايضاً على طرد الغازات

٣- اعطاء احد ادوية الشرب او الاعشاب التي تحضر بالماء الذي سبق غليه وجميعها تساعد على تجميع الغازات وطردها .

الادوية الطاردة للغازات والمهدئة للمعص في الرضيع

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة في مصر التي تساعد على طرد الغازات ومضادة للتقلصات ومهدئة للرضيع ملحوظة : بيبي كالم وبيبي درينك أكياس تذاب في الماء

هناك اسباب عديدة للقيء مثل نزلات البرد ، التهاب الزائدة الدودية ، قيء الحمل ؛ التسمم الغذائى او الدوائى قرحة المعدة - مرض السكر - التهاب او وجود حصى فى الحالب والنزلات المعويه والاسهال لذلك يجب مراجعة الطبيب لمعرفة سبب القيء وعلاجه .

كيف يحدث القيء ؟

يحدث القيء نتيجة تهيج شديد فى البطن بسبب احد العوامل التى سبق ذكرها ، فبدلاً من تحرك المرئ من اعلى الى اسفل تتعكس حركته وتصبح من اسفل الى اعلى مخرجة محتويات المعدة ، وتعتمد ادوية القيء على ايقاف حركة المرئ المعكوسة ثم تحريكها فى الاتجاه الصحيح .

الأدوية المقترحة لعلاج القيء :

يمكن اعطاء ملعقة ٥مللى او لبوس شرعى قبل الاكل بنصف ساعة من احد الادوية الاتية :-
موتيليم شراب او لبوس اطفال ٣٠مجم
Motelium

بريمبران شراب او لبوس اطفال
Primperan

فى حالة القيء الشديد يفضل اعطاء لبوس شرعى فقد لا تحتمل معدة الطفل الشراب ويتقيأه قبل ان يعطى مفعولاً ، واذا كان هناك رغبة فى اعطاء شراب بدلاً من اللبوس اذن يفضل اعطاء نصف حقنة بريمبران كجرعة اولى يليها شراب البريمبران او الموتيليم فى الجرعات التالية .

سبازم أواى شراب «٧.٦٠» Spasm away

٩ - القيء Emesis

فى حالة الكبار

R/ Cortigen B6 100 Amp.

أمبول بالعضل

R/ Motilium tab.

قرص ٣ مرات يوميا

فى حالة الاطفال

R/ Cortigen B6 50 Amp.

أمبول بالعضل

R/ Primperan Syrup.

ملعقة ٣ مرات يوميا

لبوسة كل Or : Motinorm 30mg Supp.

١٢ ساعة

القيء هو احد الاعراض التى يعبر بها الجهاز الهضمى عن وجود شئ ما فى المعدة او الامعاء ، مثله مثل ارتفاع درجة الحرارة التى يعبر بها الجسم عن وجود ميكروب عدو قد اقتحم الجسم ، ومثل المغص التى يعبر به الجهاز الهضمى عن وجود خلل ما يجب علاجه او مغص الكلى التى تحتج معبرة عن وجود حصى او التهاب شديد يجب التخلص منه ، وهكذا خلق الله لنا اجهزة فى اجسادنا ليست دقيقة وحساسة فقط بل اذا كان هناك عطب ما بها فانها تعطى اشارات معلنة عن وجود عطب يجب اصلاحه وهى اجهزة ايضا شديدة التحمل لانها تعمل بالرغم من انها مكلومة ، فى لعظمة هذه الاجهزة التى تدل على عظمة خالفها .

١٠ - القيء عند الرضع

Emesis

R/Primperan drops .

٣-٢ نقط ٣ مرات يوميا

Or : Motinorm 10 mg supp. كبسولة كل

١٢ ساعة

ارتجاع محتويات المعدة عند الرضع مرة أو مرتين يوميا ، من الاشياء الطبيعية خاصة في ايام الرضيع الاولى وهو مايسمى بالكشط ، ولكن تكرار الارتجاع عدة مرات يوميا يصبح من الامور المزعجة ، وقد يكون السبب هو تناول الرضيع لكمية من الحليب اكثر من حاجته او اكبر من حجم معدته ، كذلك عدم انتظام حركة وهضم الامعاء عند الرضيع هي احد الاسباب .

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية النقط المتوفرة في مصر التي تمنع القيء عند الرضع :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Meclopram	Drops	ميكلوبرام نقط
Plasil	Dropss	بلازيل نقط
Primperan	Drops	بريمبران نقط

١١ - الاسهال عند الكبار

Diarrhoea

في حالة الاسهال البكتيري

R/ Streptoquin tab.

قرص ٣ مرات يوميا

R/ Antinal cap.

كبسولة ٣ مرات يوميا

Or : Ciprofloxacin 500 tab. قرص كل ١٢ ساعة

٢ كبسولة ٣ Or : Streptophenicol cap.

مرات يوميا .

R/ Paracetamol (for fever) tab. قرص

٣ مرات يوميا

R/ Rehydran solution . كيس محلول

جفاف بعد كل مرة اسهال

في حالة الاسهال الطفيلي و الاميبا و الدوسنتاريا

R/ Flagyl tab.

قرص ٣ مرات يوميا

تتحرك الامعاء حركة طبيعية بطيئة ينتج عنها هضم الطعام ثم اخراج الفضلات ، اما اذا زادت هذه الحركة الدودية عن الحد الطبيعي ينتج عن ذلك الاسهال ، والاسهال هو اعلان رباني من الامعاء عن وجود شئ غير طبيعي قد حدث بداخلها مثل :-

+ دخول ميكروب غريب سبب ارتباك لعملية الهضم الطبيعية أو يحاول اقتحام جدار الامعاء وبقاى أجزاء الجسم، فتصرخ الامعاء في وجه هذا الغريب محاولة طرده خارجاً وينتج عن ذلك الاسهال والتقلصات ، والاهم من طرد الميكروب هي ان الامعاء تريد ان تحدث صاحبها وتقول له ان هناك ميكروب مثلاً داخل الامعاء يجب التخلص منه .

﴿ اعطينى مثال عن البكتروبات التي تسبب الاسهال ؟ ﴾

﴿ الميكروبات التي تسبب الاسهال ثلاث انواع هي :-

١- الاسهال الفيروسي

٢- الاسهال البكتيري

٣- الاسهال الاميبى ﴿ الانتاميبا والجيارديا ﴾

هل هناك انواع شهيرة اخرى من الاسهال ؟

نعم هناك ما يسمى باسهال المسافرين : نتيجة زيادة حركة الأمعاء وهي عادة تحدث أثناء السفر ولا يكون سببها اي ميكروب بل نتيجة لتغيير مأكولات ومشروبات وكذلك الارهاق البدني للمسافر ، وهناك أيضاً اسهال سببه الحالة النفسية للمريض مثل القولون العصبي أو الدخول في مرحلة امتحانات أو التقدم لامتحان وظيفة فالاسهال في هذه جميعها سببه الحالة النفسية للمريض.

يوجد اسهال نتيجة الوجبة أو ما يسمى *Dietary Diarrhea* وهذا يحدث في الأشخاص الذين لا يتحملون اللاكتوز *Lactose Intolerance* بمعنى أنه عندما يشرب اللبن الغني باللاكتوز أو يأكل طعام غني باللاكتوز يحدث له اسهال والعلاج هنا هو تجنب الأطعمة التي تحتوى على اللاكتوز .

الأدوية المقترحة لعلاج الإسهال : يفضل إعطاء

دوائين هما

الدواء الأول يحتوى على مادة لإيقاف الإسهال فوراً مهما كان السبب

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية

المتوفرة في مصر التي توقف الاسهال دون علاج

سبب الاسهال

وكيف نفرق بين اسهال الدوسنتاريا وباقي انواع الاسهال ؟

الاسهال الفيروسي ، يكون شديداً ، وفى بعض الاحيان يصاحبه عدوى ثانوية بكتيرييه ، ويصاحبه ارتفاع شديد فى درجة الحرارة قد تصل الى ٣٩ درجة او اعلى ويكون للاسهال رائحة كريهة ، ولانه لا يوجد مضاد للفيروس المسبب للاسهال لذلك سيكون العلاج هو مضاد للبكتيريا التي تكون مصاحبه له ، واعطاء دواء يوقف حركة المعدة وخافض للحرارة واملاح مثل محلول معالجة الجفاف لتفادى حدوث جفاف .

الاسهال البكتيري يكون مصحوباً بارتفاع

درجة الحرارة ولكن ليس بصورة مستمرة ، وجميع انواع الاسهال تكون مصحوبة بتقلصات فى البطن ، وعدد مرات الاسهال تكون اقل من الفيروسي ، كل ساعة او اقل ، والعلاج هو اعطاء مضاد حيوى قوى للبكتيريا المسببة للاسهال.

اسهال الدوسنتاريا يكون مصحوب بمخاط

وتقلصات ، واذا أهملت تتحول الى دوسنتاريا مزمنة التي تسبب مشاكل عديدة للجسم ومن علاماتها انها تكون مصحوبة بتغنية «رغبة فى التبرز دون حدوث تبرز» وظهور اجزاء صغيرة من الغشاء المخاطي للامعاء مع البراز ودم .

ظهور دم مع التبرز فى حالة الاصابة بالدوسنتاريا يعنى انها اقتحمت جدار الامعاء.

كهنالك أيضا ميكروب الجيارديا الذى يسبب أيضاً اسهال ولكنه ليس ضار مثل الدوسنتاريا .

وهناك **مادة التينيدازول والسيكونيدازول** وهى عبارة عن ٤ اقراص تؤخذ جرعة واحد (٤ اقراص) لمدة ٣ ايام متتالية

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على تينيدازول وسيكنيدازول

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Fladazole	4 tab	9.00	فلادازول
Flagentyl	4 tab	16.00	فلاجنتيل
Secnidazole	4 tab.	7.00	سكنيدازول
Senidal	4 tab	9.00	سنيدال
Tibezole 125	10 tabs	7.00	تبيزول ١٢٥
Tibezole 500	3 tabs	7.50	تبيزول ٥٠٠
Fasigyn	4 tab.	6.35	فاسيجين
Protozole	4 tab.	2.00	بروتوزول

٢- اذا كانت الاصابة بكتيرية فهى تكون سالبة الجرام وتوصف لها ، ادوية السلفا كمظهر للمعدة او احد المضادات ويمكن اعطاء مضاد مثل :

↪ ارسييفوريل (١٤ كبسولة ٤.٥٠) Ercefuryl ، او انتينال (١٢كبسولة ٥.٠٠) Antinal اذا كان سبب الاسهال بكتيرى .

٣- يوصف أحد مخفضات الحرارة مثل الباراسيتامول فى حالة الاصابات الفيروسية والبكتيرية ، ويفضل اعطاء محلول جفاف خاصة للاطفال .

ملاحظة : افضل الطرق لمعرفة سبب الاسهال هل هو بكتيريا او اميبا (دوسنتاريا) يتم بعمل تحليل للبراز ، ولكن النوعان السابقان من الادوية تعالج معظم انواع الاسهال بكفاءة ، وهذه

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Immodium	6 Cap.	2.85	إيموديوم
Lomotil	20 tab.	1.40	لوموتيل

وهى ادوية توقف حركة الامعاء عن طريق تثبيط مركز القيء فى الجهاز العصبى وبالتالي توقف أو تقلل حركة الأمعاء العكسية لذلك تمتاز بوقف الاسهال فوراً ويجب استعمالها عدة جرعات حتى يتوقف الاسهال فقط ، يفضل اعطاء كبسولتين اول مرة ثم كبسولة بعد كل مرة اسهال ، لان الاستمرار فى تناول هذه الادوية قد يقلب الامر الى امساك شديد أو توقف فى حركة الامعاء .

الدواء الثانى وهو علاج سبب الإسهال ، فاذا كان الاسهال سببه اميبا فيمكن اعطاء دواء يحتوى على احد المواد الاتية:

١- مادة مترونيدازول ٥٠٠ مجم تستخدم لعلاج الدوسنتاريا والجيارديا:

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على مترونيدازول

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Amrizole 250	20 tab.	امريزول ٢٥٠
Amrizole 500	20tab.	امريزول ٥٠٠
Dumozo 500	20 tab	دوموزول ٥٠٠
Flagyl 250	20 tab	فلاجيل ٢٥٠
Flagyl 500	20 tab	فلاجيل ٥٠٠
Flagicure	20 tab	فلاجيكور
Flagicure Forte	20 tab	فلاجيكور فورت

وهى ادوية مطهرة للامعاء من الميكروبات المسببة للاسهال مثل الدوسنتاريا والجيارديا والبكتيريا اللاهوائية

+ R/ Rehydran sachets

كيس على نصف كوب ماء بعد كل مرة اسهال .

الاسهال عند الاطفال يمكن ان يكون سببه تناول الطفل بعض الاشياء الملوثة بالميكروب المسبب للاسهال ، ومن امثال الميكروبات المسببة للاسهال : الدوسنتاريا ، الجيارديا ، عدة انواع من البكتيريا او الفيروسات ، ومعظم حالات الاصابة بالاسهال البكتيري يحدث ارتفاع لدرجة حرارة جسم الطفل ، وعندها يجب مراجعة الطبيب فوراً ، كذلك من مسببات الاسهال هو السفر وتغيير الجو وهو ما يسمى اسهال المسافرين ، وفي حالة وجود مغص وتقلصات مع الاسهال يعطى دواء مضاد للمغص . انظر الاسهال عند الكبار اعلى

الأدوية المقترحة لعلاج الاسهال :

الدواء الاول وهو يثبط حركة الامعاء لذلك يوقف الاسهال فوراً مهما كان سبب الاسهال ولكن لا يجوز استخدامه لاكثر من عدة جرعات
 < لوموتيل شراب > (١.٢٠) .Lomotil

الدواء الثاني وهو لعلاج سبب الاسهال لانه اذا تم الاكتفاء بالدواء السابق فمن المحتمل عودة الاسهال وربما بصورة اكبر انذ يمكن اعطاء احد الادوية المضادة للاميبيا في حالة الدوسنتاريا الاميبية مثل

القاعدة تنطبق على ادوية الديدان ايضاً اذ يمكن معرفة نوع الديدان بتحليل البراز الا ان ادوية الديدان المتوفرة بالصيدليات قاتلة لمعظم انواع الديدان التي تصيب البطن .

اسهال المسافرين : يحدث نتيجة اضطرابات في حركة الامعاء عند البعض اثناء السفر ويعطى له ايموديم كبسول Immodium او لوموتيل Lomotil وهي ادوية توقف حركة الامعاء لذلك تمتاز بوقف الاسهال فوراً ويجب استعمالها عدة جرعات فقط وليس بصورة مستمرة لتفادي حدوث اسماك شديد ، لان هذه الادوية تثبط حركة الامعاء تماماً.

١٢ - الإسهال عند الأطفال

في حالة الإسهال البكتيري :

R/ Streptoquin Syrup.

ملعقة ٣ مرات يوميا

+R/ Antinal Syrup.

ملعقة ٣ مرات يوميا

Or : Streptophenicol Susp.

ملعقة ٣ مرات يوميا

Or : Septrin DS Susp.

ملعقة كل ١٢ ساعة

Or : Cefotax vial .

Or : Garamycin Amp .

حقنة بالعضل كل ١٢ ساعة حسب العمر

في حالة الإسهال الطفيلي و الاميبيا و الدوسنتاريا

R/ Flagyl Syrup.

ملعقة ٣ مرات يوميا

في حالة الإسهال الفيروسي :

R/ Septrin DS (For secondary infection) Syrup.

ملعقة كل ١٢ ساعة

R/ Paramol Syrup.

ملعقة ٣ مرات في اليوم

Or : Garamycin Amp.

حقنة بالعضل كل ١٢ ساعة حسب العمر

في حالة الإسهال الطفيلي و الاميبا و الدوسنتاريا

R/ Flagyl Syrup.

ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

في حالة الإسهال الفيروسي :

R/ Cetal drops .

٣-٤ نقط ٣ مرات في اليوم

+ R/ Rehydran sachets .

كيس على نصف كوب ماء بعد كل مرة اسهال

R/ Kapect Syrup.

ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

الاسهال في الرضع له اسباب عديده منها ميكروبي او زياده في حركة الامعاء و اذا كان الرضيع يتناول حليب مجفف فقد يسبب ذلك له الاسهال و عندها يجب تغيير نوع الحليب او اعطاء نوع حليب يسمى «حليب قليل اللاكتوز» لان مادة اللاكتوز الموجودة طبيعيا في الحليب قد تسبب اسهال لبعض الرضع .

كذلك بعض الرضع عندما يمرون بمرحلة التسنين بعد سن ٦ شهور يعانون من الاسهال ، ويمكن اعطاء دواء يحتوى على كاولين و بكتين اللذان يحتوى يساعدان على تماسك البراز .

الأدوية المقترحة لعلاج الإسهال عند الرضع :

١-أدوية تحتوى على كاولين و بكتين او مواد طبيعية تساعد على تماسك الفضلات و تمتص الميكروبات و السموم من الامعاء مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Amrizole 200	Susp	2.90	أمريزول ٢٠٠
Elyzol 250	Susp	3.75	إليزول ٢٥٠
Entophar	syrup	3.25	إنتوفار
Flagyl	Susp.	4.50	فلاجيل
Furazol	Susp.	3.60	فيورازول

فيورازول شراب يحتوى على مادة المتريندازول المضادة للميكروبات المسببة للاسهال مثل الدوسنتاريا و الجيارديا و بعض الميكروبات اللاهوائية ، الموجودة في الثلاث مستحضرات السابقة بالاضافة الى مادة ديوكسانيد *Diloxanide* المضادة للدوسنتاريا المتحوصلة .

في حالة الاسهال البكتيري توصف ادوية السلفا او المضادات الحيوية المؤثرة على البكتيريا سالبة الجرام .

الدواء الثالث : هو محلول معالجة الجفاف وهو يعطى في حالة الاسهال المستمر للوقاية من احتمال حدوث جفاف عند الطفل وهو لا يقل اهمية عن البندين السابقين ، لان تكرار الاسهال قد يسبب جفاف شديدة و نقص في حجم الدم و مشاكل اخرى .

١٣ - الإسهال عند الرضع

Diarrhoea in infant

في حالة الإسهال البكتيري

R/ Entocid sachets

كيس على ملعقة ماء ٤ مرات يوميا

R/ Antinal Syrup.

ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

Or : Cefotax vial .

التبرز لعدم تناسب الوقت أو المكان كالوجود في وسيلة مواصلات أو اجتماع هام فيحدث الامساك .. كما أن عدم الحركة وقلة التمارين تجعل حركة الامعاء بطيئة وهذا بدوره يسبب الامساك ولذلك المشى مفيد لتقليل حدوث الامساك. كذلك عدم تناول الوجبات الغنية بالألياف التي تخزن الماء فتجعل البراز مثل الجيلي فتسهل الاخراج ، فعدم تناول هذه الالياف قد يؤدي الى الامساك

ب- أسباب أخرى للامساك :

١- الحمل قد يكون سببا في حدوث الامساك خاصة في الثلاث شهور الاخيرة من الحمل حيث ينمو الجنين بسرعة فيزداد حجم الرحم ويضغط على الأمعاء مؤديا الى الامساك ولذلك فان معظم الحوامل يعانون من امساك ، ويضطر الطبيب أحيانا لاعطاء أقرص تحتوي ببساکوديل المليئة لعلاج هذه الحالة..حركة الحامل تكون بطيئة وبالتالي بطء حركة الامعاء فيحدث الامساك..بالاضافة الى أن الحامل تأخذ فيتامينات تحتوي على الحديد والكالسيوم اللذان يسببان امساك ..كذلك كثرة الولادة أو كبر حجم الطفل المولود قد يحطم العصب الذي يساعد على انقباض الامعاء فيؤدي الى امساك .

٢- الألم الذي يحدث عند التبرز نتيجة التشققات الشرجية والبواسير والشروخ فيضطر الشخص الذي يعاني من هذه الشروخ الى تجنب التبرز والنتيجة حدوث الامساك .

٣- يوجد أشخاص يعانون من ضعف وبطء مستمر في حركة الامعاء والهضم ولذلك يعانون

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Kapect	Susp	2.25	كابكت شراب
Pectokal	Susp	0.65	بكتوكال شراب
Smecta	packets	9.00	سمكتا اكياس
Smecta	Susp	7.00	سمكتا شراب

يعطى ملعقة صغيرة بعد رج الزجاجاة ٣-٤ مرات يوميا .

٢- أدوية مضادة للاميبيا والبكتيريا المسببة للاسهال ، وتستهمل مع احد الادوية السابقة لايقاف الاسهال بسرعة .. هذه المستحضرات مثل انتوسيد مركب اكياس *Entocid Compound*

ديسنترين اكياس *Dysentrin*

يذاب كيس في ١٥ مللى ماء (ملعقة كبيرة) ويعطى ٤ مرات يوميا

انتينال شراب ﴿٥.٠٠﴾ او ارسيفوريل شراب ﴿٥.٧٥﴾ *Ercefuryl* لعلاج الاسهال البكتيري.... نصف ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا .

١٤ - الامساك

Constipation

R/ Mentholax cap.

كبسولة ٣ مرات يوميا

Or : Picolax drops .

١٠-١٥ نقطة عند اللزوم

Or : Glycerin supp.

لبوس شرجي عند اللزوم

Or : Lactulose Syrup.

٢-١ ملعقة عند اللزوم

ما هي أسباب الامساك ؟

أنظمة الحياة اليومية : قد يؤدي الى الامساك فقد يضطر كل شخص منا الى تأجيل عملية

عزيزى القارئ يجب أن تعلم أن تناول الأطعمة التي تحتوي على ألياف مثل البرنقال و البطيخ و العنب وغيرها ... يساعد على علاج الامساك لان هذه الألياف لا تمتص من جدار الأمعاء وبالتالي تبقى مع البراز داخل المستقيم فتزيد من حجم البراز فتسهل عملية الاخراج بالاضافة الى أن هذه الالياف تمتص الماء وبالتالي تقلل من صلابة قوام البراز وتجعل التبرز أكثر سهولة .

١٥ - الفتق

Umbelical Hernia

كثيرا ما ينشأ الفتق عن نقطة ضعف فى العضلات الأمامية للبطن و المصاب بهذا الضعف يكبر و يأخذ فى ممارسة الأعمال العضلية فتأخذ نقطة الضعف هذه فى الكبر تدريجيا حتى تصبح فتحة تسمح لجزء الأمعاء بالبروز منها ... وإذا لم تعالج هذه الحالة فقد تزداد سوءا ... وقد يساعد لبس حزام للفتق على عدم ازدياد الحالة سوءا و لكن هذا ليس علاجا حاسما للكبار .

وهناك خطر كبير فى ترك الفتق بدون مراقبة فقد يؤدي ذلك الى خروج جزء كبير من الأمعاء من خلال نقطة الضعف فى جدار البطن و هنا يختنق و يتمتع مرور الطعام الى الأمعاء من هذه الفتحة و هذا ما يسمى بالفتق المختنق .

و الفتق أقل خطورة فى الصغار حيث يمكن ارجاعه بسهولة ثم حفظه فى الداخلى بواسطة حزام واق ... و اذا برز الفتق و لم يسهل ارجاعه

من امساك مزمن ، كذلك بعض الاكلات الدسمة تؤدي الى صعوبة فى الهضم وبالتالي الى امساك مؤقت .

٣- هناك أدوية تسبب امساك مثل Anticholinergic وكذلك Barbiturates ، لانها تقلل حركة الامعاء .

٤- استخدام المليينات و المسهلات بكثرة و ادمانها قد يؤدي الى التعود عليها و عدم القدرة على التبرز بدونها وبالتالي حدوث الامساك .

الأدوية المقترحة لعلاج الامساك :

فى حالة الامساك العارض يعطى دواء سواء اقرص او لبوس يحتوى على مادة البيساكوديل Bisacodyl الملينة مثل :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Abilaxine	20 tab.	1.00	إبيلاكسين
Abilaxine	Adult Supp.	1.45	إبيلاكسين لبوس كبار
Bisadyl	20 tab.	1.00	بيساديل
Bisadyl	Adult Supp	1.95	بيساديل لبوس كبار
Laxin	20 tab.	1.25	لاكسين
Minalax	10Cap	4.00	مينالاكس

يمكن اعطاء قرصين قبل النوم ، او قرص عند الزوم .

الرضع : يمكن استعمال لبوس جلسرين شرجى

Glycerin او نقط بالفم مثل <بيكولاكس> (٢.٠٠)

Picolax <سكيلاكس> (٢.٥٠) Skilax

الحمل : وبالرغم من أن ادوية الامساك يحذر استعمالها اثناء فترة الحمل الا ان اى من الدوائين السابقين يمكن اعطائهم اثناء الحمل .

منها فيروس الكبد "سى" واذا كان عامل المطعم مصاب بهذا الفيروس او غيره من امراض معدية ، فانه يمكن بسهولة ان يصيب العشرات من الزبائن ، لذلك من المفترض ان تكون قيد التراخيص الطبية على العاملين بالمطاعم صارمة .

الادوية المقترحة لعلاج الديدان :

يعطى قرص او ملعقة ٥مللى للأطفال صباحاً ومساءً من مادة ألبندازول أو ميبندازول او فلوندازول أو ليفاميزول الموجودة فى احد الادوية الاتية :

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية

المتوفرة فى مصر التى تطرد الديدان

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Alzental	٢tab.	الزنتال أقراص
Alzental	Susp.	الزنتال شراب
Bendax	٦tab.	بنداكس أقراص
Bendax	Susp.	بنداكس شراب
Vermizol	٦tab.	فيرميزول أقراص
Vermizole	2tab.	فيرميزول أقراص
Vermizole	.Susp	فيرميزول شراب
Anthelmin	Susp.	انثلمين شراب
Antiver	٦tab.	انتيفير أقراص
Antiver	Susp.	انتيفير شراب
Mebamox	Chew.T٦	مبياموكس أقراص مضغ
Vermin	6 tab.	فيرمين أقراص
Vermin	.Susp	فيرمين شراب
Flub	Syrup	فلوب شراب
Fluvermal	١٨tab.	فلوفيرمال أقراص
Fluvermal	Susp.	فلوفيرمال شراب
Fluver	٦tabs	فلوفير أقراص
Fluver	Susp.	فلوفير شراب
Verm All	٢٠Tab.	فيرم آل أقراص
Verm All	Susp.	فيرم آل شراب
Katrex	٣tab.	كاتريكس أقراص
Katrex	liquid	كاتريكس شراب

الى مكانه فيجب على المريض أن ينام على ظهره و يرفع حقيقه فى مستوى أعلى من الكتفين ثم يحاول ارجاع الفتق الى مكانه . (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٨ فى نهاية الكتاب)

١٦ - عدوى الديدان

Worms infection

R/Fluvermal Syrup. (للأطفال)

Or : Fluvermal tab. (للكبّار)

ملعقة صباحاً و مساءً لمدة ٣ أيام و يكرر بعد أسبوعين ثم بعد ٤ أسابيع

الديدان انواع كثيرة مثل الخيطية والدبوسية والسوطيه والخطافية والمستديرة (أنظر صورة

توضيحية رقم ٤٢ لبعض الديدان فى نهاية الكتاب) ،

والادوية المتوفرة بالصيدلية الان تقضى على جميعها اياً كان نوعها ، اما الدودة الشريطية فلها

علاج مستقل سيذكر فى السطور التالية ، ومصدر العدوى بهذه الديدان قد يكون تناول اطعمة ملوثة

ببويضات الديدان من شخص مصاب بالديدان او طعام يحتوى على البويضات غير مطهى جيداً

وربما بسبب تناول فواكه او خضراوات ملوثة ببويضات الديدان وغير مغسولة جيداً قبل اكلها ،

فتنقص هذه البويضات داخل البطن مسببة العدوى

من النصائح التى نسمعها دائماً هى غسل الخضروات والفواكه جيداً قبل تناولها ، وكذلك

عدم تناول سندوتشات من محلات غير نظيفة ، والاهم فى هذا التحذير الاخير هو سهولة انتقال

عدوى غير الديدان وهى الدوسنتاريا والاطخر

أقراص مضغ			
Yomesan	4 Chew.	3.50	يوميزان

دودة البلهارسيا : سميت باسم دودة البلهارسيا نسبة لمكتشفها العالم ثيودور بلهارس ، منها فى مصر ما يصيب المسالك البولية وهى مسببة حرقان اثناء التبول نتيجة احتكاك البويضات الشائكة بانسجة المسالك البولية مسببة تهتك فى الانسجة وبالتالي خروج دم فى نهاية التبول وهى تسبب تدمير لخلايا الكبد فى حالة اهمال علاجها .

الادوية الاتية تعالج دودة البلهارسيا : دواء يحتوى على مادة برازيكوانتيل *Praziquantel* المضادة للبلهارسا

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Distocide	4 tab.	9.45	ديستوسيد
Epiquantil	Susp.	5.00	إبيكوانتيل

يعطى ٢٠-٤٠مجم لكل كجم من وزن الجسم جرعة واحدة او مقسمة على جرعتين ، تكرر ليومين فى حالة اصابة الكبد او الرئتين .



وهناك ادوية تعطى ٣ اقراص جرعة واحدة وتكرر بعد اسبوعين ثم بعد ٤ اسابيع (كما هو موضح اسفل) مثل : < كاتركس (٣قرص ١٠٠) (شرا ب ٢٠٥٠) *Katrex*

كما تؤخذ الجرعات لمدة ٣ ايام ، ولان العلاج يقتل الديدان ولكن لا يقتل البويضات التى لم تنفص ، لذلك يجب تكرار الجرعة بعد اسبوعين ثم بعد شهر من تاريخ الجرعة الاولى لى تقتل هذه البويضات بعد فقصها

لان انتقال الديدان هو من السهل حدوثه بين افراد العائلة الواحدة خاصة الاطفال ، لذلك يفضل معالجة الفرد المصاب من العائلة ، وكذلك اعطاء باقى الافراد جرعة كوقاية وعلاج فى نفس الوقت ، لان هناك احتمالية اصابة احد الافراد .

الدودة الشريطية (تينيا لحم البقر): تصيب قلة من الناس نتيجة تناول لحم غير مطهو جيداً لبقرة مصابة بهذه الدودة ، وهى تتميز بطولها الكبير جداً ، وتظهر قطع من الدودة مع البراز ، وتصيب حاملها بسوء تغذية شديد نتيجة التهام هذه الدودة لكم كبير من طعام المصاب . يمكن علاج هذا النوع من الديدان باربعة اقراص مضغ يومياً تحتوى على مادة النيكلوزاميد المضادة لهذا النوع من الديدان مثل :

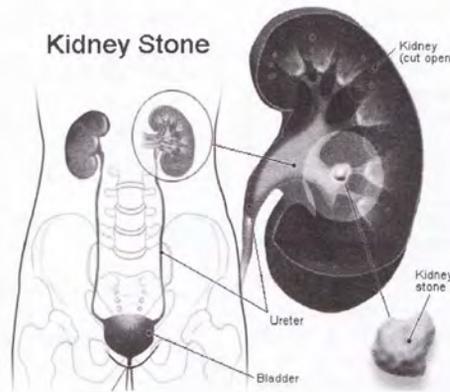
الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على نيكلوزاميد

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Mirazid	6 cap.	10.00	ميرازيد
Niclosan	20Chew	5.00	نيكلوزان

الفصل الثالث (أمراض الجهازين البولي والتناسلي)

يحتوي هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- | | |
|-------------------------|-----------------------------|
| ١- حمى الكلى | ٨- حمى النفاس |
| ٢- المغص الكلوي | ٩- التبول اللاإرادي |
| ٣- املاح الكلى | ١٠- تضخم البروستاتا الحميد |
| ٤- السيلان | ١١- الكلاميديا |
| ٥- العدوى المهبلية | ١٢- الضعف الجنسي عند الرجال |
| ٦- عدوى المسالك البولية | ١٣- سرعة القذف |
| ٧- مغص الدورة الشهرية | |



تجمع اى رواسب فى البول لتكوين حصاوى ، وقد وجد العلماء انه اذا وجدت هذه الجزيئات بكميات قليلة عند شخص ما فان هناك احتمال اكيد بتكون حصاوى عند هذا الشخص .

هل هناك طرق معينة للوقاية للذى يعانى من تكوين حصاوى بكثرة ؟

نعم من بين هذه الطرق :-

١- تجنب بقدر الامكان الماء الذى يُحتمل انه ملوث باملاح كثيرة .

٢- تجنب المشروبات والمأكولات التى تسبب قد تكون أحد العوامل فى تكوين الحصوات مثل : الشاى والقهوة والمانجو والمشروبات المحتوية على الكولا او الاقلال منها ، وكذلك اللحوم الحمراء والكبد والمخ والكلاوى والسبانخ .

٣- شرب الماء النقى بكثرة ، ٤ لترات ماء يومياً او اكثر .

٤- يمكن ايضاً تناول قرص اسبرين اطفال يوم بعد يوم ، فقد ثبت ان هذا القرص يتحول الى الجزيئات الصغيرة المسماة كولويدز الذى بسبب تنافرها مع بعضها تمنع تكوين الحصوات .

متى يشعر المريض بوجود حصاوى بالكلى ؟

تتكون الحصاوى داخل المثانة او الحالب ، حصاوى المثانة لا يشعر بها المريض بها فى معظم الاحيان ، اما اذا تحركت الحصوى ودخلت الحالب عندها تظهر تقلصات ومغص للمريض ، وقد تشدد التقلصات لدرجة الترجيع ، واذا كان حجم الحصوى اكبر من حجم الحالب فانها قد تسبب احتباس فى البول .

١ - حصى الكلى

Renal calculi

R/ Proxamol eff.

ملعقة على نصف كوب ماء ٣ مرات يوميا

R/ Rowatinex Cap.

٢-١ كبسولة ٣ مرات يوميا

وجود ملح او كسالات الكالسيوم بكثرة فى البول يعطى شعور بالحرقان فى مجرى البول اثناء التبول وتتكون الحصاوى من بعض الاملاح مثل ملح او كسالات الكالسيوم او املاح اليوريك مع بعض البروتين الموجود فى البول .

ان ملح الطعام لا يسبب حصاوى ولكن الافراط فيه قد يؤدى الى ارتفاع ضغط الدم .

هناك مرضى اجسامهم قابله لتكوين حصاوى بسهولة خاصة فى وجود عوامل مساعدة مثل شرب الماء المحتوى على الاملاح المسببة للحصاوى وهى الاملاح التى لا تنوب فى الماء وبالتالي تترسب فى الكليتين مثل ملح او كسالات الكالسيوم .

اذن لماذا تتكون حصاوى عند البعض دون الاخرى انهم يعيشون نفس الظروف المعيشية ياكلون ويشربون نفس الأشياء تقريباً ؟

هناك جزيئات صغيرة جداً تخرج باستمرار مع بول كل شخص منا تسمى كولويدز

هذه الجزيئات تتنافر مع بعضها البعض فتتمنع تجمع الاملاح والمواد الاخرى مع بعضها لتكوين حصاوى ، وقد اراد الخالق القدير ان توجد هذه الجزيئات بكميات هائلة بحيث يستحيل

أكياس	Sachets
-------	---------

ملقعة كبيرة فى نصف كوب ماء ٣ مرات يوميا وتستعمل هذه الفوارت للمساعدة فى طرد الحصى الصغيرة لاحتوائها على مادة الخللين ومكطهر خفيف لمجرى البول لاحتوائها على مادة البيبرازين .

يمكن اعطاء مع المستحضرات السابقة رواتينكس (٣٠كبسولة ٨.٠٠ Rowatinex او يورينكس (٢٤كبسولة ٣.٩٠) او سبازمورجينين Spasmourgenin .

أو كلاجون يعطى ١-٢ كبسولة ٣مرات يوميا قبل الاكل ، يحتوى الرواتينكس على خلاصة زيوت لها خواص مطهرة لمجرى البول وتساعد على ارتخاء الحالب فيساعد على طرد الحصى وتخفيف التقلصات .

يجب تناول كميات كبيرة من الماء مع العلاج لان هذا مفيد لاذابة الاملاح وطرد الحصى .

٢ - المغص الكلوى Renal colic

R/ Voltaren amp.

حقنة بالعضل لإزالة المغص بسرعة

R/ Rowatinex Cap.

١-٢ كبسولة ٣ مرات يوميا

التهابات مجرى البول او وجود حصى فى الحالب من الاسباب التى تؤدى الى المغص الكلوى ، وهناك اسباب اخرى كثيرة مثل التعرض لجو دافئ ثم بارد او وجود املاح كثيرة فى مجرى البول الخ.

هل يمكن للحصى ان تسبب خروج دم مع البول ؟

نعم هناك حصوات متشعبة لها اطراف حادة قد تيب تهتك او تجريح للحالب مما يسبب خروج دم مع البول .

الادوية المقترحة لعلاج حصى الكلى :

الحصى الكبيرة غالباً ما يتم ازلتها باشعة الليزر او بالجراحة التقليدية ، اما الحصى الصغيرة فيمكن التعامل معها بالادوية .

١- فوارات وكبسولات تساعد على اذابة الاملاح وطرد الحصى الصغيرة وكذلك لها خواص مطهرة من الالتهابات مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Citrocid Magnesium plus	12 eff. Sachets	3.25	ستروسيد ماغنسيوم بلس
Epimag	12 eff. Packets	3.00	إبيماج أكياس
Jedcomag	12 eff. sachets	4.50	جدكوماج أكياس
Xenomag	10 eff. Sachets	4.00	زينوماج أكياس
Ciluryl	Sachet	2.75	سيلوريل
Coli-Urinal	Granules	3.50	كولى يورينال
Cranberry	20 cap.	12.5	كرانبرى
Cystone	60 tab.	35.0	سيستون
Jedcorene	12 Sachets	5.25	جدكورين أكياس
Kellagon	20 Cap.	5.00	كلاجون
Kellagon	10 sachets	5.00	كلاجون أكياس
Orinal	6 eff. Sachets	1.90	أورينال أكياس
Proximol	20 tab.	0.85	بروكسيمول أقراص
Proximol compound	eff. Gran.	4.50	بروكسيمول مركب فوار
Renal-S	6 Sachets	5.00	رينال-إس
Uricol	6 eff.	2.00	يوريكول

املاح ، اما فى حالة املاح اليورات فيعطى يوراليت يوفوار ﴿Uralyte -٦٥.٠٠٠﴾ او يوروسولفين فوار ﴿Urosolvin 4.00 باكت ١٢﴾ يجب البعد عن سبب هذه الاملاح سواء الماء او الماكولات الغنية بها ﴿مثل السبانخ ، الفول ، الشاي ، الكبد ، اللحم﴾ وجميعها غنية بملح اليورات او الفواكه المسماة الموالح ، لان هذا النوع من الفواكه (مثل المانجو) يحتوى على نسبة كبيرة من الاملاح .

٤- السيلان Gonorrhoea

R/ Rociphen 1gm. IM. Vial.

حقنة بالعضل مرة واحدة

R/ Ciprobay 500 tab.

قرص كل ١٢ ساعة

R/ Carmurit tab.

قرص ٣ مرات يوميا

R/ Coli urinal eff.

فوار ٣ مرات يوميا

هو مرض يصيب العضو التناسلى فى الذكر او الانثى ويكون مصحوب بافرازات صديدية صفراء اللون (انظر الصورة رقم ١٤ فى نهاية الكتاب) والم مستمر واهمال معالجته له عواقب سيئة اما الوقاية منه فهى العفة .

الادوية المقترحة لعلاج المغص الكلوى :

يعطى حقنة واحدة فولتارين Voltarin لتسكين الالم فوراً ، ويعطى بعد ذلك كبسولات رواتنكس Rowatinex كبسولة ٣ مرات يوميا كمطهر ومخفف للتقلصات او تناول اقراص للمغص مثل سبازموسبالجين Spasmocibalgin قرصين عند المغص بعد الاكل لمنع عودة المغص حتى العرض على الطبيب وعمل الفحوصات اللازمة التهابات او حصاوى او املاح او غيره .

٣- املاح الكلى Crystal urea

R/ Epimag eff لأملاح الأوكسالات

R/ Urosolvine eff. لأملاح اليوريا

كيس على نصف كوب ماء ٣ مرات يوميا

من اشهر املاح الكلى هى الاوكسالات واليوريا وسهى لا تذوب بسهولة فى الماء لذلك يسهل ترسيبها فى الكلى اما ملح الطعام مثلاً فهو يذوب بسرعة فى الماء لذلك لا يترسب فى الكلى ومصدر هذه الاملاح هو الاكل او الماء المحتوى على املاح الاوكسالات او اليورات ، وهناك اجسام عندها القدرة على اخراج الاملاح وعدم ترسيبها فى الكلى بينما هناك كثيرون اخرون يعانون من الترسيب المستمر للاملاح .

الادوية المقترحة لعلاج الاملاح :

فى حالة املاح الاوكسالات يعطى فوار ابيماج ﴿٣.٠٠٠ باكو﴾ Epimag لمدة اسبوعين او اكثر ثم عمل تحليل بول للتأكد من عدم وجود

٥- العدوى المهبلية
Vaginal infections

لعدوى الفطريات المهبلية:

R/ Betadin douch . مكبال على لتر ماء .
دافىء تشطيف مرتين يوميا
R/ Gynodaktarin supp.
لبوس مهبلى مساء
R/ Fungican 150 Cap.
كبسولة واحدة أسبوعيا لمدة اسبوعين

لعدوى الترياكوموناس:

R/ Vagyl eff . كيس على لتر ماء دافىء .
تشطيف مرتين يوميا
R/ Amrizole 500 tab.
قرص مرتين يوميا
R/ Amrizole vag. Supp.
لبوس مهبلى مساء

العدوى المهبلية انواع كثيرة منها كانديدا المهبل وتكون مصحوبة بحكة مع افرازات ، البكتيريا الموجبة الجرام ، الترياكوموناس وتكون مصحوبة بهرش وحرقان وافرازات صفراء اللون ، هناك عدوى اخرى مثل السيلان وردت اعلى ، فى حالة وجود عدوى للزوجة بهذه الامراض يجب اعطاء علاج بالفم للزوج متزامن مع علاج الزوجة لمنع انتقال العدوى له .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى المهبل :

(لا تستعمل هذه المستحضرات اثناء الحمل)

فى حالة الكانديدا يمكن اعطاء لبوس مهبلى مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Canesten	6 Vaginal tab	4.00	كانستن أقراص مهبلية
Canesten	One Vag. Tablet	2.75	كانستن قرص مهبلى

الادوية المقترحة لعلاج السيلان :

١- إعطاء حقنة مضاد حيوى لا تُكرر مثل : سيفوبيد اجم (Cefobid) أو كلافوران اجم (Claforan) أو يوناسين ١٥٠٠ (Unasyn)
٢- يمكن إعطاء أحد المضادات الحيوية الأتية مثل :

الدواء	السعر	الدواء	السعر
سيروباى اقراص Cibrobay	٤٦.٠٠	نورباكتين أقراص Norbactin	٢٩.٠٠
تاريفيد أقراص Tarivid	٤٧.٠٠	اوفلوكساسين أقراص Ofloxacin	٢٥.٠٠
الجرعة للأدوية السابقة : قرص صباحاً ومساءً لمدة ٥ ايام			
ريمكتان كبسول Rimactane	٨.١٠	ريفادين كبسول Rifadin	٧.٧٥
جرعة ريمكتان و ريفادين : كبسولة كل ٨ ساعات لمدة ٣ ايام .			

٣- مع إعطاء مطهر و مسكن لمجرى البول مثل : يوريسبت أقراص { Urisept } أو كارموريت أقراص { Carmurit } أو يوروتريم أقراص { Urotrim } قرص بعد الأكل ٣ مرات يوميا .

٤- مع فوار مثل : كولى يورينال { Coli urinal } أو جنكورين { Jedcorene } كيس على نصف كوب ماء ٣ مرات يومياً .

وجود عدوى التريكوموناس يمكن اعطاء لبوس مهبلي امريزول (Amrizole) مع اقراص فلاجيل او اليزول ٥٠٠ مجم وهي مستحضرات مضادة للاميبيا وكذلك التريكوموناس والبكتيريا الغير هوائية . ويفضل التشطيف قبل جميع المستحضرات السابقة بغسل مهبلي بيتادين (Betadine) وهو مضاد لجميع الميكروبات التي تصيب المهبل .

٦- عدوى المسالك البولية
Urinary Tract Infections

الميكروبات التي تسبب عدوى المسالك البولية عديدة ، والعدوى غالباً تكون مصحوبةً ببعض او كل الاعراض التالية : صديد في البول او دم ، تقلصات كلوية او حرقان ، ويمكن بسهولة معرفة الميكروب بعمل تحليل بول او/ و دم ولمعرفة انسب المضادات الحيوية التي تؤثر في هذا الميكروب يفضل عمل مزرعة بكتيرية .

كيفية عمل اي مزرعة بكتيرية

١- تؤخذ عينة من المكان المصاب (مثل الصديد او المخاط) وتوضع في اوعية صغيرة تحتوى على مادة الاجار Agar وهي تعتبر مناسبة لنمو البكتيريا ،

٢- ثانى يوم تنمو هذه البكتيريا مكونة دائرة فى وسط الاجار

٣- توضع بعد ذلك نقطة من عدة مضادات حيوية من مجموعات مختلفة متوقع انها ستؤثر على هذا الميكروب مثل مجموعة السيفالوسبورن ،

Candistan	6 Vaginal tab	4.00	كانديستان أقراص مهبلية
Candistan	3 Vaginal tab	3.50	كانديستان أقراص مهبلية
Locasten	6 vag. Supp.	5.00	لوكاستن أقراص مهبلية
Gynoryl	3 Vaginal tab	4.60	جينوريل أقراص مهبلية
Gynoryl	5 Vaginal tab	4.20	جينوريل أقراص مهبلية
Gyno-daktarin	3 Vaginal Supp	13.85	جينودكتارين لبوس مهبلي
Gynozol	3 Vag. Supp	8.00	جينوزول لبوس مهبلي
Gynozol	6 Vag. Supp	8.00	جينوزول لبوس مهبلي
Micoban	5 Supp	5.00	ميكوبان لبوس مهبلي
Miconaz	3 Supp	5.00	ميكوناز لبوس مهبلي
Monicure	7 Supp	3.50	مونيكور لبوس مهبلي
Monicure Plus	6 Supp	3.50	مونيكور بلس لبوس مهبلي
Amrizole	5 Vaginal Supp	2.25	امريزول لبوس مهبلي
Amrizole-N	5 Vag. Supp	2.25	امريزول-ن لبوس مهبلي
Flagicure	10 vag. Tab	1.90	فلاجيكور أقراص مهبلية
Krema-Rosa	6 supp	3.50	كريما روز لبوس مهبلي
Betadine	14 Vag. Ovules	6.00	بيتادين بويضات مهبلية
Gynotrosyd	3 Vag. Tab	10.00	جينوتروسيد أقراص مهبلية
Tergynan	10 vag. Tab	2.70	تيرجنان أقراص مهبلية
Monicure NH	7 Supp	3.50	مونيكور-ن ه لبوس مهبلي

وجميعها مضادة لفطريات وكانديدا المهبل ؛ وتوضع لبوسة واحدة بالمهبل كل ليلة ؛ وفي حالة

Ciprofar	10 tab	15.00	سيبروفار
Ciprofloxacin	10 tab	18.00	سيبروفلوكسايدين
Ciprofloxacin	10 tab	33.00	سيبروفلوكسايدين
Rancif 250	20 tab	29.00	رانسيف
Rancif 500	10 tab	22.50	رانسيف
Serviflox 250	10 tab	15.00	سرفيلوكس
Serviflox 500	10 tab	28.00	سرفيلوكس
Serviflox 750	10 tab	39.00	سرفيلوكس
Levoxin 250	5 tab	25.00	ليفوكسين
Levoxin 500	5tab	50.00	ليفوكسين
Epinor	14Tab	18.00	إبينور
Noracin	10 tab	18.90	نوراسين
Norbactin	10 tab	14.50	نورباكتين
Oflicin	10 tab	34.50	أوفليسين
Ofloxacin	10 tab	25.00	أوفلوكسايدين
Ofloxin	10 tab	18.00	أوفلوكسين
Tarivan	10 tab	25.00	تاريفان
Tarivid	10 tab	47.00	تاريفيد
Globacin	10 tab	30.00	جلوباسين
Spara	11 tab	35.00	سبارا

الجرعة : قرص صباحاً ومساءً لمدة ٥ ايام .

٧- مغص الدورة الشهرية
Menstrual Cycle Spasm

R/ Voltaren amp.

حقنة بالعضل

R/ Spasmopyralgin Tab.

قرص ٣ مرات يوميا

+ مع وضع كيس ماء ساخن على البطن
+ و شرب سوائل ساخنة وقت الدورة مثل النعناع
و الحلبة و الكركديه .

كما ورد فى الفصل الاول عن الدورة الشهرية ،
انها عبارة عن تكسير للانسجة والغدد التى تبطن

الكوينولون ، الجنتاميسين ، الخ انظر مجموعات
المضادات الحيوية فى الباب الاول

٤- بعد عدة ساعات تبيد هذه المضادات الدوائر
التي تنتج عن نمو البكتيريا بدرجات مختلفة ،
فبعض المضادات تبيد الدائرة كاملة وبعضها تبقى
اثر للدائرة ومنها ما لا يؤثر على الميكروب .

٥- بناء على هذه النتائج تقسم المضادات الى
مضاد شديد الفاعلية ضد هذه الميكروب ويشار
اليه بـ ٤ موجب ++++ واخرى اقل فاعلية يشار
اليها بـ ٣ موجب +++ واخر ضعيف جداً واحد
موجب واخرى غير فعالة ضد هذا الميكروب .

٦- بناء على هذه النتيجة يقرر الطبيب انسب
المضادات لهذه العدوى وهو بالطبع المشار اليه
بـ ٤ موجب .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى المسالك البولية

المضاد الحيوى المناسب يجب معرفته بعمل
تحليل ومزرعة لعينة من البول ، وهناك مضادات
حيوية دائماً ما تعطى نتائج ناجحة فى معظم
حالات عدوى المسالك البولية مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Bactiflox	10lactab	31.00	باكثيفلوكس
Bactiflox 250	10 Lactab	16.50	باكثيفلوكس
Ciprobay	10 tab	26.00	سيبروباي
Ciprobay 500	10 tab	46.00	سيبروباي
Ciprobay	10 tab	65.00	سيبروباي
Ciprocin 250	10tab	18.00	سيبروسين
Ciprocin	10 tab	32.00	سيبروسين
Ciprocin 750	10 tab	35.00	سيبروسين

المحيطة بالرحم و قد يؤدي الى حدوث خراجات .

ماهى أسبابه ؟

سبب حمى النفاس هو وصول الميكروبات السببية الى عنق الرحم و داخل تجويفه أثناء الولادة أو الاجهاض...ومن المستحيل أن يظل المهبل معقماً دون وصول الميكروبات اليه و لذلك يجب التعقيم أثناء الولادة لتجنب حدوث حمى النفاس .

ماهى أعراض حمى النفاس ؟

ترتفع درجة الحرارة فى اليوم الثالث أو الرابع بعد الولادة أو الاجهاض .

ما هو العلاج ؟

تناول مضاد حيوى بما فى ذلك مركبات السلفا و البنسلين .

٩- التبول اللارادى

Nocturnal enuresis

R / Uripan 5 mg tab.

Or : Uripan Syrup.

قرص أو ملعقة صغيرة قبل النوم بنصف ساعة

R / Tofranil 25 mg tab.

قرص قبل النوم لمدة شهرين ثم قرص قبل النوم كل يومين لمدة شهر ثم قرص قبل النوم كل ثلاثة أيام لمدة شهر آخر .

بالإضافة إلى العلاج النفسى

التبول اللارادى أثناء النوم في مرحلة يتوقع فيها أن يتم التحكم الإرادى في التبول عند الأطفال تعتبر حالة شائعة ولكن علاجها ليس بالأمر

الجدار الداخلى للرحم «انظر الفصل الاول» ونتيجة لهذا التكسير فان بعض السيدات تعانى من الاماً وتقلصات شديدة فى جدار الرحم .

الادوية المسكنة للام الدورة الشهرية :

بصفة عامة جميع الادوية المسكنة لمغص وتقلصات البطن تسكن ايضاً مغص الدورة الشهرية ، ولا يوجد مستحضر واحد يمكن ان نقول عنه انه مسكن لآلام الدورة فقط او لمغص البطن فقط .

اذا كان الالم شديد جداً يمكن اعطاء حقنة مسكنة للآلم مثل

الفولتارين «٤,٥» Voltarin ، اما اذا متوسط او خفيف فيمكن اعطاء اقراص تحتوى على مادتين احدهما مضادة للتقلصات والاخرى مسكنة للآلم مثل : سبازموسيبالجين ١٠ اقراص «١.٢٥» Spsmocibalgin أو سبازموبيرالجين «١٠ اقراص» Spasmopyralgin «١.٧٥» .

هناك مستخلص نباتى يستخدم ثلاث مرات يومياً ويعطى نتائج جيدة فى علاج الأم وعدم انتظام الدورة الشهرية - ويسوق تحت اسم Agnucaston بسعر ١٢ جنيهاً للشريط .

٨- حمى النفاس

Puerperal Infection

ماهى حمى النفاس ؟

هى حمى قد تصيب المرأة الحامل بعد الولادة و هو مريض خطير قد يؤدي الى الوفاة فقد يمتد الالتهاب من الرحم الى المبايض أو الى الأنسجة

القسوة و الضرب و الحرمان كى يتعلم
الطفل التحكم فى بوله .

٤ تدليل الطفل أو حمايته و التسامح معه عندما
يتبول و هذا يعزز لدى الطفل هذا السلوك و
يعتقد أنه على صواب .

٥ التفكك الأسرى و فقدان الطفل الشعور
بالأمن .

٦ وجود مشاعر الغيرة لدى الطفل كوجود
منافس له أو زميل متفوق عليه فى المدرسة .

٧ وفاة شخص عزيز على الأسرة و خاصة اذا
كان ممن يعتنى بالطفل .

٤- الأسباب النفسية :

* خوف الطفل من الظلام أو بعض الحيوانات أو
الأفلام و الصور المرعبة أو من كثرة الشجار
داخل المنزل و الخوف من فقدان الراعية و
الاهتمام نتيجة قدوم مولود جديد .

* غيرة الطفل عندما يشعر انه ليس له مكانته و
ان احد اخوته يتفوق عليه فيدفع هذا الطفل غلى
النكوص أى : استخدام اسلوب طفولى يعيد له
الرعاية و الاهتمام مثل سلوك التبول .

* شعور الطفل بالحرمان العاطفى من جانب الأم
إما بسبب غيابها المتكرر أو الانفصال بين
الوالدين .

* الإفراط فى رعاية الطفل و حمايته تسمى عدم
ثقتة فى الإعتماد على نفسه و عدم تحمله مسؤولية
التصرفات السلبية كالتبول الإرادى .

و علاج هذه المشكلة نقرح ما يلى

اليسير . وقد يحدث التبول ليلا فقط، أو يحدث ليلا
ونهارا، وهذا أقل حدوثا .

نسبة حدوث التبول اللاإرادي تصل إلى ٣٠%
عند الأطفال في سن ٤ سنوات، و ١٠% في سن
٦ سنوات، و ٣% في سن ١٢ سنة، و ١% في
سن ١٨ سنة، ويكون شائعا عند الذكور أكثر من
الإناث.

ما هي أسبابه؟

١- الأسباب الفسيولوجية و العضوية : كأمراض
إلتهابات الجهاز البولى أو ضعف صمامات
المثانة أو بسبب ضيق فتحة البول أو تضخم
لحمية الأنف حيث تسبب للطفل صعوبة فى
التنفس أثناء النوم مما يؤدى إلى الاجهاد و
إستغراق الطفل فى النوم مما يؤدى لافراغ هذه
المثانة أثناء الإستغراق فى النوم .

٢- أسباب وراثية : يلعب العامل الوراثى دوره فى
حدوث هذه المشكلة فقد يرث الطفل هذا السلوك
من والديه كما أن هناك علاقة بين تبول الأطفال
و تبول أخوة لهم ، كما أن الضعف العقلى الناتج
عن خلل كروموزومى يصاحبه غالبا تبول
لاإرادى .

٣- أسباب اجتماعية و تربوية :

١ تقصير الأبوين و عجزهم فى تكوين عادة
ضبط البول لدى الطفل

٢ سوء علاقة الطفل بأمه الذى يعود للأم مما
يجعل تدريب الطفل على التحكم بعضلات
المثانة أمرا صعبا .

٣ الاهتمام البالغ فيه فى التدريب على عملية
الأخراج و التبول و النظافة و اتباع أسلوب

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Cetiprin	100 tab	11.85	ستيبران أقراص
Detronin	20 tab.	6.50	ديترونين أقراص
Detronin	syrup	6.50	ديترونين شراب
Uripan	20 tab.	9.00	يوريبان أقراص
Uripan	Syrup	7.50	يوريبان شراب
Detrusitol	28 tab.	90.00	ديتروسيترول
Minirin	30 tab	120.00	مينيرين أقراص
Minirin	30 tab.	220.00	مينيرين أقراص
Minirin	Nasal Spray	103.35	مينيرين بخاخ للأنف

و تؤخذ الجرعة و يستمر العلاج لمدة ٣ شهور .

ملحوظة :

يوريبان يحتوى على مادة أوكسى بيوتين التى لها خواص مضاده للأستيل كولين و الهيستامين و البافارين (مضاد للتقلصات) و هو يساعد أيضا على التحكم فى التبول و زيادة قدرة المثانة على تحمل قدر أكبر من البول .
 يحذر استعمال هذه المستحضرات فى حالة تقرحات القولون - الجلوكوما (ضغط العين) - إحتباس البول (نفس موانع استعمال مشتقات الأتروبين - مضادات الأستيل كولين)

١٠ - تضخم البروستاتا الحميد

Benign Prostatic Hyperplasia = BPH

R/ Decongestyl supp.

لبوسة بالشرح مرة أو مرتين يوميا

R/ Prostacure Cap.

كبسولة صباحا و مساء

البروستاتة هي غدة بحجم حبة الجوز وتشكل جزءا من الجهاز التناسلي الذكري ، تتموضع البروستاتة خلف المستقيم وأسفل المثانة تماما ، و تحيط البروستاتة

١-راحة الطفل نفسيا و بدنيا بإعطاءه فرص كافية للنوم حتى يهدأ جهازه العصبى و يخف توتره النفسى .

٢-التحقق من سلامة الطفل عضويا و فحص جهازه البولى .

٣- منع الطفل من السوائل قبل النوم .

٤- التبول قبل النوم و إيقافه بعد عدة ساعات لينتبول .

٥-تدريبه على العادات السليمة للتبول و كيفية التحكم فى البول .

٦- عدم الإسراف فى تخويفه و عقابه و تأنيبه و بث الطمأنينة فى نفسه .

٧-تشجيعه عندما نجد فراشه نظيفا و إستطاع أن يذهب لدورة المياه .

٨- تجنب مقارنته بأخوته الذين يتحكمون فى البول و عدم استخام التهديد و الإبتعاد عن السخرية منه .

** من ناحية عدم شرب السوائل قبل النوم و إيقافه للذهاب إلى الحمام فهناك طريقة مثلى و قد تمت دراستها و وجد انها فعالة مع التعزيزات ، و هى معرفة متى ينام الطفل و يمنع قبل نومه بثلاث ساعات من شرب السوائل ليس بالاكراه انما بالتعزيز ، و قبل نومه يذهب إلى الحمام ، و بعد نومه بثلاث ساعات تقريبا يتم إيقافه و يذهب إلى الحمام .

يوجد علاج طبي بالعقاقير لمثل هذه الحالات :

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج التبول الإرادى :

الاعراض :

حوالي نصف عدد الرجال الذين يعانون تضخم البروستاتا لا تظهر عليهم أية أعراض ، وفي الأشخاص الآخرين تضغط البروستاتا المتضخمة على الاحليل (الذي يصل إليه البول من المثانة) ، وهو ما يشبه قديماً تضغط على خرطوم الحديقة .

وإعاقة تدفق البول تدفع المثانة إلى أن تعمل بقوة أكبر حتى تدفع البول من خلال الإحليل ، وبمرور الوقت يمكن أن يصير الضغط على الاحليل شديداً بدرجة تجعلك غير قادر على تفريغ المثانة تماماً ، حتى لو قمت بالحزق لزيادة هذا الضغط . نتيجة لهذا ، فقد تشعر كأن عليك أن تتبول بشكل ملح ، ولكنك يجب أن تحزق لتفعل هذا . وقد تحصل على تيار ضعيف من البول ، أو قد يكون تيار البول متقطعاً - يتوقف ثم يعود - أو قد تنزل منك بعض قطرات من البول بعد التبول ، وتشعر كأنك لم تفرغ مثانتك بالكامل .

فضلاً عن هذا ، فقد تشعر بالحاجة إلى التبول بشكل متكرر ، وقد تضطر إلى القيام كثيراً من فراشك ليلاً لتفعل هذا ، وبعض الرجال يشعر أيضاً بسلس البول ، وهو نزول قطرات بشكل لا إرادي .

بعض الادوية يمكن أيضاً أن تجعل الأعراض أشد سوءاً . على سبيل المثال ، مدرات البول التي تزيد كمية البول ، وغالباً ما تزيد الأعراض تدهوراً .

بعض الأدوية يمكن أن تسبب مشكلات عن طريق تقليل قدرة المثانة على الانقباض ، وهي أساساً

بالإحليل - وهو أنبوب يقوم بنقل البول من المثانة خارج الجسم - لمسافة قصيرة.

ما هي الوظيفة الأساسية للبروستاتا ؟

الوظيفة الأساسية للبروستاتا هي وظيفة إفرازية ، حيث تنتج سائل قلوي يشكل تقريباً ٧% من حجم السائل المنوي . وتؤلف مجرى لمرور السائل المنوي . وتقي من حدوث القذف الراجع (قذف ينجم عنه إجبار السائل المنوي للتراجع إلى المثانة) وذلك بإغلاق عنق المثانة خلال الجماع.

ما هو تضخم البروستاتا الحميد ؟

مع تقدم عمر الرجل تبدأ البروستاتا في التضخم التدريجي الحميد (حميد يعني انه ليس تضخم سرطاني) حتى تبدأ بالضغط على مجرى البول الذي يمر بداخلها فتبدأ عندها أعراض يعاني منها الرجل المسن (عادة تبدأ الأعراض بعد سن الخمسين إلا إن في بعض الأشخاص قد يبدأ المرض مبكراً) ينتج عنه تأخر نزول البول وضعف قوة سريانه واستمرار نزول القطرات بعد الانتهاء من البول وعدم التفريغ الكامل للمثانة من البول وفي الحالات المتقدمة احتباس البول الكلي ، كما يؤدي تضخم البروستاتا إلى زيادة تهيج المثانة والتي تتقبض مع أي كمية من البول بداخلها فيعاني الشخص من كثرة الحاجة للتبول حتى أثناء النوم فتوقظ الشخص من نومه. ومع مرور الوقت تصاب المثانة بالضعف وتكون هناك عدم مقدرة في الإفراغ الكامل للبول ، كل هذا ذلك تضيق مجرى البول يسبب للشخص مشاكل كثيرة (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٠ في نهاية الكتاب) .

علها في الغرب حيث انه رغم بساطته إلا إن

له أهمية كبيرة في تفقد حالة البروستاتة

٢- فحص الدم Prostate Specific Antigen (PSA) Blood Test

وفيه يبحث الطبيب على بروتين خاص تنتجه خلايا البروستاتة عند إصابتها بالسرطان ويحتاج الطبيب لهذا الفحص لاستبعاد أن يكون سبب التضخم الذي وجده بالفحص اليدوي خبيثا أي سرطانا وليس حميدا.

٣- دراسة سريان البول Urine Flow Study وفيه يطلب الطبيب من المريض أن يبول داخل جهاز خاص لدراسة قوة اندفاع البول وعادة ما يكون سبب الضعف في قوة سريان البول هو تضخم البروستاتة الحميد.

٤- الأشعة الملونة للمجاري البولية Intravenous Pyelogram - IVP

وفيه يحقن للمريض عبر الوريد صبغة خاصة ثم يتم أخذ أشعة متكررة للكلى والمجاري البولية ويستطيع الطبيب في هذا الفحص معرفة ماذا كان هناك انسداد في مجرى البول أو وجود حصوات أو استسقاء الكليتين والحالبين.

٥- منظار المثانة Cystoscopy

وفيه يدخل الطبيب عبر القضيب بعد وضع دواء مخدر موضعي منظار خاص لمشاهدة المثانة والبروستاتة وذلك لمعرفة مدى تضخم البروستاتة.

العلاج :

في الحالات الأولية والخفيفة قد لا يعطي الطبيب مريضه دواء سوى بعض النصائح والفحوصات الروتينية والمضادات الحيوية إذا كان هناك التهاب

المزيد من الدراسات لتقييم الامان والفاعلية .
ثمة مصادر عشبية أخرى تشمل سرنيلتون Cernilton (وهي خلاصة لحبوب اللقاح مستخرجة من نباتات تنبت في السويد) ، و البرقوق الافريقي Pygeum Africanum ، و عشبة راديكس اورتيكي Radix Urticae
ورغم أن البعض قد اجريت عليه دراسات اكلينيكية نشطة ، إلا أن النتائج غير مؤكدة .
وعليك أن تضع في عين الاعتبار أن الاعشاب رغم أنها من الطبيعة ، إلا أن هذا لا يعني بالضرورة أنها مأمونة . فالاعشاب مثل أي دواء يمكن أن تسبب آثاراً جانبية ، بل يمكن أن تكون خطرة ، إذا استعملت بغير اشراف الطبيب

تشخيص تضخم البروستاتة الحميد

إضافة إلى عمر المريض وظهور الأعراض الأتفة الذكر فإن التشخيص النهائي لتضخم البروستاتة الحميد يكون بالفحوصات التالية:

١- فحص البروستاتة اليدوي الشرجي (DRE).

وهو الفحص الذي يبدأ به طبيب المسالك البولية حيث يقوم بإدخال إصبعه بعد أن يلبس القفازات في دبر المريض لفحص السطح الخارجي الخلفي للبروستاتة. لفحص حجم وحالة البروستاتة ويعتبر هذا الفحص من الفحوص المهمة ليس لتشخيص تضخم البروستاتة الحميد بل للكشف المبكر أيضا عن سرطان البروستاتة لذلك فأنتني انصح كل من تجاوز سنه الخمسين عاما أن يعمل هذا الفحص عند طبيبه الخاص كل سنة شهوور وهو من الفحوصات التي يحرص المسنين

وتشمل الآثار الجانبية الدوار و الاجهاد و الانخفاض الشديد في ضغط الدم . وتشير الدراسات إلى أن معوقات الفا أكثر فاعلية بالتأكيد من الفيناستيريد . ومن أمثلة هذه الأدوية:

الجدول التالي يحتوي على معظم الادوية المتوفرة في مصر التي تعالج تضخم البروستاتا :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Cardura 1	21 tab.	18.00	كارديورا ١
Cardura 4	14 tab.	40.00	كارديورا ٤
Dosin 1	20 Tab.	10.00	دوزين ١
Dosin 2	20 Tab	15.00	دوزين ٢
Dosin 3	20 tab.	22.50	دوزين ٣
Proscar	28 tab.	175.65	بروسكار
Itrin 2	30 tab	40.50	إترين ٢
Itrin 5	14tab.	40.00	إترين ٥
Xatral	28 tab.	54.00	زاترال

الادوية التالية تحتوي على خلاصات عشبية تفيد في احتقان والتهاب البروستاتا

Prostacure	20 cap	18.00	بروستاكور كبسول
Prostacure Plus	10 caps.	17.00	بروستاكور بلس
Pepon	30 Cap.	19.00	بيبون كبسول
Pepon Plus	20 caps	28.00	بيبون بلس كبسول
Lycomen	20 cap.	33.00	ليكومين كبسول
P-Plus	30 caps	69.90	بي-بلس
Decongestyl	12 Supp	5.00	ديكونجستيل لبوس
Prostalin	5 Supp	1.50	بروستالين لبوس

العلاج الجراحي:

إذا ازدادت الأعراض سوءاً بشكل مطرد وفشلت العقاقير في ضبط الحالة والسيطرة عليها، يمكن

بكتيري. في حالات أخرى يعطى للمريض أدوية تساعد على نقصان التضخم الحاصل للبروستاتة حيث تعمل هذه الأدوية على انكماش البروستاتة . بصفة عامة تكون قابلية حدوث آثار ضارة خطيرة أقل عند استعمال الادوية مما لو أجريت الجراحة ، مما يجعل كثيراً من الرجال يختارون العلاج الدوائي كعلاج أولي . وثمة عقاران هما فيناستيريد Finasteride (وهو عقار يعمل على جعل البروستاتا تتكماش بخفض مستويات الهرمون الذكري في الغدة) و معوقات ألفا (وهي أدوية ترخي عضلات البروستاتا وعنق المثانة) ويمكنهما أن تزيلا الاعراض البولية للبروستاتا المتضخمة . أما الفيناستيريد فيمكن بالفعل أن يحقق إنكماشاً للبروستاتا ، ولكنه يعمل ببطء ، وغالباً ما يستغرق ٣ - ٦ شهور حتى تتحسن الاعراض ، وحوالي ٤% من الرجال يصابون بالعجز الجنسي كأثر جانبي . كما أنه قد يقلل مستويات الانتيجين المتخصص للبروستاتا ، مما يؤثر على دقة اختبار الانتيجين المتخصص للبروستاتا . وقد يكون الفيناستيريد أكثر فائدة من معوقات الفا في علاج الرجال الذين يعانون تضخماً شديداً في البروستاتا (وليس في الحالات العادية) . معوقات الفا مثل دوكسازوسين و تامسولوزين و تيرازوسين - كلها تحقق تفريجاً جزئياً للأعراض البولية في ٧٠% من الرجال ويحدث هذا في خلال أيام إلى أسابيع معدودة .

الكلاميديا عبارة عن مرض تناسلي . وتعتبر من الأمراض البكتيرية الخطيرة وتوضع على رأس قائمة الأمراض التناسلية التي تصيب كلا الجنسين وتسبب العديد من المضاعفات الصحية. وهذا المرض أكثر شيوعا بين الشباب والمراهقين . ويصيب المرض النساء ويسبب لديهن العقم إذا لم يتم علاجه مبكرا. كما أن الكلاميديا تصيب الرحم وتسبب تلف قنوات فالوب أيضا. كما قد ينتج عنها أن تحمل المرأة حملا كاذبا في قناة فالوب وليس في الرحم. كما أنه قد يصيب الطفل المولود حديثا إذا كانت الأم مصابة بهذا المرض و يؤدي إلى العمى.

أعراض المرض : ويعرف المرض بالمرض المعدي الصامت لأنه لا يظهر أي أعراض على المصاب في ثلاثة أرباع النساء ونصف عدد المصابين من الذكور. من أهم أعراض المرض نضح (إفرازات) من القضيب أو المهبل والشعور بحرقنة عند التبول. أما في النساء فهناك أعراض إضافية ومنها آلام في أسفل البطن أو آلام أثناء عملية الجماع ، إضافة إلى نزف فيما بين العادة الشهرية. كما أن الرجال قد يشعرون بالحكة وحرقة حول فتحة القضيب و تورم الخصيتين.

الفحص : هنالك نوعين من الفحوصات للكشف عن الكلاميديا. أولها جمع عينة من السائل من المنطقة المصابة (المهبل أو القضيب) أو باستخدام قطن (مثل قطن تنظيف الأذن). أما الطريقة الشائعة هذه الأيام فهي استخدام عينة من البول للكشف عن وجود بكتيريا الكلاميديا.

التجوء إلى عدد من الخيارات الجراحية التي تتمثل بـ:

- الاستئصال الجزئي للبروستات عبر الإحليل
Transurethral resection of the prostate

وهو الإجراء الأكثر شيوعاً ، حيث يُمرر أثناء العملية تلسكوب عبر الإحليل حتى يبلغ غدة البروستات ، بعد ذلك يُدخل سلك محمى ويستخدم لقطع بعض النسيج البروستاتي . وقد يحتاج إلى تكرار هذه الإجراء لأن العملية تزيل فقط جزءاً من غدة البروستات ، وقد يصاب عدد من الرجال بالعجز الجنسي بعد هذه العملية .

- الاستئصال الكامل للبروستات :

إذا كانت البروستات متضخمة لدرجة كبيرة ، فقد تستئصل بأكملها ، وقد تؤدي هذه العملية إلى العقم والعجز الجنسي .

- جراحة الليزر Laser surgery :

تستخدم هذه التقنية ليزر عالي الطاقة منخفض الاحتراق للانسجة ، ويتم تحت التخدير العام ويخرج المريض بعد ليلة واحدة ويعود إلى البيت ومعه القسطرة البولية ، ويمكنه العودة إلى العمل بعد اسبوع وممارسة النشاط الجنسي بعد ثلاثة أسابيع ، وقد يعاني المريض من تبول مؤلم وقذف عكسي كأثار جانبية .

١١- الكلاميديا Chlamydia

R/ Zithromax 250gm Cap.

١جم بالفم جرعة واحدة .

- ١- أمراض القلب مثل جلطة الشرايين التاجية -
الذبحة - ارتفاع ضغط الدم أمراض الأوعية
الدمية الطرفية و الدماغية .
- ٢- مرض السكر يسبب ضعف الانتصاب لأنه
يؤثر على الأعصاب .
- ٣- تعاطى الأدوية المخفضة لضغط الدم -
المدررة للبول - الأدوية الموسعة للشرايين -
عقار اليجوكسين .

العلاج: استعمال الأقراص التي تحتوى على
أحدى المواد الفعالة الأتية :

- ١- سيلدينافيل sildenafil مثل فياجرا -
فايركتا - إريك - فيجوران
- ٢- تادالافيل Tadalafil مثل سياليس - سنافى
- ٣- فيردينايفيل Vardenafil مثل ليفيترا .

و هذه الأقراص تساعد على زيادة تدفق الدم إلى
العضو و بالتالى يحدث الانتصاب .

**ممنوع استعمال هذه الأدوية فى حالة مرضى القلب و
الذبحة الصدرية و الذين يتناولون أدوية تحتوى على
النيترات (أدوية الذبحة الصدرية) و الذين هناك
إحتمال أن يتأثر قلبهم بأى مجهود مثل المجهود
الجنسى .**

أغذية تؤثر فى القدرة الإنجابية :

- ١- **غذاء يقوى الصحة الانجابية :** مثل عسل النحل -
حيوانات بحرية (السمك - الجمبرى و غيرها) -
غذاء ملكات النحل - مشمش - تمر - اناناس - توت
- بصل - بقونس - جرجير - جزر - نعناع - حبة
البركة - الزيتون الأخضر - زعفران - شمر - بذور

العلاج : بالإمكان علاج الكلاميديا باستخدام

المضادات الحيوية مثل :

- أزيثرومايسين Azithromycin مثل
R/ Zithromax 250 cap.

or : Xithrone 500 Cap.

١ جـم بالفم جرعة واحدة .

- أو دوكسيسيكلين Doxycycline مثل
OR/ Vibramycin Cap.

كبسولة كل ١٢ ساعة لمدة ٧ أيام

- أو تتراسيكلين Tetracycline

- أو إريثروميسين Erythromycin

١٢- الضعف الجنسى عند الرجال

Erectile dysfunction

R/ Viagra 50 or 100 mg tab

Or: Virecta tab.

Or : Erec tab .

نصف قرص إلى قرص قبل الجماع بحوالى نصف إلى

٤ ساعات على معدة خاوية

انتصاب العضو الذكري (القضيب) ما هو الا اندفاع
الدم الى الجسم الكهفي للقضيب عن طريق الشرايين و
عندما يمتلىء الجسم الكهفي يضغط على الأوردة
فيغلقها و تحبس الدم بداخلها محدثة الانتصاب فإذا كان
هناك نقص فى الدم الواصل إلى العضو الذكري أو
كان هناك اغلاق للأوردة تسرب الدم إلى الخارج و
بالتالى لا يحدث الانتصاب .

أسباب الضعف الجنسى :

منها بعض الأمراض الاتية

يحدث سرعة قذف السائل المنوي عند الرجال قبل اشباع كلا الطرفين من العلاقة الحميمة نتيجة سوء الحالة المزاجية بسبب انتشار الإكتئاب و زيادة ضغوط الحياة اليومية .

العلاج: هو استعمال أحد الأدوية المضادة للإكتئاب التي تحسن الحالة المزاجية و بالتالي تطيل فترة العلاقة مثل الأدوية التي تحتوى على

+ مادة سيرترالين Sertraline مثل

Lustral	أقراص	لوسترال
Moodapex	أقراص	مودابكس
Sirto	أقراص	سيرتو
Serlift	أقراص	سيرليفنت
Seserine	أقراص	سيسيرين

+ مادة سيتالوبرام Citalopram مثل

Cipram	أقراص	سيبرام
Cipramax	أقراص	سيبراماكس
Citalo	أقراص	سيتالو
Sedopram	أقراص	سيدوبرام

+ مادة فلوكستين Fluoxetine مثل

Depreban	كيسول	ديبربان
Prozac	كيسول	بروزاك
Philozac	كيسول	فيلوزاك
Flutinin	كيسول	فلوتينين

+ و غيرها من المواد المضادة للإكتئاب.

القطن

٢- أغذية تضعف الصحة الإنجابية : مثل ينسون (لكنه مفيد للمرأة) - القهوة - الشاي - الكولا - السجائر - المخدرات .

فوائد العلاقة الزوجية الحميمة :
١- صحة بدنية للزوجين حيث أنها تنشط الدورة الدموية و أوردت مجلة طبية بريطانية أن الأزواج يعيشون عمر أطول من العذاب .

٢- تكسب البشرة نضارة و اشراقاً و تشيع في القلب السعادة و الإنسراح نتيجة انطلاق هرمونات معينة .

٣- وسيلة صحية لنوم هادىء نتيجة انطلاق هرمون السيرتونين الذى يساعد على الاسترخاء و النوم .

٤- تساعد على تقوية عضلات المرأة الداخلية خاصة بعد ضعفها من الولادة و تحميها من أمراض تسرب البول .

٥- مسكن فعال لبعض الأمراض كالتهاب المفاصل و الصداع النصفى نتيجة انطلاق الاندروفينات المهدئة للأعصاب .

١٣- سرعة القذف

Premature Ejaculation

R/ Lustral tab.

قرص قبل الجماع ب ٣- ٤ ساعات

Or : Lignocaine spray .

٢ بخة على رأس العضو الذكري قبل الجماع

بنصف ساعة

الفصل الرابع (أمراض الجهاز التنفسي)

يحتوي هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- ١- الإنفلونزا
- ٢- ما الفرق بين نزلة البرد و الإنفلونزا ؟
- ٣- حساسية الأنف
- ٤- التهاب الحلق واللوزتين
- ٥- الكحة وعدوى الصدر
- ٦- الازمة التنفسية «الربو» ، وحساسية الصدر .
- ٧- لحمية الأنف .
- ٨ - السل (الدرن) .



● ملحوظة هامة : الادوية المضادة لاحتقان الانف يحذر استعمالها لمرضى ضغط الدم المرتفع والبروستاتا والجلوكوما والحوامل والمرضعات .

الادوية المقترحة لعلاج نزلة البرد والانفلونزا

للبالغين : يعطى لوقف الرشح واحتقان الانف احد الادوية الاتية :

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تساعد على وقف الرشم

●

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Antiflu	20Cap.	4.50	أنتى فلو
Coldact	16 Cap	4.00	كولدداكت
Comtrex	10Tab.	3.25	كومترىكس
Congestal	10tab.	4.50	كونجستال
Contaflu	20 tab.	1.50	كونتافلور
Eskomade	12 Cap	2.60	إسكورنيد
Flupy-X	30 tab.	5.00	فلوبى-إكس
Flurest	20 tab	4.00	فلورست
Flustat	20 tab.	5.00	فلوستات
Flustop	20 tab	2.20	فلوستوب
123	20 caps	6.00	وان تو ثرى
Rhino-C	20 tab.	1.80	رينوسى
Sekem Flu herb	10 bags	2.50	سيكم للبرد
Farex	20 tab.	6.00	فاركس
Rhinofen	10 tab.	4.00	رينوفين
Actifed	12 tab.	2.50	أكتيفيد
Balkis	8 Cap.	2.00	بالكيز
Cafamol	20 tab.	2.00	كفامول
Clarinase	14 tab.	12.50	كلاريناز
Deconges L	14 cap.	9.00	ديكونجس ال
Panadol Sinus	20 caplets	25.00	بانادول للبرد
Rhinopront	10 Cap.	5.75	رينوبرونت كبسول
Rhinopro	20 caps.	11.50	رينوبرو
Sine-up	20 tab.	2.50	سايين أب
Sinutab	16 tab.	6.50	سينوتاب

١- نزلة البرد والانفلونزا

Common Cold & Influenza

R/ Comtrex tab.

قرص ٣ مرات يوميا

R/ Mosedin tab.

قرص مرة واحدة يوميا

R/ Vitacid-C eff.

قرص فوار على نصف كوب ماء مرتين يوميا

R/ Ampiclox 500 Cap.

(للوقاية من الإصابة بميكروب)

كبسول كل ٨ ساعات يوميا

نزلة البرد او "رشح وزكام" والانفلونزا تكون مصحوبة بارتفاع حرارة الجسم وانسداد الانف (احتقان) ورشح والشعور بالتعب ، والانفلونزا سببها الرئيسى هو فيروس الانفلونزا ، واهمال الانفلونزا قد يودى الى الاصابة ببكتيريا الانفلونزا او غيرها التى قد تصيب الجهاز التنفسى وتسبب التهاب الحلق - والاصابة بالانفلونزا يحتاج الى الراحة لعدة ايام وتناول السوائل الدافئة والغنية بفيتامين ج ، وعدوى الانفلونزا قد تستمر لاسبوع او اكثر والادوية المتوفرة هى لعلاج اعراض الانفلونزا وليس الفيروس نفسه وهى عبارة عن مادتين او ثلاثة الاولى مضاد لاحتقان الانف لمنع الرشح وازالة الاحتقان والثانية مضاد للهستامين لان الاصابة بالانفلونزا تسبب خروج مادة الهستامين التى تسبب حكة واحتقان للأنف والمادة الثالثة هى مسكن للآلام وخافض للحرارة .

١-٥ نقط بالفم مرتين يومياً حسب عمر المريض .
 • لمنع العدوى الصدرية اثناء دور البرد يمكن اعطاء مضاد حيوى ١٢٥ مجم ٣ مرات يومياً مثل التى ذكرت مع ادوية الاطفال اعلى .

٢- ما هو الفرق بين نزلات البرد و الأنفلونزا ؟

إن نزلات البرد و الأنفلونزا مرضين مختلفين، تسببهما الفيروسات . فما الفرق ؟

تكون أعراض نزلات البرد خفيفة و لا تسبب الكثير من المشاكل، أما الأنفلونزا فيمكن أن تكون خطيرة و لذلك يجب معرفة الفرق لكي نستطيع أن نعرف كيفية التصرف مع كليهما.

فنزلة البرد غالباً ما تحدث بالتدريج و علي مدى يوم أو اثنين و تبدأ برشح في الأنف و سعال و التهاب بسيط في الحلق. و غالباً بعض السعال الخفيف و ارتفاع طفيف في درجة الحرارة.

أما الأنفلونزا فتضرب بلا هوادة و بسرعة و هو أوضح الفروق. فقد تكون بحالة جيدة في أحد الأيام و في خلال ساعتين أو أكثر تصيبك بكامل أعراضها: فترتفع حرارة الجسم بشدة و تصاب بصداع شديد و آلام مبرحة في عضلات الظهر و الذراعين و الأرجل و سعال شديد.

و بسرعة تشعر بأنك منهك القوي و يستمر الإرهاق و الأعراض لمدة قد تصل إلي أسبوعين بعد زوال باقي الأعراض. و غالباً ما يصاحب ذلك رشح و سعال و عطس و التهاب الحلق.

لمرضى ضغط المرتفع يمكن علاج اعراض البرد باعطاء مضاد للهستامين مثل كلاريتين او فنستيل مع مستحضر يحتوى على فيتامين ج وكالسيوم مثل فيتاسيد كالسيوم ، وفيتامين ج [C] يزيد مناعة الجسم اما الكالسيوم فيساعد فيخفف من الشعور بالآلم والتكسير فى العظام الذى يصاحب ادوار الأنفلونزا. و اذا كانت درجة حرارة الجسم مرتفعة يمكن اعطاء دواء يحتوى على مادة باراسيتامول كمسكن وخافض للحرارة مثل بارامول او ايبمول او بيرال .

• ولان مناعة الجسم تقل اثناء دور البرد فللوقاية من الاصابة بميكروب يمكن اعطاء مضاد حيوى مثل : فلوموكس او امبيكلوكس او فلوكاموكس او اموكلوكس او ميكلوكس ٥٠٠ مجم كل ٨ ساعات ويفضل اعطاء اى من المضادات السابقة عند الشعور بعدوى ميكروبية فى الصدر ويصاحب هذه العدوى كحة خفيفة فى معظم الحالات .

للأطفال : يعطى شراب اكتيفيد ﴿٣.٥﴾ *Actifed* أو بالكيز شراب ﴿٤.٢٥﴾ *Balkis* ملعقة صغيرة ٥ملى صباحاً ومساءً ، وللوقاية من عدوى الجهاز التنفسي بالبكتيريا يعطى فلوموكس او امبيكلوكس او فلوكاموكس او اموكلوكس او ميكلوكس ٢٥٠ او ١٢٥ مجم كل ٨ ساعات .

للرضع : يعطى نقط محلول ملح نقط للأنف *Nasal saline* ونقط للفم رينوستوب ﴿٤.٠٠﴾ ... *Rfinostop*

٣- حساسية الأنف

Allergic Rhinitis

R/ Telfast 120 tab.

قرص مرة واحدة يوميا

في الحالات المزمنة

R/ Flixonase Spray.

بخة للأنف مرة واحدة يوميا لمدة شهر

حساسية الأنف قد تكون مستمرة مع المريض وهي تسمى مزمنة وقد تكون عارضة نتيجة تعرضه لمادة او الياف او غبار وقد تكون موسمية وهي نتيجة وجود بعض الشوائب المتطايرة في الجو مثل حبيبات اللقاح التي تسبب حساسية صدرية او في الأنف لكثيرين ، فبعض الأشخاص لديهم حساسية في فصل الربيع والبعض في فصل الشتاء الخ . وحساسية الأنف غالباً ما تكون مصحوبة برشح واحتقان في الأنف ولا يوجد حتى الان علاج قاطع ونهائي للحساسية الانفية او غيرها من انواع الحساسية الاخرى .

👉 ما معنى احتقان الأنف ؟

👉 احتقان الأنف يحدث اثناء دور البرد او حساسية الأنف وسببه خروج مادة نتيجة تحسس الجسم من شيء ما ، هذه المادة تسمى الهيستامين، وافراز الجسم لهذه المادة يسبب توسع في الاوردة الموجودة في الأنف ، هذا التمدد يسمى احتقان وبسببه ينفذ الماء من داخل الوريد الى خارجه مسبباً الرشح ، وتمدد الاوردة يسبب ضيق في الفتحات الانفية وبالتالي عدم المقدرة على التنفس

ويمكن أن تصاحب الأنفلونزا مضاعفات شديدة. فإذا كنت شاباً و بصحة جيدة فسيزول المرض خلال أسبوع فيما عدا الإرهاق. أما بالنسبة لكبار السن فالأنفلونزا يمكن أن تكون خطيرة و تتطلب اللجوء للطبيب و ينصح باستخدام التطعيم الوقائي منها سنوياً. و علي عكس ما قد يشاع فإن التطعيم لا يمكن أن يتسبب في إصابتك بالأنفلونزا مطلقاً.

👉 ملحوظة علاجية : اذا اردت ان لا يصيبك دور البرد والانفلونزا بشدة والتخلص منه بسرعه فرنجوا منك اتباع الاتي

أ- البدء بعلاج فورى عبارة عن مضاد حيوى مثلا (ادوية تحتوى على ايزرومايسين ٥٠٠مجم - قرص كل ٢٤ ساعة) مع مضاد للرشح للرشح والزكام مثلاً (رينوبرو كل ١٢ ساعة) مع فيتامين ج (سى) اقراص او فوار وذلك فى الحالتين التاليتين

أ- فور شعورك بحسرة في الصدر تستشعر منها بدخول دور برد .

ب- عند احساسك بالم عند البلع او حرقان (شعوطه) فى الحلق .

التأخر فى البدء بالعلاج سوف يكلفك الدخول فى دور برد قد يمتد الى اسبوع او اكثر .

الاطفال : يعطى شراب كلاريتين® (١٢.٠٠) او هستادين® (٢.٦٥) *Histadine* واذا كان هناك رشح يمكن اعطاء اوتريفين اطفال نقط للانف® (٢.٧٥) *Otrivin* او رينكس® (١.٠٠) *Rhinex* او اليادين للاطفال® (٢.٠٠) *Iliadin*.

٤- التهاب الحلق واللوزتين
Throat Infection &
Tonsillitis

R/ Flumox 500 cap.

كبسولة كل ٨ ساعات

R/ Congestal tab.

قرص ٣ مرات يوميا

التهاب الحلق واللوزتين هو نتيجة عدوى ميكروبية سواء كانت بكتيريا او فيروس وارتفاع درجة حرارة الجسم وحيانا الكحة من الادلة على وجود عدوى بكتيرية ، وفحص الطيب عن طريق الفم يبين احمرار والتهاب الحلق (انظر صورة توضيحية رقم ٣٥ في نهاية الكتاب) ، وقد يكون التهاب الحلق مصحوب ببحه واحتقان والم في الحلق عند بلع الماء او الطعام ، وينتشر التهاب الحلق بكثرة في فصل الشتاء وعند تغيير الطقس من فصل الصيف الى الشتاء .

الادوية المقترحة لعلاج التهابات الحلق واللوزتين :

١- للتعلم على التهاب الحلق بسبب العدوى البكتيرية يمكن اعطاء مضاد حيوى واسع المجال مثل اموكسيسيلين ٥٠٠ مجم *Amoxicillin*. وللاطفال ٢٥٠ مجم ، او فلوموكس ٥٠٠ مجم

وهو ما نسميه الزكام ، وكل هذا بسبب مادة الهستامين .

الادوية المقترحة لعلاج الحساسية الانفية :

للبالغين : يعطى قرص واحد يوميا من :

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة في مصر التى تعالج الحساسية :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Allergyl	20 tab.	1.50	الليرجيل
Anallerge-4	20 tab.	2.00	انالرج-٤
Fenistil	20 tab.	3.70	فينستيل
Fenistil-24	10 cap.	12.00	فينستيل - ٢٤
Primalan	14 tab.	5.40	بريمالان
Allergex	20 tab.	1.30	الليرجكس
Avil	10 tab.	1.50	افيل
Cetrak	10Tab.	6.00	سيتراك
Histazine-1	10 tab.	8.20	هستازين-١
Tomazine	10 tab.	8.20	تومازين
Zyrtec	20 tab.	22.00	زيرتك
Histafree	10tab	8.00	هستافرى
Rapido	10 tab.	8.00	راپيدو
Claritine	10 tab.	11.90	كلاريتين
Mosedin	10 tab.	8.00	موسيدين
Evastine	10 tab.	12.00	يفاستين

وفى حالات حساسية الانف المزمنة والتى لا تستجيب للادوية السابقة يمكن يعطى احيانا بخاخ للانف يحتوى على مشتقات الكورتيزون مثل رينوكورت (٤٠٠٠) فليكسونيز® (٢٧.٥٠) *Fluxonase* او. هذه البخاخات فعالة فى منع حساسية الانف ، ولكن يجب ان تستعمل تحت اشراف طبي متواصل نظراً لانها من مشتقات الكورتيزون (انظر معلومات عن الكورتيزون والهيدروكورتيزون ومشتقاتهم فى الفصل الاول)

مرض السل وغيره لا نتعرض لها في هذا الكتاب ، والكحة نتيجة عدوى ميكروبية غالباً ما تكون مصحوبةً بارتفاع في درجة حرارة الجسم ، اما حساسية الصدر فغالباً تكون مصحوبةً بخروج بلغم

الادوية المقترحة لعلاج الكحة :

١ - اذا كانت الكحة جافة يمكن اعطاء ملعقة شراب او قرص من :

الجدول التالي يحتوي على معظم الادوية المتوفرة في مصر التي تعالج الكحة الجافة :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Alveolin	Syrup	9.50	ألفيولين
Coflin	Syrup	2.00	كوفلين
Codipront	Syrup	6.90	كودي بروننت
Paxeladine	Syrup	٥.٠٠	باكسيلادين
Paxeladine	10 caps	8.00	باكسيلادين
Pectipront	Syrup	٨.٦٠	بكتي بروننت
Selgon	20 tab.	1.40	سلجون
Silomat	Syrup	٥.٠٠	سيلومات
Silomat	20 tab.	5.00	سيلومات
Tussapine	١٠ lozenges	٢.٠٠	توسابين إستحلاب
Cough Cut	Syrup	3.5	كف كت
Sinecod	Syrup	4.80	ساينكود
Codaphen	Syrup.	3.15	كودافين
Codilar	Syrup	2.50	كوديلار
Tussilar	10tab.	0.85	توسيلار
Tussilar	Syrup	١.٩٠	توسيلار
Tusscapine	Syrup	2.50	توسكابين

ولاطفال والرضع : للاطفال يمكن اعطاء ملعقة

صغيرة من الادوية السابقة او نقط للاطفال والرضع مثل سيلجون او سيلومات او لبوس

كبسول Flumox ، للاطفال ٢٥٠مجم شراب ، او امبيكلوكس Ampiclox ٥٠٠مجم ، للاطفال ٢٥٠مجم شراب

٢- حتى في التهابات الحلق الفيروسية المصدر يعطى مضاد حيوي لتجنب حدوث التهابات ومضاعفات بكتيرية اخرى ، فالفيروس يضعف من مناعة الجسم فيسبب سهولة في اصابة الجسم بالبكتيريا .

٣- لتخفيف احتقان الحلق يمكن اعطاء الادوية المضادة لاحتقان الانف والتي تستعمل لعلاج نزلات البرد والانفلونزا ، انظر العناوين السابقة في هذا الفصل .

٤- احياناً احتقان الاحبال الصوتية يسبب بحة في الصوت وعدم المقدرة على التكلم بشكل طبيعي ، ويمكن تخفيف ذلك باستنشاق بخار الماء الساخن الموضوع به ملعقة من صبغة الجاوا .

٥ - الكحة و عدوى الصدر Cough and Chest Infection

R/ Bronchophan Syrup.
(كحة ببلغم)
R/ Sinecod Syrup.
(كحة جافة)
ملعقة ٣ مرات يوميا
اذا كانت الكحة مصحوبة بعدوى ميكروبية:
R/ Bactiolor 500 tab.
قرص كل ١٢ ساعة لمدة ٥-١٠ ايام
R/ Quibron (tab. موسع للشعب)
قرص مرتين يوميا

الكحة قد تكون جافة وقد تكون مصحوبة بافرازات وهي قد تكون نتيجة حساسية او عدوى ميكروبية للصدر وهناك اسباب اخرى للكحة مثل

بيسلفون نقط كمذيب للبلغم Bisolovon، او برونكس نقط أو كافسيد لبوس للرضع او لبوس للاطفال .

٤ - اذا كانت الكحة في اي من الثلاث حالات السابقة مصحوبة بعدوى بكتيرية للصدر يعطى مضاد حيوى ٥٠٠ مجم و ٢٥٠ مجم للاطفال و ١٢٥ مجم ملعقة صغيرة ٥ مللى لاقل من عمر ٣ سنوات و ٢٠٥ مللى لاقل من عمر سنة من احد المضادات الاتية:

أموكسيل *Amoxil* - فلوموكس *Flumox*

٦ - الازمة التنفسية وحساسية الصدر
Bronchial Asthma

👉 ما معنى كلبة الازمة التنفسية ، هل هي عدم مقدرة على التنفس؟

☞ نعم هو عدم مقدرة على التنفس نتيجة انقباض الشعب الهوائية ، والشعب الهوائية هي المسئولة عن التنفس واستبدال ثانى اوكسيد الكربون الموجود فى الدم بالاكسجين الداخلى اثناء عملية الشهيق وضيق التنفس الشديد قد يؤدى الى صعوبة شديدة فى التنفس وهو ما نسميه الازمة الصدرية وربما تكون مصحوبة بتراكم المخاط داخل الرئتين وبالتالي يجب فى هذه الحالة اعطاء دواء طارد للبلغم ، مع الادوية التى تعالج الازمة

👉 ماهى الاشياء التى تسبب انقباض الشعب وضيق التنفس؟

☞ لا يوجد شئ محدد يسبب ضيق التنفس ، ولكن قد يصاب شخص بازمة تنفسية شديدة قد تؤدى

شرجى سيلجون او ايوكافول *Eucaphol* او بيرافول .

٢ - اذا كانت جافة ومصحوبة باحتقان ورشم يعطى شراب كوديلار *Codilar* أو اكتيفيد *Actifed*

٣ - اذا كانت الكحة مصحوبة بافرازات (بلغم)

(: يعطى ملعقة ١٥ مللى من احد الادوية الاتية وهى مهدئة للكحة وطاردة للبلغم :

الجدول التالي يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج الكحة المصحوبة ببلغم:

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Actifed exp	Syrup	4.25	أكتيفيد طارد للبلغم
Avipect	Syrup	٣.٢٥	أفيبيكت
Bronchophan	Syrup	3.50	برونكوفين
Expectyl	Syrup	٣.٠٠	إكسبكتيل
Osinox	Syrup	4.00	أوزينكس
Osipect	Syrup	٣.٠٠	أوسبيكت
Tussivan-N	Syrup	3.00	توسيفان-ن
Tusskan	Syrup	4.25	توسكان
Ultrasolv	Syrup	7.00	ألتراسولف
Bro-Zedex	Syrup	٣.٠٠	بروزيدكس
Farcosolvin	syrup	3.50	فاركوسولفين
Farcosolvin	.caps	٥.٥٠	فاركوسولفين
Ventolin Expect.	Syrup	5.00	فنتولين طارد للبلغم
Thymotal	syrup	9.75	ثيموتال
All-Vent	Syrup	4.50	أل-فنت
Pulmocare	Syrup	٣.٧٥	بلموكير
Pulmonal - N	Syrup	3.75	بلمونال-ن
Bronchistal	Syrup	٢.٥٠	برونكيستال

وللاطفال يمكن اعطاء بنيلين شراب اطفال او لأكبر من ٥ سنوات اى من الادوية السابقة ملعقة صغيرة ٣ مرات يومياً وللرضع اقل من عمر سنة

دخول حبوب اللقاح مثلاً مع شهيق الشخص الحساس من هذا النوع من حبوب اللقاح ، يُعتبر جسم غريب بالنسبة لهذا الشخص ، فتثور عليه خلايا دفاعية موجودة في الجسم وتهاجم هذا الجسم وينتج عن ذلك خروج مادة الهستامين وبعض المواد الأخرى هذه المواد هي المسئول الرئيسي عن حدوث الأزمة الصدرية لأنها تسبب انقباض الشعب الهوائية وحدث إفرازات «بلغم» وكلما زاد عدد حبيبات اللقاح المستنشقة كلما زاد إفراز هذه المواد وازداد انقباض الشعب وصعب تنفس الشخص وساعت حالته وتراكم البلغم داخل رئتيه ، ودعت الحاجة الى اسعافه باقصى سرعة وابعاده ان امكن عن مصدر هذه الحساسية .

أذن ماهي الادوية المستعملة لعلاج الأزمة الصدرية ؟

للحالات الشديدة يعطى له اكسجين عن طريق التنفس ويفضل أيضاً موسع للشعب مثل الفنتولين عن طريق التنفس ثم يعطى عدة حقن بالوريد مثل هيدروكورتيزون لآخمد خلايا الدم المسببة للازمة + مضاد للهستامين + كالسيوم بيضاء + مينوفيلين كموسع للشعب الهوائية.

الادوية المقترحة لعلاج الأزمة الصدرية وضيق التنفس :

في حالات ضيق التنفس الشديد ينقل المريض للمستشفى لعمل الاسعافات الأولية واعطائه اكسجين وفنتولين عن طريق التنفس والحقن السابق ذكرها اعلى ، وعند زوال الازمة يمكن اعطائه موسع للشعب الهوائية اقرص او شراب ،

بحياته والسبب ان عنده حساسية من السمك واكل سمك ، بينما اخيه ابن امه وابيه مستعد ان ياكل كيلو سمك ويقول كمان ، والسبب انه لا يوجد عنده حساسية من السمك وهكذا الامر مع الاشياء الأخرى التي تسبب حساسية مثل نوعية الاكل او غبار الجو او الالياف الصناعية او الطبيعية او شعر الحيوانات الاليفة مثل القطط والكلاب او حبيبات اللقاح في مواسم الحصاد او بعض الادوية مثل الاسبرين وغيره ، بل العجيب ان هناك اشخاص يعانون من ضيق التنفس عند بذل اى مجهود مثل التمارين الرياضية ، وعلاج هذه النوعية من المرضى تفادى بذل مجهود شديد واخذ موسع للشعب اذا اضطر الامر لعمل تمارين رياضية .

هناك اشخاص تحدث لهم الحساسية من الاشياء السابقة عن طريق التلامس وتحدث حكة شديدة في الجلد (انظر فصل الامراض الجلدية) .

هل لا يوجد حل نهائى للذين يعانون من حساسية من اشياء معينة ؟

للأسف لا يوجد حل نهائى ، فالذين يعانون من حساسية موسمية من حبوب لقاح لنبات معين لا بد وان يتجنبوا موسم حصاد هذا المحصول ، وهكذا الذين لديهم حساسية من السمك ان يتجنبوا اكل السمك ، وان يتجنب الذين لديهم حساسية من وبر القطط تربية القطط

لماذا يحدث انقباض الشعب والازمة بسبب هذه الاشياء ؟

ان حقنة واحدة منها تعطى فى حالة الازمة الصدرية الشديدة لتخفيف الازمة الصدرية بصورة فورية

٤- كذلك هناك بخاخ عن طريق الفم موسع للشعب ويفضل استعماله لمن يعانون من ضيق مزمن فى التنفس مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Foradil	30 inh. Cap	87.00	فوراديل
Vental	Inhaler	٧.١٠	فنتال
Ventolin	Inhaler	13.00	فنتولين
Metrovent	Inhaler	٢٠.٠٠	متروفنت
Serevent	Inhaler	60.00	سيرفنت
Bricanyl	Inhaler	١٠.٠٠	بريكانييل

ملحوظة : فنتولين فى تركيبه مثل فنتال

٥- كذلك هناك حالات من الازمات الصدرية المزمنة والتي لا تستجيب للدوية السابقة يعطى بخاخ من مشتقات الكورتيزون وهى تعتبر من الاتجاهات الحديثة لمعالجة الازمة الصدرية ، والاعراض الجانبية للكورتيزون ومشتقاته وردت فى الفصل الاول الا ان اعطاه موضعياً عن طريق الفم يمنع بدرجة ملحوظة اعراضه الجانبية على باقى اجزاء الجسم ومن امثلة بخاخات مشتقات الكورتيزون الاتى :

الجدول التالي يحتوى على معظم بخاخات الكورتيزون المتوفرة فى مصر :

وتعطى موسعات الشعب هذه فى حالات ضيق التنفس ، موسعات الشعب مثل :

الدواء	ملاحظات
فنتولين اقراص Ventoline	فنتولين = فاركولين = برونكوفنت
بريكانييل اقراص Bricanyl	بريكانييل مثل ايرونيل
بيرونك اقراص Berotec	
ثيو اس ار ١٠٠ ٣٠٠، ٢٠٠ مجم Theo S.R.	ثيو = كويبرون = افيلونج = امريفيلين = امينوفيلين ثيوفيلين
او اقراص اسامسيد او ايفانول	

وجميع الادوية السابقة موسعة للشعب الهوائية وبالتالي فهى تخفف كثيراً من ضيق التنفس وتعطى راحة سريعة للمريض .

٢- عند زوال ضيق التنفس تماماً يمكن اعطاء دواء يقى من عودة الازمة التنفسية مرة اخرى ، ويجب الاستمرار على هذا الدواء فى حالة احتمال حدوث الازمة فى اى لحظة ، اما اذا كانت ازمة موسمية او عند الذهاب لبلد معين فيمكن اعطاء هذا النوع من الادوية قبل بدء الموسم او قبل الذهاب باسبوع ، الادوية التى تُستخدم للوقاية مثل :

زاديتين اقراص للكبار وشراب للاطفال تعطى جرعة صباحاً ومساءً باستمرار

Zaditen ﴿ زاديتين فى تركيبه مثل : زيلوفين ، الليربان ، كيتوتى ، بروفاليرج ، زيدوتيفن ﴾ .

٣- وبالرغم من الاضرار الكثيرة للكورتيزون ومشتقاته مثل ديكساميثازون وسوليوكورتيف الا

الكورتيزون يجب ان يلزمها اعطاء مضاد حيوى واسع المجال لمنع حدوث عدوى بكتيرية للجسم لانه اثناء تعاطى احد مشتقات الكورتيزون فان مناعة الجسم تكاد تكون صفر «انظر معلومات عن مشتقات الكورتيزون فى الفصل الاول»

الاطفال : يمكن اعطاء ادوية شراب من نفس الاقراص التى وردت مع الكبار اعلى مثل الوبنت شراب *Alupent* وهو دواء موسع للشعب الهوائية كذلك لبوس مينوفيللين وايتافيللين وامريفيللين هي لبوس وشراب موسع للشعب ومنه تركيز للاطفال واخر للكبار .

٧- لحمية الأنف

وهي عبارة عن إنتفاخ الأغشية المخاطية المبطنه للجيوب الانفية خاصة في الجيب النصفوي. وفي اغلب الأحيان تظهر للحمية في تجويفي الانف معاً، ولكن إن وجدت في جانب واحد فقط تكون نوعاً مختلفاً من لحمية الانف أو مرضاً غير حميد، وفي هذه الحالة يجب العرض على الأخصائي

أسباب لحمية الأنف:

قد تكون حساسية الأنف من مسببات هذا المرض، خاصة عند وجود التهابات في الجيوب الأنفية. اما

الاغلب فهي خلقى

أعراض لحمية الأنف:

تتضخم الأغشية المخاطية المبطنه للجيوب الأنفية نظراً لوجود تجمع مائي مما يؤدي الى ظهور اللحمية.

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Becotide	Oral Spray	15.60	بيكوتيد
Clenil fore	Inhaler	٢٦.٠٠	كلينيل فورت
Pulmicort	Turbuhaler	40.00	بلميكورت
Miflonide	Inhaler	٤٥.٠٠	ميفلونيد
Flixotide	Inhaler	32.00	فليكسوتيد
Flixotide Discus	Inhaler	٢٠.٠٠	فليكسوتيد ديسكس
Flixotide Discus	Inhaler	40.00	فليكسوتيد ديسكس
Flixotide Discus	Inhaler	٦٠.٠٠	فليكسوتيد ديسكس
Seretide Discus	Inhaler	120.0	سيريتيد ديسكس
Clenil Comp.	Oral Spray	١٤.٠٠	كلينيل مركب
Vental Comp.	Oral Spray	14.00	فنتال كمبوزيم

ملحوظة :

★ فيركس فى تركيبه مثل بيكوتيد ، بيكلوزون .
★ كلينيل مركب يحتوى على موسع للشعب {Salbutamol} واحدى مشتقات الكورتيزون للشعب {Beclomethasone} .

٦- هناك من يتخلص من الازمة التنفسية لمدة شهر او اكثر بان يعطى حقنة من مشتقات الكورتيزون طويلة المفعول مثل ديبروفوس *Diprofos* او كيناكورت *Kenacort* او ديبوميديرول *Depomedrol* ، وهناك من يعطى اقراص تحتوى على احد مشتقات الكورتيزون مثل بريدينيزولون وهوستاكورتين وكيناكورت . الخ . وهى ايضا لها مفعول سحرى فى علاج جميع انواع الحساسية بما فيها ضيق التنفس ولكن اعطاء حقن او اقراص تحتوى على مشتقات

٨- السل (الدرن)
Tuberculosis

هو مرض مزمن ينتج عن العدوى بجراثيم السل وقد يصيب هذا المرض مختلف أجزاء الجسم وهو يصيب بصورة رئيسية الرئتين.

طرق العدوى

السل مرض معدي. مثل الزكام ، فهو ينتشر خلال الهواء . العدوى الأولى تصيب الأشخاص الغير حائزين على مناعة كافية . تنتقل العدوى من خلال المرضى المصابون بالسل الرئوي فقط . فعندما يقوم الأشخاص المصابون بالسعال ، العطس ، التكلم أو البصق ، يقومون بنشر الجراثيم ، التي تعرف بعصويات السل ، في الهواء . ولكي تتم العدوى يحتاج الشخص السليم أن يستنشق عدد صغير فقط من هذه الجراثيم .

في حالات قليلة تكون العدوى الأولية شديدة وتنتور إلى سل جامح يمكن أن يصيب أمكنة متعددة من الجسم ولكن في أغلب الأحيان يشفي المريض من هذه الإصابة ويتحجر مكانها برواسب كلسية وتبقى الجراثيم محبوسة لمدة طويلة ، وفي حالة ضعف الشخص أو أصيب بمرض سبب له الهزال زالت الرواسب الكلسية ونشطت جراثيم السل من جديد مما يسبب للشخص ما يسمى السل الثانوي ، فيصاب بسعال شديد مزمن وضعف عام ونقص في الوزن وألم في الصدر وأحيانا وجود دم مع البصاق والبلغم . إن لم يتم علاج الشخص المصاب بالسل النشط فإنه يقوم بنشر العدوى إلى ١٠ أو ١٥ شخص سنويا . ولكن ليس بالضرورة أن كل إنسان مصاب بالسل مريضا . فنظام المناعة في الجسم يقوم بتغليف أو تقييد جرثومة السل التي تكون أساسا محمية بمعطف شمعي

وتأخذ للحمية شكل حبيبات العنب، وهي تؤدي إلى إنسداد الانف وضعف حاسة الشم وحدوث ارتشاح مائي من الانف، وقد يكون الإرتشاح مخاطياً، ويكون هذا مصحوب بنوبات عطس وحكة بالانف خصوصاً اذا كان السبب حساسية في الانف.

علاج لحمية الأنف:

يبدأ علاج للحمية باستبعاد اسباب الحساسية اذا كانت معروفة للمريض، أو عمل اختبارات الحساسية اللازمة. أما العلاج الدوائي فيتشابه الى حد كبير مع علاج حساسية الانف وقد يكون ناجحاً في بعض الحالات.

لكن العلاج الأساسي هو التدخل الجراحي لإزالة اللحمية، وإن كان يلزم الإشارة الى أن رجوع لحمية الانف أمر ممكن الحدوث جداً وهذا جزء من طبيعة المرض.

ويكثر إرتداد اللحمية في حالة التدخل الجراحي غير الكافي. أما إذا كان سبب اللحمية هو التهاب في الجيوب الأنفية فالعلاج الأساسي هو التدخل الجراحي ملاحظة: يلزم تجنب التمخط الشديد لأن هذا يساعد على إنتشار الالتهاب في الجيوب الأنفية وللأنسجين خصوصاً اذا كان هناك نزلة برد او التهاب حاد بالانف، واذا لزم الأمر يتم التمخط بهدوء ورفق لكل فتحة للأنف على حدة.

سميك ، وتستطيع أن تبقى خاملة لسنوات. ولهذا فعندما تضعف مناعة الشخص المصاب تصبح فرص ظهور المرض أعظم.

يشخص المريض بواسطة التصوير بالأشعة وبالأعراض المميزة للمرض وكذلك بوجود الجراثيم في البصاق والبلغم عند فحصها بكتيريولوجيا .

العلاج

عندما يتم اكتشاف حالة سل نشطة (بوجود الجرثومة في البلغم) يتم البدء بالعلاج الذي يجب أن يعتمد على أدوية مضادة للسل تعطى بطريقة معينة وجرعات محددة. مدة العلاج تستمر من ٦ إلى ٨ أشهر . أكثر الأدوية المستخدمة لعلاج السل هي أيزونيازيد ، ريفامبيسين *rifampicin* ، بيرازيناميد ، *pyrazinamide* ، سبترتوميسين *streptomycin* ، إيثامبوتول *ethambutol* .

ويجب التنويه بأنه يوجد لهذا المرض لقاح يساعد على الوقاية ، وهو أول لقاح يعطى للأطفال بعد الولادة مباشرة.

الفصل الخامس (الأمراض الجلدية)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- ١- الاكزيما الجلدية
- ٢- الاكزيما المصحوبة بعدوى
- ٣- الصدفية
- ٤- تينيا الجلد
- ٥- حب الشباب
- ٦- خشونة البشرة وتشقق الجلد
- ٧- حروق الشمس والوقاية منها
- ٨- البقع الجلدية والنمش
- ٩- قشر الشعر
- ١٠- سقوط الشعر
- ١١- قمل الرأس
- ١٢- الجرب
- ١٣- الكالو
- ١٤- عين السمكة أو مسمار القدم
- ١٥- حمو النيل
- ١٦- إلتهاب الحفاض فى الأطفال
- ١٧- البهاق
- ١٨- عدوى الأظافر

١- الحساسية الجلدية

R/ Tavegyl tab.

قرص ٣ مرات يوميا

R/ Betnovate cream.

دهان مرتين يوميا

الجلد لمادة ما فيفرز مادة تسمى الهستامين التي تسبب الحكة واحمرار الجلد او تورمه .

﴿ ما هو العلاج المناسب للحساسية الجلدية ؟ ﴾

﴿ العلاج النهائي للحساسية الجلدية هو زوال العامل الخارجى الذى يسببها ، والصعوبة فى هذا الامر انه فى معظم الاحيان لا يعرف ما هو سبب هذه الحساسية او استحالة ازالة السبب كوجود حبوب اللقاح فى الهواء اثناء موسم الحصاد.

﴿ اذن ما هو دور ادوية الحساسية الموجودة فى الصيدليات حاليا ؟ ﴾

﴿ الادوية المتوفرة هى نوعان :-

النوع الاول عبارة عن مضاد لمادة الهستامين سواء كان اقراص او مستحضرات جلدية لكى يوقف الحكة والاحمرار الجلدي والشعور بعدم الراحة.

النوع الثانى : فهو احد مشتقات الكورتيزون وهو ايضا حقن او اقراص للحساسية التي تعم الجسم كله او مستحضرات جلدية للحساسية الموضعية ودور مشتقات الكورتيزون هو تثبيط خلايا الجسم التي تفرز مادة الهستامين وبالتالي راحة سريعة من الحكة ﴿راجع مشتقات الكورتيزون واعراضه الجانبية فى الفصل الاول﴾.

حساسية الجلد نوعان اما موضعية فى منطقة معينة من الجسم مثل اليد او الرجل او حساسية عامة فى شكل حكة او احمرار او كليهما فى جميع انحاء الجسم ، وبالرغم من ان الحساسية الجلدية انواع كثيرة الا ان معظم المستحضرات الجلدية المتوفرة بالاسواق مكونها الرئيسى او احد مكوناتها هو من مشتقات الكورتيزون وبالتالي فان معظم هذه المستحضرات تعالج او تخفف معظم انواع الحساسية الجلدية .

﴿هناك انواع كثيرة من الحساسية الجلدية منها نتيجة تلامس جلد الانسان لاي مادة يتحسس منها الجسم (ويسمى هذا النوع باسم Contact Dermatitis) مثل ملابس تحتوى على الياف صناعية او معدن مثل استيك (سوار) الساعة ، وقد تكون مواد كيميائية او غبار فى الجو او دواء تعاطاه او احد انواع المراهم التي تسبب حساسية موضعية خاصة مستحضرات حب الشباب وفى هذه الاخيرة نقول عنها انها حساسية موضعية ، وفى معظم الاحيان لا يستطيع المريض تحديد ما هو سبب الحساسية ، وكل ما يستطيع ان يقوله انه فجأة بدء يحك فى جسمه او تورمت مناطق معينة فى جلده ، وتحدث الحساسية نتيجة تحسس

٢- يمكن اعطاء مع احد الادوية السابقة احد المستحضرات الجلدية المضادة لمادة الهيستامين مثل:- الليرجيكس كريم (Allergex ١.٣٥) الليرجيكس مثل الليرجيل كريم .

٣- فى الحالات الشديدة من الحساسية الجلدية التى لا تستجيب للمستحضرات الجلدية السابقة ، يعطى فى بعض الحالات مستحضرات تحتوى على مشتقات الكورتيزون بشرط عدم وجود تلوث ميكروبي للمنطقة المصابة وتحت اشراف الطبيب مثل :

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Betnovate	مرهم	4.90	بيتنوفيت
Cutivate	كريم	9.50	كيوتيفيت
Cutivate	مرهم	9.50	
Dermatop	مرهم	8.40	ديرماتوب
Dermatop	كريم	8.40	
Dermovate	كريم	8.40	ديرموفيت
Dermovate	مرهم	8.40	
Diprosone	مرهم	3.00	ديبروزون
Diprosone	كريم	3.00	
Elocon	كريم	18.00	ايلوكون
Elocon	مرهم	18.00	
Elocon	لوسيون	15.00	
Elocortin	لوسيون	14.00	ايلوكورتين
Elocortin	كريم	13.50	
Elocortin	مرهم	13.50	
Eumovate	كريم	6.50	ايموفيت
Eumovate	مرهم	6.50	

ملحوظة: بيتنوفيت فى تركيبه مثل (بيتاميثازون ، بيتاديرم ، بيتافال ، ديبروزون) جميع المستحضرات السابقة من مشتقات الكورتيزون وتختلف عن بعضها فى قوة تأثيرها على الجلد .

الادوية المقترحة لعلاج الحساسية الجلدية :

(هذه الادوية تعالج الحساسية الغير مصحوبة بعدوى ميكروبية ، علاج الحساسية المصحوبة بعدوى ميكروبية سيرد شرحه فى الصفحة التالية)

للبالغين : ١- يمكن اعطاء اقراص لمادة الهيستامين تستعمل مرة واحدة يومياً ولا تسبب النعاس مثل :

اسم الدواء	الشكل	السعر	الدواء
Claritine	10 tab.	11.90	كلاريتين
Claritine	Syrup	12.00	كلاريتين
Lorano	20 tab.	19.00	لورانو
Loratan	10tab.	8.85	لوراتان
Loratan	Syrup	8.00	لوراتان
Loratin	10tab.	15.50	لوراتين
Loratadine	10 tab.	8.25	لوراتادين
Mosedin	10 tab.	8.00	موسيدين
Mosedin	Syrup	6.50	موسيدين

الادوية الاتية مضادة للهيستامين ولكن قد تسبب النعاس وتُستعمل ٢-٣ مرات يومياً ويفضل عدم قيادة سيارات اثناء استعمالها مثل :

اسم الدواء	الشكل	السعر	الدواء
Allergex	20 tab.	١.٣٠	الليرجكس
Allergex	Syrup	١.٥٥	الليرجكس
Avil	10 tab.	١.٥٠	افيل
Avil	Syrup	١.٦٥	أفيل
Avil	3Amp.	٦.٠٠	أفيل
Tavegyl	10 tab.	٤.٧٠	تافيجيل
Tavegyl	Syrup	٤.٠٥	تافيجيل
Tavegyl	3Amp.	٤.٨٠	تافيجيل

٢ - الإكزيما المصحوبة بعدوى
ميكروبية
Allergic dermatitis

R/ Quadriderm Cream

دهان ٣ مرات يوميا

R/ Duricef 500 cap

كبسولة كل ٨ ساعات

وهى عبارة عن حساسية جلدية مثل السابق ذكرها مصحوبة بعدوى ميكروبية مثل البكتيريا او الفطريات (انظر مسودة توصية رقمية رقم ٢٢ فى نهائية الكتاب) «الحكة بين الافخاذ او تحت الابط او التهابات الحفاض عند الرضع قد تكون هذه الاعراض مصحوبة او غير مصحوبة بعدوى» وتستعمل المستحضرات الجلدية التالية تحت اشراف طبي ، والمستحضرات الجلدية الشائعة لعلاجها عبارة عن احد مشتقات الكورتيزون مع مضاد ميكروبي او اكثر «مضاد للبكتيريا و/او مضاد للفطريات»

**المستحضرات التى تعالج الحساسية
المصحوبة بعدوى ميكروبية:**

(انظر الفارق بين الكريم والمرعى الفصل الاول)

١- مستحضرات تحتوى على احد مشتقات الكورتيزون مع مضاد بكتيري وتستعمل فى حالات الحساسية المصحوبة بعدوى بكتيرية مثل

يستعمل الكريم لمناطق الحساسية الدهنية والرطبة والمرهم للجافة.

ملحوظة : الحساسية الجلدية التى تصيب فروة الراس والغير مصحوبة بتلوث ميكروبي يمكن ان يعطى لها احد المستحضرات السابقة فى صورة محلول لان المراهم والكريم يصعب وضعها على فروة الراس هذه المحاليل مثل ايلوكون Elocon او محلول بيتنوفيت

الحمل والارضاع : يحذر استعمال مستحضرات الحساسية اثناء فترتى الحمل والارضاع وخاصة التى تحتوى على احد مشتقات الكورتيزون ، يمكن استعمال مستحضرات ليس لها تأثير على الحمل مثل لوسيون كلامينا كدهان خارجي .

للاطفال ١- يمكن اعطاء شراب مضاد للهستامين من نفس الاقراص التى وردت لعلاج حساسية الكبار .

٢- كذلك يمكن اعطاء احد المستحضرات التى تحتوى على مشتقات الكورتيزون التى وردت مع الكبار اعلى ولكن تحت اشراف طبي كامل نظراً للاعراض الجانبية لهذه المستحضرات «انظر معلومات عن الكورتيزون ومشتقاته فى الفصل الاول صفحة ١٢»

٣- الصدفية Psoriasis

R/ Diprosalic Cream

دهان مرتين يوميا

R/ Claritine tab

قرص مرة واحدة مساء

ما هي الصدفية ؟

هي بقع حمراء و جافة كبيرة الحجم مكسوة بقشر كثيف فضي تصيب الجلد و تكثر البقع في الرأس و الرقبة و على القدمين و اليدين و الأظافر و أسفل الظهر (أنظر الصور رقم ٢ ، ٢ مكرر ، ٣ مكرر ، ٤ في نهاية الكتاب) و القشر الفضى يتساقط بإستمرار و اذا حكنا أى بقعة مرات متعاقبة فإن الدم ينفجر من هذه النقطة وقد يصحب هذا المرض هرش أو حكة جلدية ... و رغم أن المرض مزمن و يستمر مدة طويلة الا أنه قد يخفى بدون علاج لمدة كبيرة و لو أنه يعود ثانية بعد ذلك .

ما هو العلاج ؟

* فى الحالات الخفيفة يمكن استعمال مستحضرات موضعية تحتوى على كورتيزون

مثل

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
BetnovateN	Cr /Oint.	5.10	بتنوفيت-ن
Dermocort	Cream	3.50	درموكورت
Futasone	Cream	8.00	فيوتازون
Fucicort	Cream	11.00	فيوسيكورت
Fusi-zon	Cream	6.00	فيوسى-زون
Fucisone-M	Cream	6.00	فيوسى-زون-ام
Terracortril	Oint.	2.00	تيراكورتيل

٢- مستحضرات تحتوى على احد مشتقات

الكورتيزون مع مضاد فطري وتستعمل فى حالة العدوى الفطرية المصحوبة بحكة جلدية مثل :

دكتا-اكورت ﴿٨.٠٠﴾ Daklacort

ديرموكورت ﴿٣.٥٠﴾ Dermocort

٣- مستحضرات تحتوى على احد مشتقات

الكورتيزون مع مضاد بكتيري و فطري وهى

تستعمل عندما تكون الحكة او الحساسية مصحوبة بعدوى مختلطة او غير معروفة اذا كانت بكتيريا او فطريات مثل :

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Kenacomb	Cream	6.00	كيناكومب
Kenacomb	Oint.	٦.٠٠	كيناكومب
Mixderm	Cream	4.50	ميكسدرم
Nystaform	Oint	٢.١٠	نيستافورم
Pandermal	Cream	5.50	بانديرمال
Polyderm	Cream	٤.٥٠	بولى ديرم
Quadrierm	Cream	4.50	كوادريرم
Top-4	Cream	٤.٥٠	توب-٤
Triderm	Cream	6.00	ترايدررم

٤- التينيا Tinea

R/ Sulphur Soap

الإستحمام بصابونة كبريت

R/ Tincture Iodine

دهان مرتين يوميا

R/ Lamisil cream

دهان مرتين يوميا

R/ Flucoral 150 cap

كبسولة كل أسبوع لمدة ٤ أسابيع
ملحوظة : يجب على الملابس الداخلية و عدم استعمال أدوات الآخرين .

التينيا الجلدية عبارة عن بقع كثيرة ومتجاورة تظهر في الجلد أحيانا تكون مصحوبة بحكة جلدية وهي نوع من الفطريات المعدية ومعظم مصادر العدوى تأتي نتيجة ارتداء ملابس شخص مصاب بالتينيا ، وهناك اصابة شائعة نتيجة وضع الحلاق لقوطة على جلد شخص مصاب بالتينيا ثم نقلها بعد ذلك دون اكتراث على شخص سليم ، والاماكن الشائعة لظهور التينيا الجلدية هي منطقة الرقبة والكتفين والصدر (أنظر الصور رقم ٢،٢،١ مكرر في نهاية الكتاب) وكما اسرع الشخص المصاب في علاج نفسه من هذا الداء كلما كان ذلك افضل لان هذه العدوى قد تنتشر في الجسم كله ويصبح صعب علاجها .

الادوية المقترحة لعلاج التينيا :

١- يمكن اعطاء اقراص عن طريق الفم مثل:

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Betaderm	.Cr/ Oint	٢.٥٠	بيتاديرم
Betamethasone	Cream	3.00	بيتاميثازون
Beta-val	.Cr/ Oint	٢.٠٠	بيتا-فال
Betnovate	Cr/Oint	4.90	بتنوفيت
Cutivate	.Cr/ Oint	٩.٥٠	كيوتيفيت
Dermatop	Cr/ Oint.	8.40	ديرماتوب
Dermovate	.Cr/ Oint	٨.٤٠	ديرموفيت
Diprosone	Cr/ Oint.	3.00	ديبروزون
Elocon	.Cr/ Oint	١٨.٠٠	إيلوكون
Eumovate	Cr/ Oint.	6.50	إيموفيت
Hydrocortisone	Cream	٥.٥٠	هيدروكورتيزون
Hydrocortisone	Oint.	2.40	هيدروكورتيزون
Locacorten	Cream & Oint.	٤.٢٥	لوكالكورتين
Micort	Cream	2.75	ميكورت
Perderm	.Cream /Oint	٣.٩٠	بيرديرم
Sicortin	Cream	5.10	سيكورتين

* في الحالات التي تحتوى على حراشيف سميكة يجب استعمال مستحضرات موضعية تحتوى على مادة Keratolytic مثل ساليسيليك أسيد *Salicylic Acid* مع كورتيزون مثل :

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Diprosalic	Cream	4.60	ديبروساليك
Locasalen	Oint	٤.٢٥	لوكاسالين

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Candistan	Cream	1.65	كانديستان
Candistan	Spray	٣.١٥	كانديستان
Canesten	Cream	3.00	كانستن
Closol	spray	٦.٥٠	كلوسول
Dermatin	Cream	1.20	ديرماتين
Dermatin Cort	Cream	٤.٠٠	ديرماتين كورت
Locasten	Cream	4.00	لوكاستن
Lotriderm	Cream	٤.٥٠	لوتريدم
Fungryl	Cream	3.50	فنجريل
Pevisone	Cream	٥.٥٠	بفيزون
Curazole	Cream	5.00	كيورازول
Nizoral	Cream	٦.٣٠	نيزورال
Ketoderm	Cream	5.00	كيتوديرم
Zakan	Cream	٥.٠٠	زاكان
Daktarin	Cream	5.50	دكتارين
Miconaz	Cream	٢.٨٠	ميكوناز
Micoban	Cream	4.70	ميكوبان

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Dermozol cort	Cream	٥.٠٠	ديرموزول كورت
Lamisil	Cream	15.00	لاميزيل
Fungiban	Gel	٨.٠٠	فنجيبان
Topzol	Cream	6.00	توبزول
Tiocon	Cream	٦.٠٠	تيوكون
Trosyd	Cream	6.60	تروسيد
Batrafen	Cream	٥.٠٠	باترافين
Dermofix	Cream	15.00	ديرموفيكس
Exodril	Cream	٨.٥٠	إكسودريل
Mycospor	Cream	13.00	ميكوسبور
Tineacure	Cream	١.٣٥	تينياكيور

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Alkanazole	1 Cap	14.70	ألكانازول
Diflucan	caps ١	٢٤.٥٠	ديفلوكان
Diflucan	7 caps	68.00	ديفلوكان
Flucoral	Cap ٢	١٤.٦٠	فلوكورال
Fungican	1 Cap	10.00	فنجيكان
Triconal	Cap ١	١٤.٧٠	تريكونال
Treflucan	1 Cap	8.00	تريفلوكان
Fulvin	tab ٢٠	٣.٢٠	فولفين
Ultragriseoful vin	20 tab	3.50	ألتراجريزوفولفين
Ultragriseofulvin	Susp	٤.٥٠	ألتراجريزوفولفين
Itracon	4 caps.	19.00	إتراكون
Itranox	.caps ٤	١٦.٠٠	إترانوكس
Itranox	15 caps.	48.00	إترانوكس
Itrapex	cap ٤	١٦.٠٠	إترابكس
Itrapex	15cap	60.00	إترابكس
Sporanox	Cap ٤	٥٢.٠٠	سبورانوكس
Fungizole	7 Cap	22.00	فنجيزول
Kizol	tab ١٠	١٨.٠٠	كيزول

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Nizoral	10 tab	33.90	نيزورال
Lamisil	tab ٧	٤٧.٠٠	لاميزيل
Lamisil	7 tab	27.00	لاميزيل
Terbin	Tab ٧	٢٦.٠٠	تربين

- نيزورال مثل « كيتوكونازول ، كيزول ، كيتوزول ، فنجيزول » .

- سبورانوكس مثل إترابكس- ديفلوكان مثل « الكانازول ، تريكونال ، فلوكورال » ٢- ويستعمل معها مستحضرات جلدية مثل **الجدول التالي يشمل المستحضرات الموضعية المتوفرة في مصر لعلاج التينيا الجلدية**

٣- يمكن غسل المنطقة المصابة بصابون كبريت قبل الدهان حيث ان صابون الكبريت له مفعول مضاد للتينيا .

٤- تغيير الملابس الداخلية خاصة يومياً وعلوها يساهم في عدم انتشار التينيا في باقى اجزاء الجسم وسرعة العلاج .

٥- حب الشباب
Acne
Vulgaris

R/salicylic acid soap. غسيل للوجه

ثم كريم لتفتيح البشرة وفتح الحبوب و السماح للمضاد
الحيوي ان يدخل داخل الحبوب مثل

R / Acne free cream

دهان مرتين يوميا مع عدم التعرض للشمس

R/ Akneroxid cream

دهان بعد أكنى فرى

R/ Vibramycin cap.

كبسولة كل ١٢ ساعة

R/ Vit A 2500 I.U tab.

قرص مرة واحدة يوميا

حب الشباب من اسمه يظهر في فترة المراهقة والشباب نتيجة التغيرات الهرمونية داخل الجسم في هذه المرحلة ومعظم هذه الحالات تختفى بعد تجاوز فترة المراهقة ، وكثير من حالات حب الشباب تكون مصحوبة ببكتريا وبالتالي يتكون صديد داخل الحب لذلك هناك العديد من مستحضرات حب الشباب تحتوى على مضاد حيوي .

(أنظر الصور رقم ٥ ، ٦ في نهاية الكتاب)

كيف يتكون حب الشباب ؟

عند سن البلوغ تبدأ الغدد الجنسية فى نشاطها فتفرز هرمونات مثل هرمون الأندروجين الذى يزيد نشاط الغدد الدهنية بالجلد ويساعد هذا كثرة تناول الاغذية الدهنية وكثرة وضع الكريمات على الجلد وعدم الاعتناء بنظافة البشرة .. والنتيجة هى ان الغدد الدهنية تصبح مكتظة بهذا الافراز الدهنى ونظرا لضيق قنوات هذه الغدد

تينيا القدم *Tinea pedis* : وهى فطريات

تتم بين اصابع القدم وتسبب روائح كريهة وحكة وهى تأتى نتيجة اهمال التنظيف اليومي لبين الاصابع واهمالها يسبب تأكل فى الجلد بين الاصابع (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٢ فى نهاية الكتاب)

كما تنظيف بين اصابع القدم وتجفيفها وتغيير الجوارب يوميا يحمى من عدوى تينيا القدم.

الادوية المقترحة لعلاج تينيا القدم :

يستعمل لبين الاصابع بودرة او نقط مضادة للفطريات مثل :-

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Candistan	Powder & Solution	كانديستان
Canesten	Solution	كانستن محلول
Dermatin	Solution & Powder	ديرماتن
Locasten	solution	لوكاستن محلول
Lamisil	Spray	لاميزيل سبراى
Trosyd	Solution & Powder	تروسيد
Batrafen	Solution	باترافين
Dermofix	Powder	ديرموفيكس بودرة
Neo-Fungicil	Powder	نيوفنجيسيل بودرة
Miconaz	Powder	ميكوناز بودرة

الشباب بزوال الحكة الجلدية وهو لا يدري ان فى ذلك انتشار للمشكلة من غدة الى اخرى..ويجب حصر هذه المرحلة باتباع ما سبق من تنظيف الوجه وعدم تناول المواد الدهنية وعدم وضع اى كريمات وعمل كمادات ماء ساخن او تعرض الوجه لبخار ماء يحتوى على ٥٠ % كحول لمدة ٥ - ١٠ دقائق مع حماية العينين والانف والفم للتخلص من الافراز الدهنى بالغدد الدهنية وما تحويه من صديد مع مراعاة عدم الضغط عليها...ونضيف الى ذلك استخدام مستحضرات او كبسولات مضادة للبكتيريا كما سيرد لاحقا .

وحتى يقى الشباب نفسه من عواقب حب الشباب فلا بد من حصر المشكلة فى مرحلتها الاولى او حتى عند المرحلة الثانية حتى لا تصل الى المرحلة الثالثة وهى حدوث غلق كامل للغدد الدهنية على ما تحويه من افرازات وصديد وبكتيريا..وبالتالى عدم توصيل العلاج من الخارج مسببا حدوث ندب فى الوجه قد تتواجد لفترة طويلة جدا.

يجب عدم دعك او الضغط على حب الشباب بغرض اخراج ما بداخله لان هذا التصرف يزيد من انتشارها وتلوثها بالميكروبات ، كذلك قد يترك اثر فى الجلد فيما بعد ، ويمكن بدلاً من ذلك تدليك اماكن الحبوب بصابون كبريت او «صابون حب الشباب».

الادوية المقترحة لعلاج حب الشباب:

علاج حب الشباب يحتاج فى معظم الحالات لفترة طويلة من العلاج ،قد تمتد الى عدة اسابيع او

وعدم قدرة فوهتها الخارجية على التخلص من هذا الافراز الزائد عن الحد.. فان الافراز يتجمع عند الفوهة على شكل بثور صفراء ونشبه هذا بيباب المدرسة الذى يسمح لعدد محدود من الطلبة بالخروج وعليه فان المنطقة المجاورة للباب تتصف بزيادة عدد الطلبة.. وقد تتفاقم المشكلة بانسداد الفوهة الخارجية للغدد الدهنية بسبب تراكم بعض القشور الجلدية

ويمكن حصر المشكلة عند هذه المرحلة بالتخلص من هذا الافراز الزائد باتباع الاتى

١- غسل الوجه بالماء والصابون عدة مرات يوميا .

٢ - تقليل تناول المواد الدهنية .

٣ - عدم وضع اى كريمات على الجلد.

٤ - التقليل من وضع المساحيق على البثور .

٥ - عمل كمادات قطن مبلل بماء ساخن ووضعها على البثور اكثر من مرة مع عدم الضغط على البثور .

٦ - تعريض البثور لحمام مائى او لبخار كحول بشرط عدم التعرض لبقية الوجه .

وقد تتفاقم المشكلة وتتطور الى مرحلة اصعب من المرحلة السابقة وهى مرحلة حدوث التهابات جلدية عن طريق تلوث حبوب الشباب ببكتيريا تنمو على الافراز الدهنى ثم تتخلله الى داخل الغدد الدهنية وينتج عن ذلك وجود مواد ملهبة للبشرة..وتتجول البثور الصفراء الى اللون المائل للحمرة..ونتيجة وجود المواد الملهبة يشعر الشاب بحكة جلدية فيضغط على الحبوب فيخرج الافراز الدهنى والمواد الملهبة من داخل الغدد.. فيشعر

عند استعمال المستحضرات الاتية قد يحدث احمرار للوجه وتقرح للجلد وهذا يدل على مفعول المستحضر العلاجي ولا يعتبر حساسية في الجلد الا اذا كان الاحمرار شديد ولا يحتمل ، كذلك يجب عدم التعرض للشمس بعد استعمال هذه المستحضرات والافضل استعمالها مساءً

«ايودينا كريم او جيل» (3.30) Eudyna ،
«ايودينا مثل» (ريتن ايه كريم او جل Retin-A ،
«اكنى فرى»

«سكينورين كريم» (35.50) Skinoren ،
«سكينورين مثل ايزالك كريم

اعطاء مضاد حيوى فى حالات عدوى حب الشباب بالبكتيريا ، فى هذه الحالة يخرج الصديد من داخل حبوب الشباب ، ومجموعة المضادات المناسبة لهذه الحالة هى مجموعة التتراسيكلين ، فيمكن اعطاء كبسولة واحدة يومياً من اى دواء يحتوى على «دوكسى سيكلين او مينو سيكلين» كعلاج اساسى مع المستحضرات الجلدية السابق ذكرها.

٦ - خشونة الجلد وتشقق الكعبين

عند خشونة البشرة تحدث دائماً فى فصل الشتاء ، وكثرة تعرض بشرة سيدات المنزل للماء والهواء قد يزيد من الامر سوءً فيحدث تشقق للجلد خاصة فى منطقة الكعبين ،
ولعلاج هذه الحالة يمكن استخدام :

اشهر . ويعتمد علاجه على مستحضرات تزيل الدهون من البشرة واخرى مضادة للميكروب المسبب لتلوث حبوب الشباب واخرى لتقشير الوجه لنزع الطبقات الميتة من الجلد . **والعلاج يعتمد على احد او كل الطرق الاتية :-**

« يجب دهن اى مستحضر لحب الشباب مساءً او صباحاً مع عدم التعرض للشمس ، لان معظم المواد التى تدخل فى علاج حب الشباب قد تسبب تهيج واحمرار للوجه اذا تعرض بعد دهنها للشمس .

١- غسيل الوجه بصابونة خاصة بحب السباب ، وهى تساعد على ازالة الدهون المتراكمة والتى تسبب انسداد مسامات البشرة وظهور الحبوب

٢- دهان الوجه بمستحضر يحتوى على **مضاد حيوى** خاص بالبكتيريا المسببة لتقشير حبوب الشباب مثل :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Akne-mycin	Lotion	7.00	أكنى مايسين
Akne-mycin	Oint.	2.25	أكنى مايسين
Acne-Biotic	Lotion	6.65	أكنى بيوتك
Benzamycin	Gel	25.00	بنزاميسين
Akneroxide	Gel	2.25	اكنروكسيد
Panoxyl - 5	Gel	6.50	بانوكسيل-٥

« وهناك تركيبات تحتوى على **مضاد بكتيرى** مع **اسيتات زنك** وهى مادة قابضة ومطهرة مثل :-

«زنكوميسين لوسيون Zincomycin
٣- مستحضرات تعمل على تقشير الجلد الميت فتساعد على ازالة حب الشباب مثل :-

٧- حروق الشمس والوقاية منها

تُعتبر اشعة الشمس هامة جداً للجسم البشرى ، والتمتع بها بالطريقة الصحيحة من الاشياء الضرورية ، وعلى النقيض التعرض الزائد لاشعة الشمس يمكن ان يسبب اضراراً كثيرة للبشرة مثل حروق الشمس وتجعد الجلد وشيخوخته .

❗ من يستطيع تحمل اشعة الشمس وما الفترة المناسبة للتعرض ؟

☞ كلما كانت بشرة الشخص اكثر اسمراراً فهذا يعنى ان كمية الميلانين الموجودة فى بشرته اكثر وهو اكثر تحمل لاشعة الشمس من الشخص الابيض ، ويجب على كل حال تجنب التعرض للشمس فترات طويلة خاصة وقت الظهيرة حيث تعرض البشرة لاشعة الشمس القوية اكثر ضرراً من الاشعة الخفيفة .

❗ هل هناك فرق بين منتجات الحماية من اشعة الشمس ؟

☞ المستحضرات الجلدية المقاومة لاشعة الشمس تحمى جميعها من اشعة الشمس فوق البنفسجية التى تسبب اضراراً بالبشرة مثل نوع اية و بى $UVB + UVA$ ، ويكتب على كل مستحضر رقم يدل على درجة الحماية التى يعطيها فهناك مثلاً مستحضر وقاية رقم ٤ ، ٧ ، ١٢ ، ١٨ ، ٢٧ ، ٤٦ . والمستحضر رقم ٤ يعنى زيادة تحمل البشرة اربعة اضعاف البشرة العادية ، بينما رقم ٤٦ فانه يحمى من ضرر اشعة الشمس ٤٦ مرة تحمل البشرة العادية .

☞ ويجب ان توضع هذه المستحضرات قبل التعرض للشمس بربع ساعة على الاقل، كما يجب

١- جلسرين سائل ، تدهن به البشرة مرتين يومياً ، والجلسرين يمتص الرطوبة من الجو فيحافظ على نداوة البشرة وعدم جفافها او تشققها .

☞ويمكن استخدام كريمات تحتوى على الجلسرين مثل ايفا بالجلسرين او جليسوليد الخ ☞

٢- استخدام مواد مرطبة للبشرة تحتوى على الفازلين او غيره مثل ☞الفازلين او نيفيا او كريم كاميل او دوف الخ ☞

٣- وفي حالة تشقق الجلد هناك مراهم تساعد على التئام الجلد مثل بانثينول ، ويستعمل لجنوبانتين اذا كان التشقق مصحوب بالحم ، وكذلك مرهم سولوكوسيريل يساعد على التئام التشققات الجلدية

وقد ينصح بعض الأطباء بتركيبة تتكون من مزج كريم مثل بانثينول مع كريم كارباميد ثم يستعمل هذا المزيج للتشققات

تشقق حلمة الثدي : تحدث نتيجة تعرض الحلمة للرطوبة والبرد المستمر ، خاصة اثناء الرضاعة وفى فصل الشتاء ، ويفضل عدم الرضاعة مباشرة من الحلمة حتى تلتئم الحلمة و يمكن استعمال غطاء للحلمة به ثقب للرضاعة حتى تلتئم الحلمة ، ويمكن دهان الحلمة بمرهم سولوكوسيريل او بانثينول او موزر نبل كريم ☞(١٨.٩٠) Mother Nipple cream ٣ مرات يومياً بعد الارضاع ، وتُمسح بمنديل قبل الارضاع مرة اخرى

تظهر فى الوجه وباقى جلد الجسم اثناء الحمل وتختفى تلقائياً بعد الولادة ، وايضاً هناك بقع نتيجة التقدم فى العمر ، كذلك بعض الاشخاص لديهم حساسية جلدية من التعرض للشمس بكثرة وتظهر هذه الحساسية فى صورة بقع او نمش فى الوجه

الادوية المقترحة لعلاج البقع الجلدية والنمش

1- هناك مستحضرات تجميل تحتوى على مواد تساعد على ازالة النمش والكلف مثل كريم فيد اوت ، كريم سبوتلس ايفا ، وكريم فيراندلوفلى وكريم حواء وكريم ايدىال ، استعمال اى من المنتجات السابقة ولعدة اسابيع يساعد على ازالة النمش والكلف ، ومن المفضل استعمال صابونة خاصة بالبقع والنمش مثل صابونة كلين اند كلير او كليراسيل او سبوتلس ايفا كذلك بها اليشرة قليلاً ثم تشطف البشرة بالماء وتجفف ثم يدهن الكريم .

2- هناك مستحضرات تحتوى على مادة تسمى الهيدروكينون وهى تزيل صبغة البشرة الطبيعية وبالتالي اى نمش او كلف وهى ايضاً تبيض البشرة بسبب ازلتها لصبغة البشرة ، ولكن يحزر استعمالها اثناء فترة الحمل .مثال لهذه المستحضرات:

الجدول التالى يشمل المستحضرات الموضعية المتوفرة فى مصر لعلاج النمش وتفتيح لون البشرة

عدم تعرض لاشعة الشمس فترات طويلة اثناء فترة الظهيرة حتى عند وضع مستحضرات الحماية ، خاصة للاشخاص الذين لم يتعودوا التعرض للشمس لفترات طويلة والاطفال .

اسماء مستحضرات الوقاية من اشعة الشمس :

الجدول التالى يشمل المستحضرات الموضعية المتوفرة فى مصر التى تحمى من اشعة الشمس :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Liza SunScreen	Cream	20.00	ليزا
Luna 7	Lotion	٣٤.٧٥	لونا
Luna 18	Lotion	34.50	
Luna 27	Lotion	٣٧.٥٠	
Luna 35	Lotion	30.00	
Nivea 4	Lotion	21.00	نيفيا لوسيون
Nivea 6	Lotion	٢٤.٠٠	
Nivea 12	Lotion	20.00	
Mash sun block 45	Lotion	٣٢.٠٠	ماش
PreSun 46	Cream	55.00	برى من
Luna Sunshine SPF20	Lotion	٢٠.٧٥	لونا من شابين
Solarine 16	Lotion	18.00	سولارين
Solarine 32	Lotion	٢٨.٠٠	
Spectropan 55	Lotion	38.00	سبكتروبان
Spectropan Plus	Cream	٦٢.٠٠	سبكتروبان بلس

٨- البقع الجلدية والنمش Skin spots & Pigments

قد يكون سبب البقع الجلدية او النمش فى الجلد وراثى او فى فترة معينة من العمر نتيجة التغيرات الهرمونية وهناك ايضاً بعض البقع التى

كيف يتكون قشر الشعر؟

يصاب العديد من البشر بقشر الشعر (أنظر الصورة رقم ٧ في نهاية الكتاب) .. ولا يمكن اعتبار قشر الشعر مرضاً في حد ذاته ولكن ينتج من الاختلاف في الظروف الجوية من الحرارة الى البرودة .. حيث تعمل فروة الرأس على سرعة النمو وإنتاج كميات أكثر من الخلايا الحشوية التي تعمل كعازل حراري على فروة الرأس حتى تقي المخ من هذا الانخفاض في درجة الحرارة أي ان قشر الشعر ما هو الا دفاع ذاتي من الجسم لدى اشخاص معينين و غالباً ما تكون هذه القشور مع بداية تكوينها صغيرة الحجم ولا ترى بالعين المجردة ولا تمثل أي مشكلة جمالية الا ان نمو بعض الخمائر او الفطريات على هذا القشر الدقيق الحجم يعمل على تلاحقه حيث يصل الى الحجم المرئي ويكون حينئذ خفيف الوزن بحيث يطفو على سطح الشعر و يتناثر وقت التمشيط على الكتفين وحينما تكون البشرة من النوع الدهني أي لها قدرة أكثر على الإفرازات الدهنية فان القشر يلتصق بهذا الإفراز المتواجد على فروة الرأس حيث يسبب الحكة الجلدية كما ان تعرض فروة الرأس لابخرة بعض الكيماويات او لعناصر تلوث البيئة او تناول بعض الأطعمة بل والأدوية يمكن ان تكون عوامل مساعدة .

ما هو العلاج؟

يتعامل المصابين بالقشر مع المشكلة بطريقة خاطئة إذ ان العلاج السليم يستلزم دوام العلاج لأنه لا يوجد حل جذري او نهائي لهذه المشكلة

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Beauti-Gel	Gel	4.00	بيوتي جيل
Derma White	cream	٢٦.٧٥	ديرما وايت
Eldoquin	Cream	25.00	الدوكين
Eldoquin forte	Cream	٤١.٠٠	
Face off	cream	22.50	فيس اوف
Fade out	Cream	٤١.٩٠	فيد اوت
Fade out	Cream	41.90	
Quinol	Cream	٨.٠٠	كوينول
Shade Out eye	cream	13.75	شاد اوت كريم تحت العين
SkinMix	Cream	٣٧.٥٠	سكن ميكس
Spotles-eva	Cream	7.00	سبوتلس ايفا
Tritospot	Cream	٥.٠٠	تريتوسبوت

وللأشخاص الذين يعانون من بقع او نمش بالوجه نتيجة تعرضهم للشمس يفضل استعمال احد المستحضرات السابقة مع واقى ضد اشعة الشمس قبل تعرضهم للشمس مثل زيت نيفيا الواقى من اشعة الشمس ، او يستعملون الدوباك ٤% (٥٠.٠٠) وهو عبارة عن مبيض مع واقى من اشعة الشمس ، وكذلك فير اند لوفلى *Fair and Lovely* فهو مبيض مع واقى من اشعة الشمس .

٩- قشر الشعر Dandruff

R/ Nizoral Shampoo.

تدليك كمية قليلة منها في الشعر المبتل بالماء لمدة ٥ دقائق ثم يشطف بعدها الشعر جيداً بالماء وتستعمل يومياً حتى تزول القشرة ثم مرة او مرتين اسبوعياً باستمرار .

بقليل من الشامبو مع الماء لمدة ٥ دقائق ثم يشطف الشعر بالماء .

« كذلك مادة الكيتوكونازول المضادة للفطريات الجلدية فهي تُستعمل في صورة شامبو للقضاء على القشرة ، وتعطي نتائج ممتازة ، ومثال للمستحضرات المحتوية على

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Curazole-H	Shampoo	كبيورازول-هـ
Nizapex	Shampoo	نيزابكس
Nizoral	Shampoo	نيزورال
Zakan	Shampoo	زاكان
Seboral	Shampoo	سيبورال

« تستعمل اى من المستحضرات السابقة بتدليك كمية قليلة منها في الشعر المبتل بالماء لمدة ٥ دقائق ثم يشطف بعدها الشعر جيداً بالماء وتستعمل يومياً حتى تزول القشرة ثم مرة او مرتين اسبوعياً باستمرار .

١٠- سقوط الشعر والصلع Hair Falling and Alopecia

R/ Hair Stabil Shampoo.

غسل الشعر بالشامبو ثم يجفف الشعر جيداً

R/ Magic oil .

دهان للشعر بعد غسله بالشامبو

R/ Pantogar cap.

كبسولة ٣ مرات يومياً

في حالة السقوط الشديد

R/ Hair Back Spray

بخة كل مساء لمدة شهرين

فقد يقوم البعض بوضع الخل او استخدام الغسيل فقط بالصابون فعلى الرغم من ان الخل يسبب اذابة كل القشر فيبدو انه علاجاً ناجحاً الا انه يسبب تهيج اشد لفروة الراس وتتفاقم المشكلة كما ان الغسيل بالصابون فقط لا يكفي اذ انه يزيل القشر القائم فقط و اذا كان الصابون غير قلوى فانه يسبب تهيج للبشرة و يزيد تفاقم المشكلة .

وللصابين بالقشر لهم نصيحتين ذهبيتين :-

اولا : تدفئة الراس ليلا .

ثانيا : العمل على قتل الفطريات والخمائر داخل الشعر وذلك عن طريق تنظيف وتطهير ادوات التمشيط وعدم استخدام ادوات ملوثة يستخدمها شخص اخر مصاب بقشر الشعر و غسل الشعر بشامبو يحتوى على مادة مطهرة مرة او مرة او مرتين كل اسبوع طوال فترة ظهور القشر .

واخيرا فانه بعد ايقاف العلاج يظهر القشر مرة اخرى ويشكو المصاب بالقشر بان العلاج لم يأتى بنتيجة ولهذا الشخص اقول ارجع الى بداية الكلام و ستجد ان العلاج السليم يستلزم دوام العلاج .

الادوية المقترحة لعلاج قشرة الشعر :

« المستحضرات التى تحتوى على مادة السيلينيوم تُستعمل مرتين اسبوعياً وتعالج القشرة بكفاءة جيدة وهذه المادة تُعتبر مضادة للفطريات ايضاً مثال لهذه المستحضرات

:- سلفن بلو شامبو ، سيلينيوم بلو لوسيون ، سوبر اس كريم ويستخدم بتدليك فروسة الراس

Healthy Hair	Lotion	هيلثى هير
Dorin	lotion	دورين
Hair Stabil	Lotion	هيرستابيل
Herbamix	Lotion	هيرباميكس

يمكن استعمال مع احد المستحضرات الجلدية السابقة اقراص او كبسولات تحتوى على فيتامينات خاصة بتغذية شعر وجلد الراس مثل :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Hi - Potency	30 tab	هاى بوتنسى
Pantogar	caps ٦٠	پانتوجار كبسول
For Hair & Nail	30caps	فور هير أند نيل
Hairvit	tab ٢٠	هيرفيت اقراص
Super Hair Plus	20 tab.	سوبر هير بلس

الصلح : يحدث فى معظم الاحيان نتيجة العوامل الوراثية من الوالد او الجد ، ويصعب علاجه ، ويوجد بعض المستحضرات الجلدية التى تساعد على اعادة انبات الشعر من جديد ولكن قد يحتاج الامر لعدة اشهر والنتيجة شعر ليس بنفس القوة والمظهر ، والمستحضرات الاتية تعمل على انبات الشعر :-

كـريجين لوسيون Regain ريجين مثل ريهير ، هيرباك يساعد على اعادة انبات الشعر .

١١ - قمل الرأس Pediculosis

قمل الرأس ينتقل بسهولة فى وجود التجمعات مثل المدارس او اماكن اللهو والنزهة خاصة فى المناطق الفقيرة التى تخلو من التوعية الصحية ،

سقوط الشعر له اسباب عديدة مثل :

العوامل الوراثية - قلة التغذية - نقص الفيتامينات - الاضطرابات النفسية او الهرمونية ، وفى الرجال تكون معظم حالات سقوط الشعر والصلع وراثية لذلك يصعب علاجها ، اما فى السيدات فقد يكون احد العوامل السابقة او غيرها مثل تغطية الراس بغطاء مصنوع من بولى استر او الياف صناعية وقد تكون عدم التغذية الجيدة اثناء فترتى الحمل والارضاع من اسباب سقوط الشعر .

وهناك أنواع من الصلح أو سقوط الشعر منها :-

١- Alopecia areata : و فيها يحدث سقوط لأجزاء من شعر الرأس بمعنى أجزاء من الرأس تكون خالية من الشعر محاطة بأجزاء مليئة بالشعر

(انظر صورة توضيحية رقم ٨ فى نهاية الكتاب) .

٢- Alopecia totalis : و فيها يحدث سقوط كامل لكل شعر الرأس

(انظر صورة توضيحية رقم ١٩ فى نهاية الكتاب) .

٣- Alopecia Universalis : و فيها يحدث سقوط لشعر الجسم كله و الحواجب و الرموش

المستحضرات المقترحة لعلاج سقوط الشعر :

المستحضرات الاتية تعمل على تقوية الشعر وبالتالي تحد من تساقطه وتستعمل مرتين اسبوعياً كدهان للشعر بعد غسله وتجفيفه :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Alopanthen	lotion	الوبانثين
Magic oil	oil	ماجيك اويل
Pantex	Lotion	پانتكس

Scabies الجرب ١٢-

R/ Sulphur soap.

الاستحمام بصابونة كبريت

R/ Benzanil cream.

دهان للجسم كله ما عدا الرأس مرة كل ليلة بعد

الأستحمام لمدة ٣-٤ أيام

: للحساسية يعطى

R/ Allerfen tab.

قرص مرة واحدة يوميا

غلى الملابس الداخلية و أغطية السرير +

الجرب مشهور فى الاماكن التى تفتقر الى النظافة والفقيرة والخالية من العناية الصحية ، والمصاب بالجرب يعانى من حكة شديدة مساءً لدرجة تجريح الجلد وخروج دم (أنظر الصورة رقم ٩ فى نهاية الكتاب) حيث يقل افراز الجسم للكورتيزون الذى يقلل الشعور بالحكة فى المساء ، والجرب غالبا يصيب المعصم وبين الفخذين والساقين واهماله يؤدي الى انتشاره فى معظم اماكن الجسم ، وبالرغم من المعاناة التى تسببها حشرة الجرب الى المصاب بها الا ان علاجها سهل للغاية .

وحشرة الجرب تشبه حشرة الناموس أو البرغوث ولكن ضئيلة جدا (أنظر الصورة رقم ١٠ فى نهاية الكتاب) وهى تخرق الى داخل خلايا الجلد وتستقر بداخلها وتتكاثر وتقوم بوضع البيض وعندما يهرش الشخص المصاب فى مكان الاصابة يقوم بنقل البيض الى أماكن أخرى سليمة و ينتشر الجرب فى أجزاء الجسم المختلفة .

العناية الشخصية والبعد عن اماكن العدوى هى الوسيلة للوقاية من قمل الرأس ، وبالإضافة الى انه يسبب حكة وضيق للمصاب فهو قد يسبب فقر دم اذا تكاثر عدده فى راس او ملابس المصاب ، لان القمل يعتمد فى تغذيته على امتصاص دم المصاب (أنظر الصورة رقم ١٢ فى نهاية الكتاب) .

المستحضرات المقترحة لعلاج قمل الرأس :

يمكن استعمال احد الشامبو او البخاخ الاتى مرة يوميا لمدة ثلاث ايام ثم مرة اسبوعياً كوقاية فى حالة احتمال عودة العدوى :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Prioderm	Lotion	بريودرم
Quick	Lotion	كويك
Licid	lotion	ليسيد
No-Lice	Lotion	نوليس
Item	Shampoo	أيتم

طريقة الإستعمال :

البخاخ او اللوسيون يوضع على الشعر الجاف لمدة من ربع الى نصف ساعة ثم يشطف بالماء والصابون ويمشط لازالة القمل الميت ، اما الشامبو فيدعك فى الشعر المبلل بالماء حتى ظهور رغوة ثم يترك لمدة ربع ساعة ويشطف بالماء ويشفف ويمشط لازالة القمل الميت .
يجب تجنب ملامسة العينين ، واذا حدث تشطف بسرعة بالماء وتعرض على الطبيب .

الاحتكاك و يندر أن تسبب ألماً أو مضايقة و لكى يكون العلاج كاملاً و جب أن يزال السبب (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٦ فى نهاية الكتاب) .
هل يوجد فرق بين الكالو و عين السمكة ؟

١٤- عين السمكة أو مسمار الرجل Corn

ما هو عين السمكة ؟

مرض يشبه الكالو فى المنظر و السبب و لكن بينما يظهر الكالو على أى موضع من الجلد نجد أن عين السمكة توجد دائماً على القدم و عادة على الأصبع الأخيرة و الشخص الواحد قد يكون عنده أكثر من عين سمكة واحدة ... و عين السمكة أقل اتساعاً من الكالو و شكلها كمخروط رأسه الى الداخل (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٦ فى نهاية الكتاب) .

ما هو العلاج ؟

يتم باستخدام محلول كورنيد Cornid أو كولوماك Collomack الذى يحتوى على حمض السلسليك و حمض اللبنيك و الكلوديون الذى له تأثير فعال فى إزالة الطبقات الخشنة من الجلد أو يتم إزالته بالكي .

طريقة الاستعمال ؟

أو كولوماك Cornid استعمل محلول كورنيد صباحاً و مساءً لمدة أسبوع ثم انقع Collomack الجزء المصاب فى ماء ساخن و كرر العملية لمدة ١٥ يوماً و بعد ذلك الوقت تجد أنه من السهل إزالة الكالو أو عين السمكة

جميع المستحضرات المتوفرة فى مصر التي تعالج الجرب :

اسم الدواء	الشكل الوائى	اسم الدواء
Benzanil	Emulgel	بنزانيل
Benzyl Benzoate	Cream Lotion	بنزيل بنزوات
Ectomethrin	Adult Cream	إكتومثرين كريم كبار
Ectomethrin	Adult lotion	إكتومثرين لوسيون كبار
Ectomethrin	Ped. Cream	إكتومثرين كريم أطفال
Ectomethrin	Ped. Lotion	إكتومثرين لوسيون
Eurax	Cream	يوراكس كريم
Eurax	Lotion	يوراكس
Scabine	Cream	سكابين كريم

يستعمل احد المستحضرات السابقة مرة كل ليلة لمدة ثلاث الى اربعة ايام متتالية ، و يجب اثناء العلاج تغيير الملابس الداخلية و غطاء السرير و غليهم بالماء يومياً ، يمكن الاستحمام بصابونة كبريت قبل الدهان اذ لها فاعلية جيدة ضد الجرب ، و يمكن اعطاء اقراص او شراب مضاد للحساسية فى اول يومين للعلاج لتخفيف الحكة .

١٣- الكالو Callus

R/ Collomack Solution .

يتم نقع الجزء المصاب فى الماء الساخن ثم يُحاط بفازلين حتى لا يؤثر المحلول على الجلد السليم ثم يوضع المحلول و تكرر هذه العملية لمدة ١٥ يوم .

ما هو الكالو ؟ هذا المرض ما هو الا قطعة سمكت و تصلبت فى قشرة الجلد بسبب الضغط و

١٦ - التهاب الحفاض
Diaper rash

R/ Mixderm cream.

دهان مرتين يوميا

التهاب الحفاض شائع في الأطفال الذين يستعملون الكافولات الصناعية التي تجعل البول و البراز يلامس جلد الطفل لفترة طويلة و يكون وسط جيد دافئ لنمو الفطريات (مثل الكانديدا) أسفل الحفاض مما يؤدي إلى ظهور هذه الالتهابات في المنطقة المغطاة بالحفاض التي تشمل الأعضاء التناسلية ، قد يصاحب ظهور البقع الحمراء هرش و تسلخات (أنظر الصورة رقم ١٦ في نهاية الكتاب) .

العلاج :

الاهتمام بنظافة الطفل و عدم ترك الكافولة على جلد الطفل لفترات طويلة .

مع استعمال كريمات مضادة للفطريات مثل

-مادة ميكونازول Miconazole الموجودة في دكتاكورت كريم - ميكوناز كريم - دكتارين كريم .

-مادة نيساتين Nystatin الموجودة في ميكوستاتين كريم - نيساتين كريم .

أو استعمال مضاد للفطريات في شكل بودرة مثل نيوفنجيل بودرة -تروسيد بودرة - ديرماتين بودرة .

أو استعمال كريمات تحتوى على مضاد للفطريات + كورتيزون بنسبة خفيفة + مضاد حيوى مثل كيناكومب كريم - كوانديرم كريم - ميكسيبرم كريم - ميكورت كريم .

ملحوظة : حاول أن تحيط الكالو أو عين السمكة بمادة الفازلين قبل وضع المحلول حتى لا يؤثر المحلول على منطقة الجلد السليم .

هناك بلاستر لعلاج الكالو او عين السمكة - عبارة عن قطعة بلاستر فى وسطها مادة الساليسلك المركزة بنسبة ٤٠% او اكثر - وهى مادة كاوية تميت الكالو - ويوضع بلاستر واحد يوميا لمدة اسبوع او اكثر .

هل تعلم : ان مادة استيل ساليسلك وهى ايضا تسمى الاسبرين مشتقة من المادة السابقة وهى التى نتناول منها ٣٧٥مجم تحت اسم ريفو او اسبونصر او اسبوسيد الخ - لازالة اعراض البرد والصداع ومخفض للحرارة .

١٥ - حمو النيل

R/ Calamyl lotion .

سأسة للجلد ٣ مرات يوميا

هو عبارة عن طفح أحمر مصحوب بعدة حبوب و حويصلات و يظهر بكثرة فى الرضع و الأشخاص البدنيين و يكون مصحوب بهرش و حكة و يتتشر عادة فى الصيف بسبب الجو الحار .

كيف يمكن القضاء عليه ؟

باستخدام غسل كلامينا Calamyl كسأسة للجلد أو دهان كريم نوراش أو استعمال كريمات مثل كيناكومب Kenacomb أو دكتارين Daktarin . و لكى تتجنب الإصابة إعمل على حفظ الجلد جافا و رشه بكثرة بمسحوق أسيتات الزنك .

١٧- البهاق Vitiligo

— **نظرية المناعة الذاتية:** حيث تم عزل أجسام مضادة للميلانين من مصلى المرضى المصابين بالبهاق وكذلك المصابون بالأمراض الأخرى وقد تصيب مساحات كبيرة من الجسم والجذع وهذه البقع محاطة بهالة داكنة اللون ويتغير لون الشعر في البقعة المصابة تدريجياً حتى يصحح أبيض.

العلاج:

— تناول أقراص الميلادينين ثم التعرض لأشعة الشمس.

مثل ألتراميلادينين كبسول (Ultra-meladinine) أو ميلادينين أقراص (Meladinine) قرص أو كبسولة ١-٢ مرة يوميا قبل التعرض للشمس .

— استعمال دهانات مثل :

إيزالين دهان (Ezalline paint) أو فيتيفرا كريم (Vitivera) تدهن مناطق الجلد المصابة بطبقة رقيقة قبل التعرض لأشعة الشمس بنصف ساعة ثم تعرض هذه المناطق إلى أشعة الشمس لمدة ٣٠-٦٠ دقيقة و يستمر العلاج لمدة ٦ أشهر (تجنب شمس الظهيرة) .

— المس بزيت البرجاموت ثم التعرض لأشعة الشمس .
— استعمال مركبات الكورتيزون موضعياً .
— استعمال مركبات الكورتيزون عن طريق الحقن لوقف الانتشار السريع .

— التعرض للأشعة فوق البنفسجية ٢-٣ مرات أسبوعياً .

R/ Vitivera cream .

Or :Ezalline paint .

تدهن مناطق الجلد المصابة بطبقة رقيقة قبل التعرض لأشعة الشمس بنصف ساعة ثم تعرض هذه المناطق إلى أشعة الشمس لمدة ٣٠-٦٠ دقيقة و يستمر العلاج لمدة ٦ أشهر (تجنب شمس الظهيرة)

R/ Ultra-meladinine cap .

Or: Meladinine tab.

قرص أو كبسولة ١-٢ مرة يوميا قبل التعرض للشمس .

Ultraviolet rays 2-3 times / week

التعرض للأشعة فوق بنفسجية ٢

٣- مرات أسبوعياً

هو مرض جلدي مزمن يتميز بظهور بقع بيضاء محددة مختلفة في الشكل والحجم تحدث نتيجة لاختفاء صبغة الميلانين من الخلايا الحاملة لها (**أنظر الصورة** راقب ٢٧ نهائياً الكتبات) .

أسباب ظهور البهاق:

ليس هناك سبب محدد معروف ولكن المتفق عليه أن الخلايا حاملة صبغة الميلانين تفقد هذه الصبغة كما تفقد القدرة على تكوينها .

وقد وضعت بعض النظريات لتفسير حدوث هذا المرض وهي:

— **النظرية العصبية:** حيث وجد أن المرض قد يحدث نتيجة الصدمات العصبية والأزمات النفسية الحادة .

— **نظرية الخدد الصفاء:** حيث يحدث البهاق بصورة أكثر من المتوقع في المرضى المصابين بفرط إفراز الغدد الدرقية وكذلك في المصابين بمرض أديسون .

قد تصعب جدا ملاحظة عدوى الأظافر في مرحلة مبكرة ، خصوصا إذا كانت الإصابة في ظفر واحد فقط . وفي المعتاد تحتل الفطريات مكانا تحت طرف الظفر أو في جانبه ولا تسبب ألما . وفي البداية يبدأ سمك الظفر في الازدياد ويتغير لونه وتظهر به بقع بيضاء أو مائلة للاصفرار . وبالتدرج يصبح الظفر ليئا وسهل التفتت ويصير داكناً فيما تدخل القاذورات والهواء من خلال الشقوق . وفي النهاية قد يتحلل الظفر (أو الأظافر) أو يطرح بالكامل (انظر صورة توضيحية رقم ٢١ في نهاية الكتاب) .

العلاج : بإستعمال بعض الأدوية المضادة للفطريات مثل :

-عن طريق القم مثل :

+ لاميزيل ٢٥٠ (Lamisil 250) أقراص قرص واحد يوميا لمدة أسبوعين كل شهر لمدة ٦-١٢ شهراً .
+ أو كيتوزول ٢٠٠ مجم (Ketozone) أقراص ... قرص واحد يوميا لمدة شهر

+ أو جريزوفولفين (Grisofulvin) أقراص ... ٤ أقراص يوميا لمدة شهر .

+ كما يمكن أن يستعمل أدوية موضعية مضادة للفطريات مثل :

+ تروسيد ٢٨ % (Trosyd) محلول للأظافر ... يدهن الظفر المصاب والمنطقة المحيطة به بالفرشاة المثبتة بغطاء الزجاج لمدة ٦-١٢ شهراً .

+ أو كريمات مثل لاميزيل كريم أو تروسيد كريم ... دهان موضعي مرتين يوميا .

- العلاج الجراحي: مثل زراعة الخلايا الصبغية أو تطعيم الأماكن المصابة بجلد سليم. وتستخدم هذه الطريقة في البهاق الثابت والغير مستجيب للعلاج بالطرق الأخرى.

ملحوظة : علاج البهاق طويل و مرهق .

١٨- عدوى الأظافر

Onychomycosis

R/ Lamisil 250 Tab.

قرص واحد يوميا لمدة أسبوعين كل شهر لمدة ٦-١٢ شهراً

R/ Trosyd 28% nail solution

يدهن الظفر المصاب والمنطقة المحيطة به

بالفرشاة المثبتة بغطاء الزجاج لمدة ٦-١٢ شهراً

الفطريات واحدة من انجح مجموعات الكائنات ، فإنها تستطيع النمو في أى مكان تقريبا ، حتى في جسم الانسان. وعندما تتخذ الفطريات مكان إقامة لها في واحد أو اكثر من أظافر اليدين أو القدمين ، تنتج عدوى الأظافر الفطرية

كيف تلتقط العدوى؟

ترتبط عدوى الاظافر الفطرية دائما على وجه التقريب بمرض "قدم الرياضي" أكثر أنواع العدوى الفطرية شيوعا وتنتشر هذه العدوى بسهولة ويجرى ذلك في المعتاد بأن تلتقط من المناشف المشتركة والأرضيات الرطبة في غرف الاستحمام أو تغيير الملابس

ومن المعتقد أن الفطريات التي تسبب مرض " قدم الرياضي" تنتقل إلى الأظافر . وهذا ما قد يفسر السبب في أن عدوى الفطريات تكون اكثر شيوعاً بكثير في أظافر القدمين منها في أظافر اليدين.

ما هي أعراض العدوى؟

الفصل السادس (أمراض الفم والاسنان وعلاجه)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١- تشقق الشفاه

٢- تسوس والم الاسنان

٣- التهاب الفم واللثة

٤- قرحة الفم واللثة

٥- العدوى الفطرية للفم

٦- رائحة الفم الكريهة

٧-التسنين عند الرضع

وتغطية العصب بحشوة سنية عند طبيب الاسنان هو احد الحلول المريحة لمثل هذا الالم ويمكن اعطاء مسكن حتى العرض على طبيب الاسنان. ويحدث تسوس الاسنان نتيجة اهمال تنظيفها ووجود بقايا طعام حول الاسنان وفي وجود بكتيريا الفم يحدث تحلل لهذه البقايا وتمض خاصة اثناء النوم الذى بدوره يؤدى الى تآكل مينا الاسنان وحدث تقوب بها وهو ما يسمى بتسوس الاسنان (انظر صور توضيحية رقم ٤٢ ، ٤٤ فى نهاية الكتاب) وتسوس الاسنان يكون مؤلماً اذا حدث نخر عميق وصل الى عصب السن عندها تظهر الأم التسوس نتجة تعرض عصب السن للعوامل الخارجية مثل السخونة والبرودة والحموضة ... الخ ، لذلك فان افضل ما يقال لعلاج تسوس الاسنان هو الوقاية من التسوس بتنظيف الفم من بقايا الطعام جيداً بالفرشاة والمعجون وبخاصة - قبل النوم ، حيث تبقى محتويات الفم راکدة مما يعطى فرصة للبكتيريا بتخمير هذه البقايا وخروج مواد نتيجة التخمر تؤدى الى تآكل مينا الاسنان وبالتالي تسوسها .

الادوية المقترحة لتسكين الم الاسنان :

المادة الفعالة	الإسم التجارى	السعر
إيبوبروفين	بروفين ٤٠٠	٦.٠٠
بروفين مثل باروفين - ماركوفين - إيبوفين		
كيتوبروفين	كيتوفان أقراص Ketofan	٣.٥٠
كيتوفان مثل بروفينيد كبسول - كيتولجين		
فلوكتافينين	ادارك اقراص	٥.١٠

١ - تشقق الشفاه

Lip Cracking

تشقق الشفاه قد ينتج عن تغيرات الطقس وهى وغالباً يظهر فى فصل الشتاء ، كذلك يمكن ان ينتج ذلك عن نقص بعض الفيتامينات مثل فيتامين الف أ و هـ - او الغيرات الهرمونية فى الجسم .
المستحضرات المقترحة لعلاج تشقق الشفاه:

يمكن اعطاء فيتامين أ ، هـ او اعطاء كبسولات تحتوى على فيتامينات متعددة *Multivitamins* مرة يومياً ، وللعلاج الموضعى يمكن استعمال مرطب يساعد على التئام التشققات فى الحالات الشديدة مثل :-

◀ اولياتم كريم (١٤.٠٠) *Oliatum*

◀ سولكوسيريل مرهم او بانثينول جيل او باثوايفا جيل وجميعها تساعد على التئام التشققات سواء كانت فى الشفاه او الكعبين ...الخ وفى الحالات البسيطة مثل خشونة الشفاه فان مرطب مثل زبدة الكاكاو او الفازلين او الجليسرين السائل تكفى للغرض .

٢ - تسوس والم الاسنان

من الاسباب الرئيسية لالم الاسنان هو وجود تسوس نتج عنه نخر فى الاسنان وتعرض عصب السن الى العوامل الخارجية مثل حموضة الفم او الشراب البارد والساخن ولذلك يصير حساساً ومؤلماً عند تناول السكريات او الاشياء الحارة او الباردة ، اذن سيكون تنظيف مكان التسوس

الادوية المقترحة لعلاج التهابات
الغشاء المخاطي للفم واللثة :

١- يعطى مضاد حيوى مثل :

الجرعة	الإسم التجارى	المادة الفعالة
قرص صباحاً ومساءً	روفاميسين ٣م Rovamycin	Rovamycin
	روفاك ٣ م.و.د. Rovac	Rovamycin
كبسولة كل ٨ ساعات	فلوموكس ٥٠٠ Flumox	Amoxycillin & flucloxacillin

٢- ويفضل ان يعطى معه **مضمضة مطهرة** ايضاً
لاجزاء الفم مثل :- < بيتادين مضمضة (٢.٣٠) >
Betadine بيتادين مثل بوفيدين

< اورالدين مضمضة ، هكسيتول مضمضة ،
انتيسبتول ، تانتم فيرد ، اوروفار ، واذا كانت
الالتهابات مصحوبة بألم باللثة تعطى مضمضة
مطهرة تحتوى على مضاد للبكتيريا مع مخدر
موضعى مثل :- < اوراسين ، تانتم فيرد ،
سيترولين ، اورالدين .

كجميع غسول الفم السابقة تحتوى على قاتل
للبيكتيريا وبالتالي مطهرة للفم ، والقسم الاخير
منها يحتوى على قابض للثة .
كيجب عدم بلع المضمضة بل بتقها بعد ابقائها
بالفم لمدة ٥ دقائق .

للاطفال : يعطى شراب مضاد حيوى من
المضادات السابق ذكرها ، يفضل عدم استعمال
مضمضة للاطفال الصغار اذ من السهل ان
يبتلعها الصغير بينما يجب عدم بلعها .

< وفى حالات الم الاسنان البسيط يمكن استعمال
اى مستحضر يحتوى على مادة الباراسيتامول
وهى المادة الوحيدة التى يمكن استعمالها كمسكن
للصداع والم الاسنان اثناء فترة الحمل .
كجميع الادوية السابقة تستعمل للتسكين المؤقت
للصداع او الم الاسنان ، وليس كعلاج للتسوس .
الاطفال : يمكن اعطاء شراب ماركوفين او
بونستان او لبوس شرجى فولتارين ١٢.٥ مجم
Voltarin 12.5 ، وجميعها ادوية مسكنة للالم .

٣ - التهاب الفم واللثة

Gum Inflammation

R/ Dalacin 300 cap.

قرص كل ١٢ ساعة لمدة اسبوع

R/ Tantum Mouth wash.

مضمضة ٣ مرات يوميا

R/ Bi-profenid tab.

قرص عند اللزوم

التهاب اللثة او أجزاء الفم الداخلية فى معظم
الاحيان يكون سببها بكتيريا (انظر معلومات
عامة عن الميكروبات فى الفصل الاول) ، وتظهر
فيها اللثة او الجزء الملتهب احمر داكن او يميل
الى الزرقة نتيجة لاحتقان الاغشية وهنا يجب
استعمال مضمضة للفم تحتوى على مضاد
للميكروبات ويفضل مضاد لاحتقان الاغشية كما
يجب اعطاء مضاد حيوى واسع المجال مع
استبعاد وجود مشاكل اخرى فى اللثة مثل جيوب
اللثة .

لتخدير الألم الذى عادة يصاحب هذه الحالة مثل :-
اورايبز ، عجينة اسنان سولكوسيريل ،
اوراكيور جيل ، مونديزال جيل ، اوراكيور
ومونديزال يحتويا على مضاد بكتيرى ومخدر
موضعى .

٤- ويمكن أيضاً دهن سولكوسيريل *Solcoseryl*
وهو مرهم يحتوى على مواد تساعد على التئام
القرحة .

يمكن قبل استعمال اى من هذه المستحضرات
مضمضة للفم كعامل مطهر مساعد مثل اورالدين
Oraldene .

٥- عدوى الفم بالفطريات

Buccal Fungal Infection

R/ Tantum Mouth wash .

مضمضة ٣ مرات يومياً

R/ Daktarin oral gel .

دهان للفم ٣ مرات يومياً

عدوى الفم بالفطريات من الامراض المشهورة
عند الاطفال وقليلة عند الكبار ، وتظهر فى
صورة اجزاء بيضاء فى الغشاء الداخلى للفم او
اللسان ، وقد تحدث للرضع بسبب عدوى بكتيرية
تسمى اللاكتوباسيلص *Lactobacellus* ، والعلاج
فى كل الحالات واحد وهو دهان موضعى
للفطريات .

٤- قرحة الفم واللثة

Mouth and Gum Sore

R/ Oraldene Mouth wash .

مضمضة ٣ مرات يومياً

R/ Salivex-L paint .

مس ٣ مرات يومياً

Or : Solcoseryl dental past .

دهان للقرح ٣ مرات يومياً

قرحة الفم واللثة عبارة عن خدش او تآكل صغير
فى اللثة او الجهة الداخلية من الشفة العلى او
السفلى (أنظر الصورة رقم ١٥ ، ٣٠ فى نهاية الكتاب)
، وهى قد تنتج نتيجة مهاجمة الميكروبات لهذا
الجزء سواء كانت بكتيريا او فيروس او غالباً
فطريات ، وقد ثبت ان الاضطرابات النفسية
والاجهاد للشخص قد تكون احد اسباب هذه
التقرحات لان هذه العوامل تقلل من مناعة جسمه
فيسهل غزو الميكروبات لاضعف انسجة الجسم
مثل الغشاء الداخلى للفم .

المستحضرات المقترحة لعلاج قرحة الفم واللثة :

١- يمكن اعطاء مضمضة للفم ممن ذُكرت اعلى
كمطهر عام لاغشية الفم واللثة قبل استعمال اى
من المستحضرات التالية .

٢- ويمكن اعطاء ساليڤكس (٤.٩٥) *salivex* ،
ساليڤكس وهو عبارة عن مس يحتوى على مواد
قبضة وكاوية للقرحة فتساعد على التئامها بسرعة .

٣- يمكن كذلك استعمال عجينة او جيل يساعد
على التئام القروح وتحتوى على مخدر موضعى

مختلفة للخروج من الجسم ... فتلك المحتوية على زيوت طيارة تخرج عن طريق الجهاز التنفسي مما يجعل رائحة الفم و النفس كريهة ، أو قد تخرج عن طريق الجلد فتجعل رائحة العرق منفرة .. كما قد تمر على المخ و الجهاز العصبى فتسبب الدوار .

و تختلف رائحة الفم باختلاف أوقات النهار ... و باختلاف كمية اللعاب فى الفم وكثافته .. فتكون رائحة الفم عند الإستيقاظ صباحاً أثقل منها خلال ساعات النهار و ذلك نتيجة لتفسخ و تراكم الخلايا السطحية لأنسجة الفم و بقايا الطعام مع تناقص كمية اللعاب المفرز ليلاً مما يتسبب فى حدوث عملية التخمر أو التعفن و تزداد شدة رائحة الفم مع تقدم العمر .

و بالإضافة إلى ما تم ذكره من أسباب موضعية لبخر الفم هناك اسباب عديدة لرائحة الفم او النفس الكريهة من بينها :

١-التهاب اللثة وهى تسبب رائحة فم ونفس كريهة ويمكن علاجها باعطاء مضاد حيوى لالتهاب اللثة ومضمضة مثل البيتايدين ثلاث مرات يومياً لمدة اسبوع يمكن الرجوع لعنوان سابق فى هذا الفصل لاخذ معلومات عن امراض اللثة .

٢-ظهور جيوب فى اللثة يحدث بها تعفن للغذاء ، وهذه تعتبر اصعب المشاكل الخاصة بتعفن رائحة الفم ويمكن علاجها بتنظيف الجيوب او جراحياً مع طبيب الاسنان

٣-التهاب او تعفن فى البطن بسبب ميكروبات لاهوائية يمكن علاجها باعطاء مطهر للمعدة

الادوية المقترحة لعلاج عدوى الفم بالفطريات :

يمكن اعطاء دكتارين جيل دهان للفم *Daktarin* او نقط ميكوستاتين للفم *Mycostatin* ٣-٤ مرات يومياً لمدة ١-٢ اسبوع .. يفضل استعمال مضمضة للفم قبل الدهان تحتوى على مضاد بكتيرى مثل التى ذكرت فى العنوان السابق.

٦- رائحة الفم الكريهة Halitosis

R/ Ezaflour Mouth wash.

مضمضة ٣ مرات يومياً

R/ Flagyl tab.

قرص ٣ مرات يومياً

بخر الفم هو الرائحة غير الطبيعية التى تنبعث من الفم و تنشأ نتيجة لتخمر فضلات الطعام المتبقية فى الفم بفعل البكتريا مما يتسبب فى إنبعاث غازات مختلفة تؤدى إلى إكساب الفم تلك الرائحة ... وعادة ما تأتى هذه البكتريا إلى الفم مع الهواء و الماء و الغذاء حيث تجد البيئة المناسبة لإستقرارها و تكاثرها .

كذلك فإن جفاف الفم يزيد من تلك الرائحة ... و يلاحظ هذا عند الأشخاص الذين يتنفسون من أفواههم ... هذا بالإضافة لتأثير الأنواع المختلفة من الأطعمة والمشروبات ذات الرائحة النفاذة أو الزيوت الطيارة على رائحة الفم مثل الثوم و البصل و المشروبات الكحولية ، فبعد إمتصاص عناصر تلك الأطعمة من الجهاز الهضمى و مرورها على الكبد تسلك زيوتها و أبخرتها طرقاً

إذا تناول مدمن المشروبات الكحولية مادة المترونيديازول مع المشروب الكحولى فانها تتفاعل مع الكحول داخل الجسم موقفة تحولة عند مادة الفورمالدهيد الذى يسبب غثيان شديد واحمرار فى الوجه وعدم راحة لعدة ساعات لذلك ان امكن لمدمنو المشروبات الكحولية من تناول المترونيديازول مع المشروب الكحولى ، فقد تساعدهم على كراهية الكحول بالاعراض السابق ذكرها.

٧- التسنين عند الرضع

Teething in infant

للحرارة المرتفعة :

R / Cetal Syrup.

ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

Or : Voltaren 12.5 Supp.

لبوسة كل ١٢ ساعة أو عند اللزوم

مخدر موضعي للأسنان :

R / Dentinox teething gel .

دهان للثة ٣ مرات يوميا

كالمسيوم :

R / Pedical syrup.

ملعقة مرة واحدة يوميا

يبدأ التسنين عند الرضع ابتداء من نهاية الشهر السادس (أنظر صورة توضيحية رقم ٤١ فى نهاية الكتاب) ، أما اذا تأخر الى نهاية عامه الاول فهذا يدل على نقص شديد فى الكالسيوم وفيتامين د ، وللوقاية من نقص الفيتامينات عند الرضع يمكن اعطاءهم شراب فيتامينات متعددة بحيث يحتوى على كالمسيوم بتركيز عالى وفيتامين " د " خاصة للرضع الذين يعانون من سوء تغذية .

والامعاء مثل مادة المترونيديازول وهى تعتبر مضاد للميكروبات اللاهوائية ومطهر جيد للبطن ٤- مرض السكر الذى يؤدى الى تراكم الأجسام الحامضية (الأستون) فى الدم مما يتسبب فى صدور رائحة مميزة من الفم لمريض السكر . ٥- أمراض الكلى كالقشل الكلى الذى يتسبب فى تراكم اليوريا فى الدم و من ثم محاولة إخراجها عن طريق الغدد اللعابية مع اللعاب و يصاحب ذلك جفاف شديد للفم و رواسب ثقيلة على ظهر اللسان مع إتهاب أنسجة الفم واللسان .

٦- أمراض الكبد كالإتهاب و القشل الكبدى مما يجعله غير قادر على تكسير المواد البروتينية . ٧- أمراض الجهاز التنفسى كالتهاب الجيوب الأنفية و اللوز و اللحمية و الحاجز الأنفى و القصبة الهوائية و خراج الرئة و الأورام الخبيثة . الميكروبات اللاهوائية هى الميكروبات التى تتنفس فى عدم وجود هواء ، ولذلك لها المقدرة على العيش داخل اغشية الفم وداخل المعدة والامعاء حيث لا يوجد هواء .

الادوية «أقراص او شراب» المحتوية على مترونيديازول :

فلاجيل «٤.٥٠» Flagyl ، امريزول «٢.٥٠» ، فلاجيكور «١.٦٠» .

مادة المترونيديازول تطهر المعدة من البكتيريا اللاهوائية ، لذلك نجدها تزيل رائحة البراز الكريهة عند تناولها وكذلك من مضادة لميكروب الديسنترىا .

يتحول الكحول الموجود فى المشروبات الكحولية بواسطة الكبد الى حمض الاسيتك ولكن

يكون التسنين مصحوباً بالم في اللثة في معظم الاحيان و احياناً يكون مصحوباً باسهال . لتسكين الم اللثة يمكن دهانها ٣ مرات يومياً بجيل يحتوى على مادة مخدرة مثل:

اوراكيور جيل ﴿٣.٧٠﴾ Oracure وهو مثل

﴿دنتينوكس جيل﴾

< دنتوجيل وهو مثل جوجيل *Jogel*

< دنتوكالم ﴿١.٥٠﴾

ولتقليل عدد مرات الاسهال اثناء التسنين يمكن اعطاء شراب يحتوى على مادة كاولين وبكتين وهى فقط تساعد على تماسك البراز من امثلة هذه الادوية :- بكتوكال شراب وهو مثل كابكت شراب

والفيتامينات التى تحتوى على كالسيوم وفيتامين " د " مثل :

ديكال ب١٢ شراب *DecalB12* ديكال مثل

بديكال شراب ، كال دى ب١٢

الفصل السابع (الحمل و الرضاعة)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن علاج الاعراض الاتية
اثناء الحمل و الرضاعة :

- ١-الصداع
- ٢-الانتفاخ
- ٣-حموضة المعدة
- ٤-الغثيان و القيء
- ٥- الامساك
- ٦- الاسهال
- ٧- الفيتامينات و المعادن اثناء الحمل



مقدمة :

+ كيف ومتى يحدث الحمل ؟

- ١- يحدث الحمل بالتقاء البويضة من الأم مع الحيوانات المنوية من الأب .
- ٢- الزوجة تنتج بويضة واحدة في كل شهر من أحد المبيضين بالتبادل و تخرج هذه البويضة من المبيض في منتصف الشهر تقريباً (١٤ يوم قبل موعد الدورة الشهرية التالية) .

٣- تتجه البويضة من المبيض إلى قناة فالوب حيث تتقابل مع الحيوانات المنوية فى الثلث الخارجى من قناة فالوب إن حدثت علاقة زوجية حول فترة التبويض .

٤- إذا نجح حيوان منوى واحد فى إخصاب البويضة حدث الحمل .

+ ما هو الذى يحدد نوع الجنين ؟

- الكروموزومات التى يحملها الحيوان المنوى للرجل هى التى تحدد نوع الجنين فالكروموزوم الجنسى فى البويضة ثابت دائماً (X) أما الكروموزوم الجنسى فى الحيوان المنوى قد يكون (X) أو (Y) .

- فإذا اتحد الكروموزوم (X) من الأنثى مع (X) من الرجل فيكون الجنين أنثى و اذا اتحد الكروموزوم (X) من الأنثى مع (Y) من الرجل يكون الجنين ذكر .

- حمل التوأم ينتج عن

أ-النوع الأول خروج بويضتين من الأم و يتم تلقيحهم من قبل حيوانين منويين من الأب و ينتج جنينان .

ب-النوع الثانى له علاقة بالعوامل الوراثية و هذا النوع ينتج عن إخصاب بويضة واحدة بحيوان منوى واحد و لكن يحدث إنقسام فى البويضة المخصبة مما يؤدى إلى انجاب طفلين من نفس النوع و يكونان متشابهين إلى حد كبير جداً إن لم يكونا كاملى الشبه .

+ ما هى التغيرات التى تحدث فى الجسم أثناء الحمل ؟

- تتكون المشيمة (الخلاص) و يكمل نموها فى الشهر الثالث من الحمل و يصل عن طريقها الغذاء و الأكسجين اللازم لنمو الجنين .
- يتدء الرحم فى التمدد تدريجياً و يكبر (و يظهر ذلك واضحاً فى الشهر الرابع) و يزداد تبعاً لذلك حجم البطن .
- ينمو الجنين بداخل كيس به سائل يسمى بالسائل الأمنيوسى يحمى الطفل من الصدمات و يسهل حركة الجنين داخل الرحم .
- تبدأ الأم بالإحساس بحركة الجنين فى الشهر الرابع .
- يكبر الثديان و يصيران أكثر امتلاءً و تكبر الغدد اللبنية الموجودة فى الثديين و تستعد لإنتاج اللبن مع احساس بالشد فيهما و تنمو الحلمتان و يغمق لونهما (يتحول من اللون الوردى الفاتح إلى اللون البنى الداكن تدريجياً) .

• صحتهم الطيب
 • الوقاية من الحمل : يتأخر الحمل مع
 • الخبز والحبوب والفاكهة والخبز
 • جديدة في وقت الحمل والجنين
 • الجنين والجنين والجنين
 • الجنين والجنين والجنين
 • الجنين والجنين والجنين
 • الجنين والجنين والجنين

- ١- ارتفاع ضغط الدم
- ٢- تورم القدمين واليد
- ٣- الصداع
- ٤- زيادة الوزن (أكثر من ١٢ كجم)
- ٥- وجود قيح شديد
- ٦- وجود قيح في البول

• **أعراض الحمل :**
 • الحمل والجنين والجنين
 • الحمل والجنين والجنين

- ١- عتوب في الرحم
- ٢- نزول الدم من الرحم
- ٣- احتباس في الرحم
- ٤- نزول الدم من الرحم
- ٥- نزول الدم من الرحم
- ٦- نزول الدم من الرحم
- ٧- نزول الدم من الرحم
- ٨- نزول الدم من الرحم
- ٩- نزول الدم من الرحم
- ١٠- نزول الدم من الرحم

• **مشاكل الحمل :**
 • الحمل والجنين والجنين
 • الحمل والجنين والجنين

٢٠١٠	١	٧	٨	٩
سنة	شهر	يوم	يوم	يوم

• **كيف يتغير حجم الجنين في الرحم :**
 • الحمل والجنين والجنين
 • الحمل والجنين والجنين

- ١- نزول الدم من الرحم
- ٢- نزول الدم من الرحم
- ٣- نزول الدم من الرحم
- ٤- نزول الدم من الرحم
- ٥- نزول الدم من الرحم
- ٦- نزول الدم من الرحم
- ٧- نزول الدم من الرحم
- ٨- نزول الدم من الرحم
- ٩- نزول الدم من الرحم
- ١٠- نزول الدم من الرحم

المضادة للغثيان والقئ المحتوية على مادة الميتوكلوبراميد .

١- الصداع : يمكن اعطاء اى دواء مسكن للصداع والتم الاسنان يحتوى على مادة باراسيتامول الذى يستعمل اثناء الحمل والارضاع بأمان ، الادوية التى تحتوى على باراسيتامول اقرص او شراب مثل :-

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Abimol	20 tab.	أبيمول أقراص
Adol	٢٤ Tab.	أدول أقراص
Cetal	20 tab.	سيتال أقراص
Panadol	24 tab.	بانادول أقراص
Paramol	20 tab.	بارامول أقراص
Pyral	20 tab.	بيرال أقراص

٢- الانتفاخ : تعانى الحامل احياناً من الانتفاخ وتكوين الغازات ، ونظراً لنمو حجم الرحم خاصة فى الشهور المتأخرة من الحمل لذلك يسبب هذا الانتفاخ ضيق شديد للحامل ، يمكن اعطاء ادوية ماصة وطاردة للغازات مثل :

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Simethicone	Emulsion	ثايمثيكون معلق
Simethicone	30 tab.	ثايمثيكون
Luftal	chew. ١٠	لوفتال أقراص مضغ
Maxi-flat	20 tab.	ماكسى-فلات
Flatidyl	.tab ٣٠	فلاتيديل أقراص
Disflatyl	30 tab.	ديسفلاتيل

وجميع هذه الادوية يمكن ان تستعمل اثناء الحمل والرضاعة بأمان .

٣- حموضة المعدة : نظراً للنمو المطرد لحجم الرحم وضغطه على المعدة يحدث سوء هضم وتراكم لحمض الهيدروكلوريك فى المعدة وتكون النتيجة معاناة الحامل من حموضة وبالتالي حرقان

٣- مرضى القلب والحمل : يجب متابعة الحامل التى تعانى من مرض القلب مع الطبيب المتخصص .

٤- مرض السكر والحمل : يكون معروفاً قبل الحمل وقد يكون عرضاً (أى يظهر فقط اثناء الحمل و يختفى بنهايته) . وقد يعانى الجنين من وجود السكر فى دمه مما يؤدى الى

١- تشنجات فور ولادته

٢- يتوفى الجنين داخل الرحم .

٣- أو يكون حجم الجنين كبير مما يؤدى لتعسر الولادة .

بعض الأمراض والحمل :

بالرغم من ان هناك الكثير من الادوية التى يمكن استعمالها بأمان اثناء الحمل الا انه هناك قاعدة تقول ان جميع الادوية يجب الا تستعمل اثناء الحمل وهذا القاعدة تلتفت الينا انه يجب استشارة الطبيب قبل اعطاء اى عقار لسيدة حامل ويمكن ان تنطبق هذه القاعدة على الرضاعة ايضاً نظراً لوجود كم هائل من الادوية يفرز مع حليب الام وقد يؤثر سلباً على الرضيع

كما تقسم تسعة اشهر الحمل الى ثلاث مراحل كل مرحلة ثلاثة اشهر ، وتسمى ترائى مستر اول ، ترائى مستر ثانى ، ترائى مستر ثالث

First trimester-Second

Trimester - Third Trimester

وهناك ادوية كثيرة يمكن استعمالها فى الترائى مستر الثانى بينما يجب عدم استعمالها اثناء الثلاث اشهر الاولى (الترائى مستر الاول) مثل الادوية

فى الصدر ويمكن اعطاء ادوية شراب معلق او اقراص استحلاب (مضغ) مضادة للحموضة فى هذه الحالة ، وتتميز هذه المستحضرات باحتوائها على مادتين واحدة تعادل الحموضة وأخرى مضادة للغازات ، وبذلك يمكن اعطاؤها لعلاج الحالتين معاً ملعقة كبيرة او ١-٢ قرص مضغ ٣ مرات يومياً ، من امثلة هذه المستحضرات :-

الجدول التالي يحتوى على مضادات الحموضة التي يمكن استعمالها أثناء الحمل

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Miopan	Syrup	ميوبان
Mucogel	.Susp	ميكوجيل
Magsilon	Susp.	ماجزيلون
Magsilon	.tab ٢٠	ماجزيلون
Glycodal-M	Susp.	جليكودال-ام
Glycodal	.tab ٣٠	جليكودال
Epicogel	Susp.	إبيكوجيل
Alkasilon	.Susp	الكاسيلون
Sedo-mag	Susp.	سيدوماج
Neogelico	.Susp	نيوجيليكو
Alucal	20 tab.	ألوكال
Alucal Plus	.tab ٢٠	ألوكال بلس

٤- الغثيان والقيء : تعاني الحامل من اول شهور الحمل من غثيان واحياً قئ خاصة عند الاستيقاظ من النوم ، والسبب كما هو الحال مع الحموضة وسوء الهضم ضغط الرحم الذى ينمو يوماً بعد يوم على المعدة وتكون النتيجة حدوث حركة عكسية مؤقتة للمرئ ينتج عنها الغثيان والقيء ، فيتامين ب٦ ومادة الميكلوزين هى تركيبة مشهور تدخل فى مستحضرات كثيرة تُستعمل من اول يوم فى الحمل لتخفيف حالات الغثيان والقيء ، هذه المستحضرات مثل :-

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Anausan	Syrp	أنوزان
Dizirest B6	20 tab.	ديزى رست
Ezadoxine	20 tab.	إيزادوكسين
Navidoxine	10 tab.	نافيدوكسين
Vomidoxin	10 tab.	فوميدوكسين
Navoproxin	10 tab.	نافوبروكسين
CortigenB6	3 Ad amp	كورتيجين
Emeral	20 tab.	إيميرال
Meclodoxin	30 tab.	ميكلودوكسين
Emeral	5Ad. Supp	إيميرال لبوس
Emetrex	10 tab.	إيمتريكس
Vomistop	10 cap.	فوميستوب
Ginger	30 tab.	جنجر

٥- الامساك : تعاني الحامل احياناً من الامساك او عدم التبرز المنتظم خاصة فى الثلاث شهور الاخيرة من الحمل ، نتيجة كبر حجم الرحم الى درجة انه يعيق حركة الامعاء الطبيعية يمكن استعمال الماكولات التى تساعد على تليين الطعام طبيعياً مثل شرب الحليب ، والحلوة الطحينية ، والماكولات بالسيليلوز مثل البامية . كذلك يمكن اعطاء احد الادوية الاتية فى حالة الامساك الشديد وعدم وجود مشاكل فى ثبات الحمل يهدد بالاجهاض ، هذه الادوية مثل :-

- ١- جلسرين لبوس شرجى للكبار
- ٢- اى مستحضر يحتوى على مادة بيساكوديل مثل < ايبلاكسين > < بيساديل > < دولكولاكس > < لاكسين > < مينالاكس . >
- ٣- كذلك المستحضرات المحتوية على مادة اللاكتيولوز مثل شراب :- < دوفالاك > < لاکتيلوز > < سيدولاك > < لاکسولاك > < لاکتولين >

- كذلك تحتاج الحامل الى الحليب طوال فترة الحمل فهو يحتوى على مجموعة فيتامينات ومعادن مثل الكالسيوم وكذلك بروتين التى لا غنى عنها سواء للام او الجنين طوال فترة الحمل .

٢-تحتاج الى الحديد ابتداء من الشهر الرابع وطوال فترة الحمل .

٣- وتحتاج ابتداء من الشهر الخامس الى كالسيوم مكثف (اكثر من ٥٠٠مجم عن طرق الفم) وهو ضرورى لتكوين عظام الجنين وصحة عظام واسنان الام

٤-ويمكن للحامل ان تاخذ كبسولة او قرص يومياً من احد المستحضرات التى تحتوى على **فيتامينات**

متعددة ابتداء من الشهر الرابع او الخامس وطوال فترة الحمل ، خاصة اذا كانت تعاني من سوء تغذية ، انظر تحت عنوان الفيتامينات فى الفصل الاخير من هذا الكتاب ، كذلك هناك فيتامينات متعددة مع بروتين تغنى عن الحليب والفيتامينات يمكن استعمالها ، وهى مثل الحليب المجفف ٣ملاعق على كوب ماء او عصير او حليب مرتين يومياً مثل

- < اشور < سوستاجين < جيفرال < كريكون < ليداجين .

من الحقائق التى يجب ان نعرفها ان الجنين يأخذ ما يحتاجه من غذاء من دم الام بغض النظر عما اذا كان ما سيأخذه يحتاجه الام شخصياً ام زائد عن حاجتها ، و اى شئ يحتاجه الجنين غير متوفر فى غذائها سوف يأخذه من احتياجاتها الاساسية ، فمثلاً اذا احتاج الجنين الى كالسيوم ولم يجد كفايته فى غذاء الام سيأخذ من الكالسيوم

بحذر استعمال ادوية مليئة كثيرة اثناء فترة الحمل لأنها تسبب حركة وتقلصات شديدة للامعاء مما قد يؤثر على الرحم ويهدد بالاجهاض مثل المستحضرات المحتوية على مادة السنا وكذلك سلفات المغنسيوم (شربة الملح)

٦- الاسعال : اذا حدث اسهال اثناء فترة الحمل فيمكن استعمال ادوية لا تمتص من الامعاء } اى ان تأثيرها موضعى *local* ، وبالتالي لا تؤثر على الجنين مثل إعطاء ملعقة كبيرة ٣-٤ مرات يومياً من احد المستحضرات الاتية:-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Kapect	Susp	كابكت شراب
Smecta	packets	سمكتا أكياس
Smecta	Susp	سمكتا شراب

المستحضرات السابقة تمتص الميكروبات المسببة للاسهال من الامعاء وكذلك تساعد على تماسك البراز ، فى حالة الاسهال الشديد والغير معروف سببه يجب الرجوع للطبيب .

٧- الفيتامينات والمعادن : تحتاج الحامل الى بعض الفيتامينات والمعادن اثناء فترة الحمل فمن اليوم الاول تحتاج الى :-

١- اقرص **حامض الفوليك Folic** ، وهو احد الفيتامينات التى تحتاجها الحامل اثناء فترة الحمل خاصة فى الشهر الاول من الحمل ، اذا انه يدخل فى تكوين الحبل الشوكى للجنين ، لذلك يفضل اعطاء اى سيدة تخطط للحمل هذا الفيتامين حتى قبل بداية الحمل ، وهناك مساحيق بطعم الشوكولاتة او الفانيليا تحتوى على مجموعة الفيتامينات والمعادن التى تحتاجها الحامل سوف تذكر فيما يلى .

عقب صيام ثمانية ساعات أثناء الليل، وتؤخذ عينة من دم الوريد من المريضة بعد مرور ساعة ثم ساعتين ثم ثلاث ساعات. وتعتبر المريضة مصابة بسكر الحمل في حالة وجود نتيجتين إيجابيتين أو أكثر من كل من الآتي:

مستوى السكر في الدم صائماً ٩٥ مجم/د.ل أو أكثر.

مستوى السكر في الدم بعد ساعة من الجلوكوز ١٨٠ مجم / د.ل أو أكثر.

مستوى السكر في الدم بعد تناول الجلوكوز بساعتين ١٥٥ مجم/ د.ل أو أكثر.

مستوى السكر في الدم بعد ثلاثة ساعات ١٤٠ مجم/ د.ل أو أكثر.

متى ينبغي عمل الفحص اللازم لاكتشاف السكر في السيدة الحامل؟

لا بد من عمل منحنى السكر في الدم OGTT للسيدات اللاتي لديهن مؤشرات قوية لاحتمال الإصابة بسكر الحمل وهي:

- السمنة.
- الإصابة السابقة بسكر الحمل.
- وجود سكر في البول.
- تاريخ إيجابي للسكري في الأسرة.

وفي حالة عدم وجود سكر في الحمل

يعاد عمل منحنى للسكر في الدم في الفترة من الأسبوع الرابع والعشرين إلى الثامن والعشرين

من الحمل. ويوصى بعمل منحنى السكر في الدم في هذه الفترة لكل السيدات الحوامل.

ما هو مصير سكر الحمل بعد الولادة؟

المخزون الاستراتيجي في جسم الام مما سيؤثر على عظامها واسنانها ، وكذلك اذا لم يجد كفايته من الحديد سيأخذ من احتياجات الام وبالتالي ستصاب الام بالانيميا ، واذا لم يجد كفايته من الزنك سيأخذ زنك من الام وبالتالي قد تعاني الام من سقوط الشعر بسبب نقصان الزنك ، وهكذا ، لذلك من الضروري جداً الاعتناء بالتغذية جداً أثناء فترة الحمل وذلك ليس حفاظاً على صحة الجنين فقط بل حفاظاً على صحة الام ايضاً.

الحمل ومرض السكر

أن مريضة السكري يمكنها أن تحمل وأن تلد طفلاً طبيعياً تماماً بإذن الله.

أما السيدة الحامل التي تكتشف السكر لأول مرة في أثناء الحمل فإن هذا يسمى سكر الحمل أو Gestational DM.

ما هو مستوى السكر الطبيعي في الدم في أثناء الحمل؟

تحدث بعض التغييرات الفسيولوجية لدى الحوامل تؤدي إلى انخفاض مستوى السكر في الدم عما كان عليه قبل الحمل ولذلك فإن مستوى السكر في الدم صائماً يكون من ٦٠-٨٠

مجم/د.ل وبعد الإفطار بساعتين يكون أقل من ١٢٠ مجم/د.ل

ما هو مستوى السكر في الدم في السيدة الهصابة بسكر الحمل؟

يتم تشخيص سكر الحمل بعمل منحنى للسكر في الدم فتعطي المريضة مائة جرام جلوكوز بالفم

٥- متابعة ضغط الدم والسيطرة على ارتفاعه . يحدث ارتفاع ضغط الدم فى مريضة السكرى النوع الأول نتيجة لوجود الاعتلال السكرى بالكليتين (DM Nephropathy) .

وقد تنصح المريضة بعدم الحمل إذا كان مستوى الكرياتينين فى الدم أكثر من ٣ مجم/د.ل أو مستوى الزلال فى البول أكثر من ٢ جم/٢٤ ساعة . أما ارتفاع ضغط الدم فى مريضة السكرى النوع الثانى فهو كثيراً ما يصاحب السكرى . أما الأدوية المخفضة لضغط الدم فيمنع استخدام الأدوية الآتية :-

مدرات البول Diuretics

مثبطات بيتا B blockers

الأدوية المثبطة للأنزيم المحولة للأنجيوتنسين ACE inhibitors

٦- لابد من علاج المشاكل التى تصيب الجهاز

العصبى التلقائى فى مريضة السكرى

(DM autonomic neuropathy)

مثل : ضعف حركية المعدة

Gastroparesis

الاحتباس البولى

Urinary retention

عدم الإحساس بنوبات انخفاض السكر

Hypoglycemia unawareness

انخفاض الضغط عند الوقوف

postural hypotension

٧- متابعة تحليل البول للأستيون له أهمية كبيرة

فى اكتشاف بوانر غيبوبة ارتفاع السكر الاستيونية

فى مرضى السكرى النوع الأول . كما أن

اكتشاف الاستيون فى البول قد يكون نتيجة عدم

إن المريضة بسكر الحمل لديها احتمال قوى للإصابة بالنوع الثانى من السكرى عقب انتهاء الحمل وخاصة من تعانى من السمنة . وربما يختفى السكرى بعد الولادة ليدهم المريضة مرة أخرى فى حمل آخر فى المستقبل .

بماذا تنصح مريضة السكرى التى ترغب فى الحمل ؟

١- إجراء التحاليل الآتية :

أ- مستوى الهيموجلوبين السكرى فى الدم . المستوى المثالى له ٧% .

ب- تحليل نسبة الكرياتينين فى الدم serum creatinine وتحديد نسبة الزلال فى البول .

ج- وظيفة الغدة الدرقية : T3, serum free T4, TSH وجود زيادة أو نقص فى هرمونات الغدة الدرقية فى مريضة السكرى النوع الأول .

٢- المتابعة المنزلية للسكر فى المنزل يومياً : ويكون العلاج ناجحاً إذا كانت مستويات السكر فى الدم : صائماً من ٧٠-١٠٠ مجم/د.ل . بعد الأكل بساعتين أقل من ١٤٠ مجم/د.ل .

٣- التوقف عن استخدام الحبوب المخفضة للسكرى فى مريضة السكرى النوع الثانى واستخدام الأنسولين فى جرعات يحددها الطبيب .

٤- إجراء فحص لقاع العينين لأن الحمل قد يودى

إلى حدوث اعتلال الشبكية (DM

Retinopathy) أو تدهور هذا الاعتلال إن

كان موجوداً من قبل .

أخذ المريضة وجبات كافية وتخفيض السرعات الحرارية بشكل شديد في محاولة للسيطرة على السكرى .

ما هي مضاعفات سكر الحمل على الأم والجنين ؟

أولاً: المخاطر التي تصيب الأم :

١- زيادة معدل العمليات القيصرية C.S

٢- ارتفاع ضغط الدم .

٣- ما قبل إرجاج الحمل Preeclampsia أو

إرجاج الحمل Eclampsia .

٤- زيادة السائل الأمينوس Hydramnios .

٥- الإصابة بمرض السكرى النوع الثانى .

ثانياً: المخاطر التي قد تصيب الجنين أو حديثى

الولادة .

١- الوفاة داخل رحم الأم Intrauterine fetal death .

٢- كبر حجم الجنين Macrosomia .

٣- التشوهات الخلقية congenial anomalies .

٤- الولادة المبكرة لأطفال مبتسرين premature .

٥- مشاكل لحديثى الولادة :-

زيادة نسبة الصفراء بالدم .

انخفاض نسبة السكر فى الدم .

زيادة عدد كرات الدم الحمراء .

نقص الصفائح الدموية .

انخفاض نسبة الكالسيوم بالدم .

الوفاة .

ثالثاً: يكون الطفل المولود من الأم التي عانت من سكر الحمل أكثر عرضة فى فترة

الشباب للإصابة بمرض السكر والسمنة .

ما هى خطة العلاج للسيدة الحامل البصابة بسكر الحمل أو لمريضة السكرى التى تحمل؟

١- إجراء تحليل منزلى يومى بالجهاز فى المنزل صائماً وبعد الوجبات .

أفضل المعدلات للسكر هى أن يكون صائماً ٩٥ جم/دول أو أقل من ذلك . وبعد الإفطار بساعتين ١٢٠ مجم/دول أو أقل .

٢- إجراء تحليل للأستيون فى البول مرتين أسبوعياً .

٣- يسمح للمريضة بكمية كافية من السرعات الحرارية ١٨٠٠-٢٢٠٠ سعر حرارى يومياً موزعة على ثلاث وجبات رئيسية وثلاث وجبات خفيفة .

٤- يستخدم الأنسولين فى جرعات مناسبة تحت الجلد قبل الإفطار والعشاء .

٥- تتم الولادة فى الأسبوع الثامن والثلاثين وذلك تحسباً لزيادة حجم الجنين .

٦- الرضاعة الطبيعية للمولود هى أفضل أنواع الرضاعة .

٧- لا بد من عمل تحاليل دورية لاستبعاد عودة السكرى بعد انتهاء الحمل .

٨- عدم استخدام الكوريتزون أو الأدوية التى تؤدى إلى ارتفاع السكر أثناء أو بعد الحمل .

٩- قد يكون اللولب IUD هو أفضل وسيلة لمنع الحمل بعد ذلك .

ترهلات ما بعد الولادة

ترهل العضلات وظهور الكرش بعد الولادة :

غالباً ما يحدث بعد الولادة ترهل لعضلات البطن وظهور الكرش وكذلك حدوث خطوط حمراء في جلد البطن.. ولعلاج هذه الحالات ينصح بعمل الريجيم الغذائي الموضح مع اتباع التمرينات الرياضية لتقوية عضلات البطن بعد استشارة الطبيب، كما أن هناك تقنيات طبية حديثة تستخدم لتقوية عضلات البطن لمنع ظهور الكرش أو الترهل ، ويمكن استخدام بعض المراهم التي تساعد على الحد من ظاهرة الخطوط الحمراء بعد الولادة .

وهناك آراء مختلفة لحزام البطن بعد الولادة، إلا أن المؤكد أن استخدامه بكثرة يؤدي إلى مزيد من الضعف في عضلات البطن، لذا يفضل اللجوء إلى ممارسة نظام غذائي فعال للتخلص من الكرش بعد الولادة .

نظام الغذائي بعد الولاده :

- ١- يجب الإكثار من شرب الماء أو أي مشروبات ساخنة بدون سكر (الحلبة، الينسون ، الكراوية، الكركديه، النعنع.....).
- ٢- يُسلق الخضار في الماء بدون إضافة أي مكعبات من مرقة الدجاج ولكن يمكن إضافة الملح أو البصل أو الثوم أو البهارات ما عدا الفلفل والشطة .
- ٣- يجب عدم إضافة أي زيت أو سمن أو زبد أو أي دهون أو شحوم .
- ٤- مسموح بشرب الشاي أو القهوة في أي وقت ولكن بدون إضافة سكر أو حليب أو مبيض القهوة (يمكن

التحلية بحبوب كانديل) أو أي بديل للسكر ما عدا سكر الفواكه

٥- مسموح بشرب ٢ كوب من الصودا في أي وقت كذلك علبة أو اثنتين من المياه الغازية دايت فقط (دايت بيبسي، دايت سفن أب، دايت تيم، كوكاكولا لايت، بيبسي ماكس) .

٦- عند الشعور بالجوع يمكن تناول أي كمية من (الخيار، الخس، أو الجزر)

مراعاة الأتسي :

أ- أن تأكله بعد مرور ساعتين من الوجبة الأساسية

ب- تناول صنفاً واحداً مما سبق بين كل وجبة وأخرى طوال اليوم .

٧- إذا أرنت متابعة وزنك يجب استخدام ميزان رقمي لتوضح فروق الكيلوجرامات، ويتم القياس مرة واحدة في الصباح بعد الحمام وبملابس النوم الخفيفة .

٨- لا يجب التوقف عن الريجيم في أي مرحلة وإعادة استخدامه من اليوم الذي توقفت فيه، ولكن يعاد من البداية كذلك عند حدوث أي خطأ .

٩- يفضل استخدام أي نوع من الرياضة ولو بالمنزل (حوالي ٣٠ دقيقة) ويفضل الجري أو الدراجة الثابتة

أو السباحة

١٠- بعد الريجيم سيتولد عندك إحساس بسرعة امتلاء البطن مع أي كمية صغيرة من الطعام، مما سيمكنك من المحافظة على الوزن لشهور عديدة ولعدة سنوات بشرط الاعتدال في أكل النشويات والسكريات .

١١- يفضل تناول أي حبوب كالسيوم (حبة واحدة يومياً).

الفصل الثامن (الرضاعة الطبيعية والصناعية)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- ١- الحليب المستعمل من اول يوم الولادة
- ٢- الحليب المستعمل من الشهر السادس
- ٣- الحليب المستعمل من عمر سنة فما فوق
- ٤- المستحضرات البديلة للحليب الحيوانى
- ٥- الحليب قليل اللاكتوز او الخالى من اللاكتوز
- ٦- الحليب المضاد للقيء
- ٧- غذاء الرضع والاطفال



تحضر الرضعة باضافة مكيال ممسوح لكل ٣٠ مللى ماء ، (او حسب الجدول الموجود على كل علبة) ، فاذا كان بالامكان ان ياخذ الرضيع ٩٠ مللى حليب ، اذاً سنضع ٣ مكيال ممسوحين بوردة حليب فى الرضاعة ونكمل بالماء الذى سبق غلية حتى علامة ٩٠ مللى .

ينصح بعض اطباء الاطفال بارضاع المولود بانتظام كل ساعتين (سواء صناعى او طبيعى) ، باعتبار ان الانتظام فى الرضاعة ، ينظم حركة المعدة ، وبالتالي يقلل من المغص والتقلصات وتكون الغازات عند الرضيع ، وينصح بعض الاطباء بعدم ايقاظ الرضيع من نومه لارضاعه بهدف انتظام الرضعات بل تركه لانه اذا جاع سيستيقظ طالباً الرضاعة سواء نام ساعتين او اكثر او اقل

٢ - الحليب المستعمل من الشهر السادس وحتى عمر سنة :

ابتاميل-٢ < بروميل < بيببيلاك-٢ < سميلاك < غين < فريزوميل < نيوتريلون-فلو < اون < نان-٢ < نوفولاك-٢ < نكتارميل-٢

٣ - الحليب المستعمل من عمر سنة الى ٤ سنوات :

مثل حليب < بروجرس < نيدو جونيور

٤ - الحليب للرضع ذو الحساسية للحليب الحيوانى : وهذه المستحضرات لها قيمة غذائية للرضيع تساوى تقريباً الحليب المنتج من اصل حيوانى ولكنها تخلو من المنتجات الحيوانية بل تحضر من اصل نباتى مثل فول الصويا ،

الرضاعة الطبيعية لا غنى عنها اذ تمد الرضيع باجسام مناعية تسمى «اميونوجلوبولين Aminoglobulin» وهى تمثل مناعة طبيعية ضد الامراض تهديها الام للرضيع خاصة فى الشهور الاولى من ولادته التى يكون فيها الجهاز المناعى للمولود لم يكتمل بعد ، وهو ما يفنقده الحليب المجفف البديل لحليب الام ، لذلك نجد ان الكثير من الاطفال الذين يعتمدون على الرضاعة الصناعية يتعرضون لامراض وعدوى ميكروبية لم يصاب بها الذين ياخذون رضاعة طبيعية وبالتالي يجب على الام الحفاظ على الرضاعة الطبيعية حفاظاً على صحة المولود ، ويجب ان لا تلجأ الى الرضاعة الصناعية الا فى حالة عدم المقدرة التامة على الارضاع او تعاطى ادوية تفرز فى حليب الأم وتشكل خطراً على صحة الرضيع .

مستحضرات الحليب المجفف المستخدمة فى الرضاعة الصناعية :

١ - الحليب المستعمل من اليوم الاول للولادة وحتى الشهر السادس :

اس٢٦ < انفابرو < ابتاميل-١ < بيببيلاك-١ < سميلاك < نيوتريلون بريميوم < نان-١ < نستوجين < نكتارميل-١ < لكتوجين .

جميع هذه المستحضرات متشابهة فى التركيب ، مستخلصة من الحليب البقرى المجفف ومنزوعة الدسم ومحورة بحيث تتشابه مع مكونات حليب الام ، وقد يكون الفارق بينها هو دعم وزارة الصحة من عدمه .

حليب للمواليد المبتسرين (غير مكتملي النمو) :
وهذا النوع من الحليب المجفف محضر خصيصاً للمواليد غير مكتملي النمو ، ويحتاجون الى تركيبة خاصة تحتوي على تركيز عالي من البروتين وغيره ويرمز لهذه النوعية من الحليب بـ ال بي دبليو *L.B.W.* وتعنى مواليد غير مكتملي الوزن *Low Birth Weight* <اس ٢٦ *L.B.W.* <انفـالـاك *Premature* <ابتـامـيل *Start* .

٧- غذاء الرضع والاطفال الاضافى

ابتداء من اول يوم فى الشهر الرابع يفضل اعطاء غذاء اضافى للرضع لكى يمدهم بالفيتامينات والمعادن اللازمة لنموهم ، هذا الغذاء الاضافى مثل الخضروات والفواكه الطازجة بانواعها يتم سلقها وخلطها معاً فى الخلاط وهى ذات فائدة كبيرة للنمو الطبيعى للرضيع ويتوفر بالصيدليات اغذية مجففة تصلح لهذا الغرض وهى عبارة عن دقيق القمح او الارز مع او بدون اضافات اخرى كالخضروات او الفواكه المجففة وبتركيبة علمية متوازنة بالفيتامينات والمعادن.



الاغذية المجففة التى تعطى من عمر اربعة اشهر وبعضها من الشهر الخامس او السادس وحتى عامين :

وتستخدم لبعض حالات من الرضع ، لديهم حساسية ما من البروتين الحيوانى:-
<نيوتريلون صويا < ايزوميل .

٥ - الحليب قليل اللاكتوز او الخالى من

اللاكتوز ويعطى لها الرمز *L.F.* وتعنى خالى من

اللاكتوز *Lactose Free*؛ وهو يعطى للرضع الذين

لا يستطيعون تحمل هضم اللاكتوز لانقراضهم لانزيم اللاكتاز المسئول عن هضم اللاكتوز ، حيث ان الحليب العادى يحتوى عليه واعطائه لهؤلاء الرضع يؤدى الى ارتباك فى الهضم واسهال وتقلصات .

ايضاً يفضل اعطاء هذا النوع من الحليب بدلاً من الحليب العادى اثناء فترة الاسهال ولمدة اسبوع بعد الاسهال ، لان الاسهال يزيل الخلايا المبطنه للامعاء المسئولة عن افراز انزيم اللاكتاز ، ولا تعود هذه الخلايا الى التكوين والافراز مرة اخرى الا بعد عدة ايام .

<بيبيلاك ال اف <ديلاك ال اف <سميلاك ال اف <نيوتريلون قليل اللاكتوز < نورسوى ال اف < نوفولاك ال اف .

٦ - الحليب المضاد للقيء ويرمز لها بحرفين

ايه ار *A.R.*، وتعنى مضاد للقيء *Anti-*

regurgitation؛ وهو يستعمل للرضع ذو الهضم

الغير منتظم والذين يعانون من ارتجاع الرضعة عن طريق الفم ، هذا المستحضر غنى بالمواد النشوية التى تساعد على ثبات الرضعة داخل معدة الرضيع :-

نيوتريلون ايه ار *A.R.* < فريزوفوم *Frisovom*

< نوفولاك ايه ار .

فالأدوية التي تمر بسهولة في دم الأم من خلال المشيمة أو (الخلاص) يكون تركيزها أعلى في دم الجنين .. و بذلك يكون تأثيرها أقوى على الجنين و خصوصا أن كبد الجنين لم يمارس وظائفه و هي معادلة السموم التي تنتج من الأدوية و بالتالي تتركز هذه المواد الكيميائية بخلايا الجنين و يمكن أن تسبب له مشاكل خطيرة .

الأكثر من ذلك أن تأثير الدواء و خطورته يتوقف على الفترة التي تم تناوله فيها . ولذلك يجب الحذر في تناول الأدوية خلال الشهور الأولى من الحمل .. و خاصة من الأسبوع الثالث حتى الأسبوع الحادي عشر ففي هذه الفترة يتم تكوين الأعضاء المختلفة للجنين و تناول أية أدوية بطريق الخطأ في هذه الفترة يهدد الجنين و قد يؤدي إلى إصابته بعيوب خلقية أو حدوث إجهاض و لذلك يحذر الأطباء من تناول أية أدوية غير ضرورية في خلال الشهور الثلاثة الأولى من الحمل .. خاصة أن هناك أدوية لم يعرف مدى تأثيرها على الحمل حتى الآن لأن الأبحاث تجرى على حيوانات التجارب لمعرفة مدى تأثير الدواء على أنثى الحيوان الحامل .. و لكن هناك أدوية من الممكن أن يكون لها تأثير على مجموعة أو نوعية معينة من الحيوانات و لا تؤثر على نوعية أخرى ز وكذلك يتم إكتشاف خطورة بعض الأدوية من خلال الاحصائيات التي تجرى على السيدات الحوامل الاثى يضعن أطفالا مصابين بتشوهات خلقية .

و من الادوية التي تمثل خطر جسيم على الحمل مركبات النتراسيكلين و الاستربتومايسين و عدد

ك سيريلاك قمح ، ارز ، فواكه ، عسل ، الخ
كميلوبا ارز ، خسروات ، برتقال ، جزر ، موز ، الخ
ك جلاكتينا فواكه ، حبوب ، ارز ، الخ
ك ريري ارز ، حبوب ، جزر ، خسروات ، الخ
ك نيوتريبن فواكه ، برتقال ، ارز ، حبوب بالعسل ، حبوب بالفواكه ، تفاح
ك نوفولاك بالعسل ، بالفواكه ، بالكرامل .
ك وهناك ايضا وجبات جاهزة للتقديم مثل جربز بالفواله ، بالجزر ، باللحم الخ

ممنوع أثناء الحمل

المتابعة الطبية للسيدة الحامل خلال شهور الحمل مهمة جدا حرصا على حياتها و حياة الجنين و لذلك يجب أن يكون هناك نظام دقيق يحكم الحياة اليومية للحامل .. بحيث يكون كل شيء بحساب بدءا من ممارسة الحياة اليومية إلى النظام الغذائي و الرياضة و الأدوية و .. و .. بل أن هناك أشياء ممنوعة على الحامل خلال فترة الحمل ، لأنها تمثل خطرا على صحتها و صحة الجنين .. **فها هي هذه الهنوعات أو المحظورات ؟؟**

في خلا شهور الحمل يجب تناول الأدوية بحذر شديد تحت إشراف الطبيب الاخصائى لأن بعض الأدوية ممنوعة تماما خلال هذه الفترة ، و هناك أدوية يجب تناولها بجرعات صغيرة و في فترات معينة من الحمل .. و السبب أن كثيرا من الأدوية لديها القدرة على إختراق الحواجز المشيمية ..

يحذر العلماء من التعرض للأشعة العادية أو أشعة اكس التي تستخدم فى تشخيص الكسور و أمراض العظام و الكلى وغيرها، بينما لا يخشى إطلاقاً من الأشعة التليفزيونية أو الموجات فوق الصوتية لأنها لا تؤدي إلى أية أضرار على الحمل .. بل تعتبر حالياً الوسيلة الأولى لمتابعة الحمل و تشخيص مشاكله و التعرض للأشعة العادية خلال الشهور الثلاثة من الحمل له تأثير شديد الخطورة و يؤدي إلى الإصابة بعيوب خلقية ... حتى أن بعض الأطباء يفضلون إجراء عملية إجهاض طبي إذا تعرضت الأم للأشعة فى خلال هذه الفترة من الحمل .. و يجب على الحامل عدم دخول غرفة الأشعة العادية بمرافقة أى مريض ، أما إذا كان من الضرورى إجراء أشعة للسيدة الحامل لتشخيص الكسور خلال فترة الحمل فيجب تغطية البطن بواسطة قميص خاص مصنوع من مادة الرصاص

كبير من المضادات الحيوية و نسبة عالية من الأدوية الكيميائية التي تستخدم لعلاج الأورام و الأدوية التي تستخدم لعلاج السكر فى الدم عن طريق الفم أى ماعدا الأنسولين .. و من الأدوية التي تمثل خطراً على الحمل معظم أدوية الضغط بإستثناء دواء الألدوميت و كذلك الهرمونات و هناك أدوية يجب تناولها بحذر شديد بعد إستشارة الطبيب الاخصائى مثل الأدوية المهدئة و المنومة .. كما يجب الأمتناع عن تناول الأسبرين خلال الحمل .. و إن كانت البحوث الحديثة تؤكد أن تناول جرعات قليلة من الأسبرين فى خلال فترات معينة من الحمل يؤدي إلى علاج بعض أمراض الحمل .

وقد أثبتت البحوث العلمية أن بعض الأدوية لا تؤثر على الحمل مثل أدوية الحديد و الهرمونات المثبتة للحمل . و بعض الفيتامينات و مركبات البنسيلين

التعرض للأشعة

جداول للأدوية و تأثيراتها على الحمل و الإرضاع

مثل
الحديد و المغنيزيوم

أولاً : الأدوية و الحمل

١- الأدوية التي يمكن ان تعطى
للحوامل بأمان نسبي

٢- الأدوية التي يمكن إعطاؤها
للحامل و لكن مع خطر تأثر الجنين بشكل
قليل جداً

ملاحظات	الاسم العلمى الدواء
الأسبيرين خطره أكبر من هذه الأدوية	المسكنات مثل: إيبوبروفين_ ديكلوفيناك_ كيتوبرفين _ فبنتانيل _ ميبريدين _ مورفين _ نابروكسين_ بيروكسيكام - سولينداك
	مضادات الإكتئاب مثل: الفلوكسيتين او البروزاك
لا تعطى جميعها	خافضات السكر الفموية
	مضادات القيء و التشنج مثل: Dimenhydrinate - Granisetron - Ondansetron - Prochlorperazine - Promethazine - Scopolamine Trimethobenzamide
	مضادات الحساسية مثل: Astemizole - Brompheniramine - Cetirizine - Clemastine - Diphenhydramine - Fexofenadine - Hydroxyzine - Loratadine - Terfenadine Cholestyramine - خافضات شحوم الدم Colestipol
	المضادات الحيوية: Acyclovir - Azithromycin - Aztreonam - Chloramphenicol - Clarithromycin - Clindamycin - Imipenem-cilastatin -

ملاحظات	الاسم العلمى الدواء
تجنب الجرعات الكبيرة	الباراسيتامول
تفيد في الوقاية من التسمم الحملى	سلفات المغنيزيوم
للمصابات بالسكري	الأنسولين
	مضادات الإقياء مثل: الميتوكلوبراميد و الميكليزين و البيريديوكسين مضادات الحساسية : كلورفينيرامين و التربروليدين
مركبات السلفا و الكينولونات لا تعطى للحوامل (مثل السيبروفلوكساسين	المضادات الحيوية مثل: البنسيلين و الأموكسيسيلين و الكلافونيك اسيد و السيفالوسبورينات و الأمبيسيلين و الأريثرومايسين و التيكراسيلين و البيراسيلين و مضادات الفطريات الموضعية و الريفامبيسين
السيميتيدين لا يعطى	أدوية جهاز الهضم مثل: الكاتولبن و مضادات الحموضة و اللوبييراميد
	أدوية الغدة الدرقية مثل الليفوثيروكسين
	الفيتامينات و المعادن :

الأدوية العصبية مثل: Carbamazepine – Clonazepam – Ethosuximide -Gabapentin Lamotrigine	
مضادات الإكتئاب مثل: Amitriptyline – Desipramine – Doxepin – Imipramine –Nefazodone – Nortriptyline – Trazodone - Venlafaxine	
خافضات السكر الفموية: Glipizide - Glyburide	
خافضات الشحوم: Gemfibrozil	
المضادات الحيوية - ملحوظة: بعض هذه الادوية قد يسبب نقص السمع عند الجنين	
Amikacin – Ethambutol – Fluconazole – Gentamicin – Isoniazid – Itraconazole – Ketoconazole - Miconazole (systemic) – Pentamidine – Pyrazinamide – Rifampin – Tobramycin – Trimethoprim - Sulfamethoxazole	
ادوية القلب والضغط: Amlodipine – Diltiazem – Felodipine – Nifedipine – Nitrates – Verapamil	
ادوية الرشح والسعال: Guaifenesin panolamine - Pseudoephedrine	
مدرات البول: Amiloride – Bumetanide – Chlorthalidone – Chlorthiazide Ethacrynic acid – Furosemide – Hydrochlorothiazide –Indapamide – Metolazone – Spironolactone - Torsemide Triamterene	
قد تسبب تثبيطا للغدد	الهرمونات و الكورتيزون: Glucocorticoids(systemic) Progestins
قد تسبب مشاكل تنفسية بعد الولادة مباشرة عند الوليد	المهدئات: Benzodiazepines
قد تؤثر على درق الجنين	ادوية الغدة الدرقية: Methimazole Potassium iodide Propylthiouracil
ادوية أخرى: Azathioprine – Cyclosporine – Haloperidol – Pentoxifylline	

Metronidazole - Vancomycin
مضادات تخثر الدم: Dalteparin – Dipyridamole – Enoxaparin – Heparin - Ticlopidine
أدوية القلب والضغط: Atenolol - Clonidine – Digoxin – Doxazosin – Hydralazine – Labetalol – Lidocaine – Methyldopa – Metoprolol - Prazosin Procainamide – Propranolol – Quinidine – Terazosin - Timolol
أدوية السعال: Dextromethorphan
أدوية جهاز الهضم: Bismuth subsalicylate – Casanthranol – Cisapride – Dicyclomine Docusate - H ₂ receptor antagonists – Lansoprazole – Omeprazole – Phenolphthalein – Senna - Simethicone – Sucralfate
أدوية جهاز التنفس: Albuterol فينتولين - Beclomethasone (inhalation) – Cromolyn - Flunisolide (inhalation) – Ipratropium – Metaproterenol – Nedocromil – Pirbuterol – Salmeterol – Theophylline - Triamcinolone (inhalation)
المهدئات: Buspirone – Propofol - Zolpidem
أدوية الجهاز البولي: Allopurinol – Carisoprodol – Chlorzoxazone – Cyclobenzaprine - Flavoxate – Oxybutynin - Sumatriptan

٣- الأدوية التي يترافق إعطاؤها مع خطر محتمل على الجنين

ملاحظات	الاسم العلمي الدواء
	المسكنات مثل: Aspirin – Codeine – Etodolac – Indomethacin – Ketorolac – Nabumetone – Oxaprozin – Propoxyphene - Tramadol

٤- الأدوية الممنوع إعطاؤها للأم الحامل بسبب ترافقها مع خطر مثبت على الجنين

٥- الأدوية المشوهة للجنين بشكل مؤكد

ملاحظات	الإسم العلمي الدواء
الدواء الثاني قد يسبب تخلف عقلي و فشل نمو و تشوهات عينية عند الجنين و الدواء الاخير قد يسبب استسقاء الدماغ و تشوهات و جبهة	العصبية الأدوية : Phenobarbital Phenytoin Primidone Valproic acid
الأدوية النفسية : Monoamine oxidase inhibitors	
الشحوم خافضات : Fluvastatin – Lovastatin – Pravastatin - Simvastatin	
هذه الأدوية قد تسبب تشوهات عظمية؟	الحوية المضادات : Ciprofloxacin Doxycycline Norfloxacin Ofloxacin Tetracycline
يعتبر من المشوهات فقد يسبب تخلف عقلي وتشوهات عظمية	مميعات الدم: Warfarin
قد تسبب أذية كلوية للجنين	أدوية القلب و الضغط : Angiotensin-converting enzyme inhibitors Losartan
أدوية الهضم : Misoprostol	
مانعات الحمل عن طريق الفم : Oral Estrogens - contraceptives	
المنومات و المهدئات : Pentobarbital - Phenobarbital	
الدواء الثاني يعتبر مشوها للجنين و قد يسبب تشوهات في القلب و الاوعية	المعادن الفيتامينات : Isotretinoin Lithium Tamoxifen Quinine

تأثيره على الجنين	الإسم العلمي الدواء
فشل نمو الجنين + تأخر عقلي + صغر الجمجمة + تشوهات عينية + تشوهات مفصالية	الكحول
تذكير الجنين الأثنى و تشوه الأعضاء التناسلية	الأندروجينات والجرعات العالية من البروجيستوجين أمينوبرين
فشل نمو الجنين + تشوهات فشل نمو شفة الأرنب +	لعلاج busulfan بعض الاورام السرطانية
تشوهات تناسلية عند الإناث	diethylstilbesterol
تشوهات في القلب والوجه و قيلة سحائية	إيزوترينيتون (كيسول لعلاج حب الشباب)
تشوهات فى الاطراف	ثاليدوميد
تخلف عقلي + فشل نمو + تشوهات بولية تناسلية	الكوكابين

ثانياً: الأدوية و الرضاعة

١- الأدوية التي لوحظ ترافق إعطاؤها مع تأثيرات هامة على الرضع و التي يجب ان تعطى بحذر

تأثيره على الرضيع	الإسم العلمي للدواء
إسهال	5-aminosalicylic acid
حموضة	الأسبيرين
هياج -ضعف رضاعة - ميل للنوم	clemastine
تشنج	فينوباربيتال
Methemoglobinemia	
صعوبة رضاعة	primidone
إسهال دموى	sulfasalazine

٢- الأدوية الممنوعة للأم خلال
الإرضاع

أثر الدواء على الرضيع و سبب المنع	الاسم العلمى للدواء
يثبط ادرار الحليب	bromocriptine
تثبيط مناعة الرضيع	cylophosphamide
تثبيط مناعة الرضيع	doxorubicin
يسبب القيء و الإسهال و الإختلاج عند الرضيع حتى بالجرعات المعتادة	ergotamine لمعالجة الشقيقة
التسمم به عند الرضيع	Lithium
تثبيط المناعة و نقص الكريات البيضاء	Methotrexate
قد يسبب هلوسة	phencyclidine
قد يسبب نريف	phenindione
هياج و قلة النوم	amphitamine
+ تململ + ضعف قىء رجفان رضاعة +	الهيروين
نقص ادرار الحليب عند الأم+ تسرع قلب الرضيع+ اسهال و قىء و تململ عند الرضيع	دخان السجائر

الفصل التاسع (عظام و أمراض روماتيزمية)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عن :

- ١- الامراض الروماتيزمية و إلتهاب المفاصل .
- ٢- الأدوية المسكنة للألم .
- ٣- تيبس الرقبة و ألم العضلات أو الملح .
- ٤- هشاشة العظام .
- ٥- خشونة المفاصل (الإلتهاب المفصلى العظمى) .
- ٦- الإلتهاب الروماتويدى المفصلى (الروماتويد المفصلى) .
- ٧- ألم الظهر .



لفترة محددة وبعد الوجبات نظراً لتأثيراتها الجانبية على المعدة

٢- يمكن إعطاء اللبوس الشرجى بدلاً من الأقراص للمرضى ذو المعدة الحساسة والذين لا يستطيعون تناول الأقراص وتعطى الأمبولات لتسكين الألم بسرعة أو كبداية للعلاج يتبعها إعطاء الأقراص أو اللبوس الشرجى .

الطرق المتبعة لعلاج الآلام الروماتيزمية والتهاب المفاصل :

١- يمكن إعطاء دواء مضاد للروماتيزم والالتهابات مثل أقراص أو لبوس شرجى أو حقن بالعضل من أحد الأدوية التالية :-
كفولتارين ١٠٠مجم يومياً أقراص أو حقن أو لبوس شرجى *Votarin* فولتارين مثل الأدوية الأتية في التركيب

(*اولفين ، ديكلوفين ، رومافين ، روماليس ، رومارين*) .

كفلدين أقراص أو حقن أو لبوس شرجى *Felden* فلدين في تركيبه مثل (*بركسين ، بيروكسيدين ، ديسبيركام ، فلدورال*) .

كاندوسيد كبسول أو حقن أو لبوس شرجى *Indocid* ، اندوسيد مثل (*اندوميثازين ، انداسين ، لبوس شرجى ، اندومين ، بونيدون ، ليوميتاسين*) .
حقن .

كبروفين أقراص أو لبوس شرجى *Brufen* يمكن إعطاء حتى ٤٠٠مجم يومياً للشخص البالغ بروفين مثل (*ايوبروفين ، الترافين ، ايبوفين ، بروفيبال ، ماركوفين*) .

معظم الادوية المضادة للروماتيزم هي نفسها الادوية المضادة والمسكنة للألم المفاصل والعضلات وايضاً لها نفس طريقة العمل وهي تثبيط مادة البروستاجلاندين المسؤولة عن حدوث الالتهابات والألم ، ولكن تختلف عن بعضها في درجة تثبيط مادة البروستاجلاندين فكما كانت قوة إيقافها لتكوين البروستاجلاندين كلما كان هذا الدواء مضاد قوى للروماتيزم والالتهاب ، وجميع الادوية المضادة للروماتيزم هي ايضاً مسكنة للألم مثل الدايكلوفيناك ولكن هناك بعض الادوية المسكنة للألم (مسكنة للصداع او الم الاسنان) ليس لها خواص مضادة للروماتيزم او الالتهابات مثل مادة الباراسيتامول .

١- الامراض الروماتيزمية و التهاب المفاصل Rheumatic & inflammatory Diseases

مثل التهاب المفاصل في الظهر او الركبة او مفاصل اليد وهناك اسباب كثيرة لالتهاب المفاصل من بينها التغيرات الجوية ، كبر السن ، مرض السكر ، ملخ او تمزق نتج عنه التهاب في المفاصل او العضلات.. الخ ، ومهما كان السبب في هذه الامراض فنظراً لما تسببه من الآم فان الدواء المؤثر الذي يوصف هو دواء له ثلاث خواص في آن واحد مضاد للروماتيزم مضاد للالتهاب مسكن للألم

(*Antirhumatic, Anti-Inflammatory, analgesic*)

ملحوظة : ١- هذه الادوية يحظر استعمالها لمرضى القرحة ونزيف المعدة ويجب ان تؤخذ

الناتج عن الامراض السرطانية ففي هذه الحالة تعطى مسكنات مثل المورفين ، وهي تندرج تحت بند الادوية المخدرة التي لا تصرف الا في هذه الحالات الخاصة وتحت قيود مشددة.

في حالة الصداع او الم الاسنان تعطى ادوية لها خواص مسكنة ولكن ليس لها تأثير مضاد للروماتيزم والالتهابات مثل الاسبرين والادوية المحتوية على مادة الباراسيتامول مثل «ايبومول ، بارامول ، بيرال ، باراسيتامول ، الخ»

في حالات الالم الشديد في الاسنان او الصداع الشديد او اي الم في الزراع او الارجل تُعطى ادوية مسكنة اقوى من الاسبرين والباراسيتامول مثل «ادارك ، انالفان ، جليفان ، بونستان ، بروفينيد ، كيتوفان الخ»

يوصف الاطباء احياناً الادوية المضادة للالام الروماتيزمية كمن فقط في حالة الالم الشديد وذلك لما لها من تأثير قوى مضاد للالام مثل «كاتافلام ، انتيفلام ، بوتافين»

هناك ادوية تعطى كمسكن للالام في الجرعات الصغيرة وكمسكن للالام ومضاد للروماتيزم والالتهابات اذا اعطيت بجرعات عالية مثل الادوية المحتوية على مادة كيتوبروفين او ايبوبروفين ، وهناك ادوية كثيرة يجوز فيها القول انها مسكن ، وايضاً هي مضادة للالام الروماتيزمية والالتهابات .

«ايبكوتيل اقراص او لبوس شرعى او حقن وهو مثل (سورال) .

تعطى الحقن في اليوم الاول من أى نوع كبداية لتسكين الالم بسرعة ثم يكمل بحقن او اقراص او لبوس شرعى ، فلا فرق فى النتيجة فى اعطاء اقراص او لبوس شرعى او كبسول من نفس المنتج.

يمكن اعطاء من اى من المستحضرات السابقة دهان موضعى مسكن للالام ومضاد للالتهاب ، وان كان مفعوله ضعيف موضعياً مقارنة بالحقن والاقراص الا انه مفيد فى حالات الكدمات والتورم الموضعى .

فى بعض الحالات الروماتيزمية المستعصية يوصف احياناً امبولات طويلة المفعول او اقراص من مشتقات الكورتيزون مثل ديبروفوس حقن *Diprofos* او كينـاكورت *Kenacort* او ديبيميديرول *Depomedrol* وهى تحقن بالعضل او موضعياً فى اماكن المرض بواسطة الطبيب الاخصائى (انظر معلومات عن مشتقات الكورتيزون فى الفصل الاول) .

٢- الادوية المسكنة للالام

Analgesic drugs

كما ذكر سابقاً فان الادوية المضادة للروماتيزم والالتهابات هى نفسها مسكنة للالام ، وتوصف هذه المجموعة من الادوية كمسكن للالام اذا كان الالم شديداً (انظر هذه المجموعة من الادوية تحت العنوان السابق الامراض "الروماتيزمية والتهاب المفاصل") ، اما اذا كان الالم لا يطاق مثل الالم

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Myorelax	10cap.	ميوريلاكس
Flexofan	20Cap	فلكسوفان
Myofen	10cap.	ميوفين
Myolax	10cap.	ميولاكس
Myolgin	10Cap	ميولجين
Relax	10cap.	ريلاكس
Norflex	20 tab.	نورفلكس
Norflex	3amp.	نورفلكس
Norgesic	20 tab.	نورجيسيك
Orphamol	20 tab.	أورفامول
Orphenadrine plus	20 tab.	أورفينادرين بلس
Roysan	10 tab.	رويسان
Sirdalud	10 tab.	سيردالود
S.M.R.	10tabs	
DantRelax	10Cap	دانتريلاكس
Methorelax	20Tab.	ميثوريلاكس
Myolastan	20 tab.	ميولستان
Somadril Comp	20 tab.	سومادريل كومب

٣- تيبس الرقبة والم العضلات و
الملخ
Myalgia & Muscle pain

R/ Liometacin Amp.

حقنة بالعضل يوميا

R/ Myofen Cap

كبسولة ٣ مرات يوميا

R/ Fastum gel

دهان ٣ مرات يوميا

R/ Reparil tab

قرص ٣ مرات يوميا

تيبس الرقبة يكون مصحوباً بعدم مقدرة الشخص على تحريك رقبته وربما يحدث ذلك نتيجة تعرض فقرات الرقبة لسخونة وبرودة او النوم على وسادة ادت الى حدوث بعض الالتهابات فى فقرات الرقبة وبالتالي فقدان ليونة حركة الفقرات ، والم العضلات قد يكون له نفس الاسباب السابقة

الادوية المقترحة لعلاج تيبس الرقبة والم العضلات والهلخ :

١- دواء مسكن للالم والالتهابات، مثل الذى
ذُكر تحت العنوان السابق

٢- قرص الى قرصين ٣ مرات يوميا من
دواء باسط للعضلات

(Skeletal muscle Relaxent) وهو يساعد

على فك شد العضلات مثل:

٣- وجل خارجى كدهان باسط للعضلات و
مسكن للالم ومضاد للالتهابات ، وهو
نفس تركيب الادوية الواردة تحت
العنوان السابق ولكن فى صورة
مستحضر جلىدى

مثل الجدول التالى وهو يحتوي على المستحضرات
الموضعية المسكنة للالم المتوفرة فى مصر:

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Alpha Kadol	Oint.	ألفاكادول مرهم
Escinogel	Gel	إسنيوجيل جيل
Hemoclar	Oint.	هيموكلار مرهم
Hirudoid	Cream	هيرودويد كريم
Reparil	Gel	ريباريل جيل
Rimanal	gel	ريمانال جيل
Thrombophob	Gel	ثرومبوفوب جيل
Venoruton	gel	فينوروتون جيل

المستحضرات السابقة تستعمل لآلام العضلات والكدمات والالتواءات ولتخفيف التورم والارتشاحات التي قد تحدث عن الكدمات.

٤ - هشاشة العظام (Osteoporosis)

هشاشة العظام هي نخرها أو رقاقتها بالهيكل العظمي. وهي حالة تصيب نصف السيدات فوق سن الخمسين وثلاث الرجال فوق سن السبعين ، مما يجعلهم معرضين للكسور. يُعتبر الهيكل العظمي مخزناً للكالسيوم الذي له وظيفة حيوية في نشاط الخلايا ووظائف القلب والإتصال بين الأعصاب . وهذا يتطلب وجوده بنسبة كافية بالدم لهذا الغرض الوظيفي . فلو قل عن معدله به يستعوضه الدم من المخزون بالعظام . وكلما تقدم بنا العمر كلما قلت كتلته في العظام . لأن الهيكل العظمي ، يفقد كتلته بمعدل ٠,٣% لدي الرجل و٠,٥% لدي المرأة سنويا . وهذا الفقدان يقع في منتصف سن العشرينات ويزداد المعدل فوق سن الأربعين . ولا سيما بعد إنقطاع الطمث . حيث يزداد معدل الفقدان ليصبح ٢-٣% سنويا لتصبح العظام هشّة رقيقة مما يعرضها للكسر بسهولة.

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
الادوية المحتوية على مادة الديكلوفيناك صوديوم			
Antiflam	Emulgel	3.00	انتفلام جيل
Diclac	Emulgel	14.00	ديكلاك جيل
Olfen	gel	11.00	أولفين
Olfen	gel	4.00	
Rheumarene	gel	2.95	رومارين
Rheumafen Acti-Gel	gel	3.00	رومافين
Romafen	gel	2.95	
Voltaren	Emulgel	5.50	فولتارين
Voltaren	Emulgel	8.00	
Voltaren	Emulgel	14.00	
المستحضرات الجلدية المحتوية على مادة اندوميثازين			
Bonidon	Gel	3.50	بونيدون
Indacin	Gel	1.60	انداسين
Indotopic	Gel	3.25	اندوتوبك
المستحضرات الجلدية المحتوية على مادة كيتوبروفين			
Fastum	Gel	3.60	فاستم جيل
Fastum	gel	7.00	

Ketofan	Gel	3.30	كيتوفان
Mentoprofen	Gel	2.75	منتوبروفين
Ketolgin	Gel	3.00	كيتولجين
Profenid	Gel	4.65	بروفينيد

وكذلك المستحضرات المحتوية على بيروكسيكام ، ايبوبروفين ، الخ تعطى نفس المفعول كما جميع هذه المستحضرات الجلدية تُستخدم في حالات الملح والجذع والالتواءات (أنظر صورة توضيحية رقم ٥٠ في نهاية الكتاب) ، وكذلك مسكن لآلام عضلي ، اذا كان الملح مصحوباً بتورم فيمكن اعطاء مع ما سبق اقرص مضادة للتورم مثل ريباريل *Reparil* واحد المستحضرات الجلدية الاتية لتخفيف التورم :-

ما هي أهمية الهيكل العظمي بالنسبة للجسم؟

الأسمك البحرية المعلبة أو الطازجة . ويمكن للجسم الحصول عليه بتعرض الجلد للشمس . كما أن هورمون الغدة فوق الدرقية التي بالرغبة مع فيتامين د ينظم معدلات الكالسيوم ويشارك في تكوين العظام وزيادة الكالسيوم بالدم حسب الحاجة له . لهذا نجد أن أحد أسباب ظهور هشاشة العظام في الشيخوخة قلة إمتصاص الكالسيوم من الأمعاء مما يقلل معدله بالدم . و مما يحفز الجسم لإفراز هورمون الغدة فوق درقية ليذيب الكالسيوم في العظام, ليعوض الدم عن هذا النقص فيه.

وهناك هورمون كالسيتونين *calcitonin* الذي يقوم بتنظيم معدلات الكالسيوم بالدم . وكثرته تقلل فقدان العظام للكالسيوم . وهورمون الغدة الدرقية *Thyroid Hormone* يساهم في تشكيل العظام . وفي حالة زيادته كما في حالة زيادة إفراز الغدة الدرقية *hyperthyroidism* , تفقد شبكية العظام . كما أن هورمون إستروجين *Estrogen* الذي يفرزه المبيضان لدي المرأة يقلل من ذوبان الكالسيوم بالعظام وينشط نموها . لهذا بعد سن توقف الطمث يقل إفرازه مما يقلل كثافة العظام وظهور الهشاشة. وخلال العمر يتكسر النسيج العظمي ويحل محله نسيج جديد حسب حاجة الجسم . والكالسيوم أحد مكونات الدم فلو قل به معدله , يستعوض من العظام . وأثناء الطفولة واليفوعة كثير من الأنسجة العظمية تترسب . لأن الهيكل العظمي للجسم ينمو في الحجم ويقوي . وفي حالة البلوغ يبدأ العظم يتحلل ببطء حتي يبلغ الوهن مما يعرضه للكسر . ولتلافي هذا يكون بتناول الطعام الغني بالكالسيوم والفوسفور

العظام عبارة عن نسيج ضام صلب وهي المكون الرئيسي لكل الحيوانات الفقارية . وتبدو العظام أنها بلا حياة لكنها في الحقيقة بناء حركي مكون من أنسجة حية كخلايا العظام والخلايا الدهنية والأوعية الدموية ومواد غير حية . والعظام تلعب دورا حيويا لدي الفقاريات . لأنها تشكل هيئة الجسم وتحمله وتكوين هيئته . وترتبط بها العضلات وترفعها وتجعله يتحرك . وكثير من العظام تحمي الأعضاء اللينة والداخلية بالجسم . فالجمجمة تحمي المخ والقفص الصدري يحمي القلب والرئة . والعظام لها دور وظيفي في تخزين الكالسيوم اللازم للأعصاب وخلايا العضلات والنخاع العظمي مكان صنع خلايا الدم الحمراء, وبعض خلايا الدم البيضاء والصفائح الدموية . وجسم الإنسان البالغ مكون من ٢١٦ عظمة تشكل ١٤% من وزن الجسم . وأطول وأقوي عظمة هي عظمة الفخذ وأصغر عظمة هي عظمة الركاب وهي إحدتي ثلاث عظمت مدفونة بالأذن الوسطى.

كيف تحدث هشاشة العظام؟

وعملية ترسيب الكالسيوم بالعظام أو انطلاقه بالدم ينظمها النشاط الهورموني والفيتامينات وحاجة الجسم للكالسيوم سواء بالدم أو العظام . ويلعب فيتامين د دورا في إمتصاص الكالسيوم في الجهاز الهضمي والكلي وحمله بالدم . لأنه يتحول لمادة تتحد مع الكالسيوم لتحمله بالدم وتوصله للعظام . ويمكن الحصول عليه من اللبن ومنتجاته ومن

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
الأدوية التي تحتوي على كالسيوم فقط			
Calcimate	12 Cap	3.00	كالسيمات
Calci-mag	20 Cap	18.00	كالسي-ماج
Calci-max	30tab	28.00	كالسي-ماكس ٦٠٠
Os-cal	30tab	30.00	أوسكال
Novo Calcium	30tab	22.50	نوفوكالسيوم
Marcal	30tab	15.00	ماركال
Oktal	30tab	15.00	أوكتال
U.P.Cal	30tab	24.00	يو.بي.كال
Wellcal	30tab	21.00	ويل كال
Uskade	30tab	28.50	أوسكاد
Healthy cal	30tab	25.00	هيلثي كال
Chew-cal	22 chew .tab	18.00	شواكال
Calcium pharco	20 chew .tab	2.50	كالسيوم فاركو
الأدوية التي تحتوي على كالسيوم و فيتامين د			
Calci-1400	28 tab.	25.5	كالسي - ١٤٠٠
Calci-bone	20 tab.	17.00	كالسي - بون
Calcid	20 Cap.	16.00	كالسيد
Calci-D	30 tab.	13.50	كالسي-دي
Calcillac New	30 tab.	30.00	كالسيلاك نيو
Calcynon	30 tab.	19.20	كالسينون
Calio plus	20 tab.	18.50	كاليو بلس
Calio plus	100 tab.	45.00	كاليو بلس
Cal-treat	30 F.C.Tab.	31.50	كال-تريت
Logical	20 Cap.	24.00	لوجيكال
Maxical	30 tab.	27.70	ماكسيكال
Monta-cal	20 tab.	19.00	مونتاكال
Ortho-cal	20 tab.	23.95	أورثوكال
Pharocal	30 tab.	18.00	فاروكال

وفيتامين د مع ممارسة الرياضة طوال سنوات العمر . كما أن الهرمونات كهورمون النمو والغدة فوق الدرقية والكالسيتونين والهورمونات الجنسية كلها تؤثر على نمو العظام .

كيف يتم الكشف المبكر عن هشاشة العظام ؟

وهناك مؤشرات تحذيرية كعلامات لهشاشة العظام من بينها فقدان طول الجسم وآلام الظهر وفقدان التوازن والأسنان .

الوقاية والعلاج :

١- للوقاية وعلاج هشاشة العظام لدى السيدات . يتناولن الإستروجينات الصناعية أو العلاج بدواء بروجستين *progestin* ولاسيما بعد إنقطاع الطمث مثل مادة الإستروجين *Oestradiol* الموجودة في

دواء مثل إينيل إستراديول أقراص

{ *Ethinyl estradiol 50 mcg , 20 Tab.* }

أو دواء أوفيستين أقراص

{ *Ovestin 1mg. Tab.* }.... الجرعة : ١-٢

قرص يوميا .

٢- تناول كالسيوم و فيتامين د الموجود في اللبن ومنتجاته أو في الادوية الأتية : (مع اتباع التمارين الرياضية التي تبني الجسم)

مادة أليندرونات *Alendronate* التي تقلل فقد العظام للكالسيوم بعد سن اليأس مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Alendene 5mg.	7 Tab.	24.00	اليندين
Alendomax40mg	7 Tab.	40.00	أليندوماكس
Bonapex 10mg.	14 Tab.	57.00	بونابكس
Bonapex 70mg.	7 Tab.	57.00	بونابكس
Fosamax 10mg	14 Tab.	85.00	فوساماكس
Fosamax 70mg	2 Tab.	95.00	فوساماكس
Osteomax 5mg	30 Tab.	45.00	أوستيوماكس
Osteomepha-10	7 Tab.	19.60	أوستيوميفا-10

الجرعة : قرص واحد يومياً قبل الأكل أو بعد الأكل بساعة .

فوساماكس ٧٠ : قرص واحد أسبوعياً تؤخذ مع

قليل من الماء عند الإستيقاظ صباحاً. ويظل

المريض منتصباً. ويتجنب تناول الطعام والشراب

. أو تناول أدوية أخرى لمدة ٦٠ دقيقة.

مادة رالوكسيفين *Raloxifene* التي تتحد

بمستقبل الإستروجين وتعطى تأثير مثل

الإستروجين فيقلل زوبان الكالسيوم بالعظام ويزيد

نموها وهي موجودة في الأدوية :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Evista	14 film coat tab.	84.00	إفيستا
Osteo	10 tab.	34.00	أوستيو
Ralox	10 tab.	36.00	رالوكس

الجرعة : قرص ٦٠ مجم يومياً

الأدوية التي تحتوي على كالسيوم + فيتامين د + فيتامينات و عناصر أخرى

Alfa-cal 500	20 Cap	22.50	ألفا كال ٥٠٠
Bonemeal	14Tab.	14.00	بونميل
Bonedensity	20 Tab.	18.50	بوندينستي
Calci-1600	30 Tab.	30.00	كالسي ١٦٠٠
Calciforte	12 Sachets	9.00	كالسيفورت
Calcitron	20 Cap	22.00	كالسيترون
Calcium D	30 Tab.	27.00	كالسيوم دي
Calcium sedico	10 eff.packe	7.00	كالسيوم سيديكو
Calcium D3 F	30 Chew	12.00	كالسيوم ٣ إف
Cal-Vit	20 Tab.	24.95	كال-فيت
ferrocal	14 Cap	18.00	فيروكال
Osteocare	30 Tab.	24.20	أوستوكير
Sandoz calcium-D3	12 Chew	11.00	ساندوز كالسيوم ٣ د
3 Way Ca Complex	30 Cap.	25.00	٣ واي كالسيوم كومبلكس
W.G.Cal	20 Tab.	25.00	دبليو جي - كال
أدوية تحتوي على ألفاكالسيدول الذي يتحول في الكبد إلى فيتامين د			
Calcidol	30 Cap	45.00	كالسيدول
Bon one	30 Tab.	24.00	بون وان
One-Alpha 0.25 mcg	10 Tab.	13.35	وان-ألفا ٢٥٠
One-Alpha 1 mcg	10 Tab.	29.90	وان-ألفا ١

٣- إعطاء أدوية الكالسيترولين *Calcitonin* مثل :

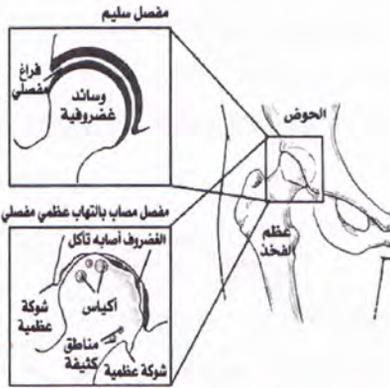
اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Miacalcic 100 i.u.	5 Amp.	150.00	مياكالسيك
Miacalcic 50 i.u.	5 Amp.	95.5	مياكالسيك
Miacalcic	Nasal Spray	150.00	مياكالسيك

جرعة الحقن : أمبول تحت الجلد أو بالعضل

يوميياً أو يوم بعد يوم.

٤- هناك أدوية ظهرت حديثاً مثل :

وتؤثر هذه التغيرات على الأغشية والأنسجة الداخلية للمفصل وتسبب التهابها ، ويصاحب ذلك زيادة في إفراز السائل السينوفي حتى لا يملأ أحياناً تجويف المفصل ، مما يزيد من الاحساس بالألم ، وتزداد صعوبة تحريك المفصل بعد ذلك نتيجة لتليف و تلاحق الأنسجة الداخلية للمفصل .



اعراض التهاب المفصلي العظمي :

من الأعراض المميزة لهذا المرض الشعور بالتيبس و بعض الآلام في المفصل في الصباح عند الاستيقاظ من النوم رغم راحة المفصل طوال الليل ، ثم يزول هذا التيبس ويتحسن الألم بعد فترة من الحركة والمشي .

وفي حالة مفصل الركبة ، يشكو معظم المرضى من الألم المصاحب لعود و هبوط السلم ، و استعمال المرحاض البلدي ، والجلوس للتشهد في الصلاة .

ومع ذلك فبداية ظهور أعراض المرض تختلف من شخص لآخر ، فقد تظهر في سن مبكرة عند البعض ، ولكن في معظم الحالات يكون بعد سن الستين ، ويلعب عامل الوراثة دوراً في ذلك .

٥- خشونة المفاصل (التهاب المفصلي العظمي) Osteoarthritis

R/ Felden amp.

حقنة عضل يوميا

R/ Mobic 15 tab.

قرص مرة يوميا

R/ Voltaren gel.

دهات ٣ مرات يوميا

R/ Genuphil tab.

قرص ٣ مرات يوميا لمدة ٣-٦ شهور

هذا المرض من أكثر الأمراض انتشاراً و خاصة في المرحلة العمرية ما بين ٦٥ و ٧٤ عاماً ويعرف هذا المرض لدى عامة الناس بـ " خشونة المفصل " ، وأكثر المفاصل تعرضاً للمرض هو مفصل الحوض يليه مفصل الركبة .

اسباب التهاب العظمي المفصلي :

الواقع أن التغيرات التي تطرأ على المفصل هي تغيرات طبيعية تزداد بفعل التقدم في السن ، ويحدث مثلها في باقي أنسجة الجسم حيث ينال التغير مثلاً من لون الشعر و قوة الابصار وحالة الجلد خصوصاً في الوجه.

وهكذا تبدأ التغيرات المصاحبة للتقدم في العمر رحلتها مع مفاصل الجسم المختلفة ، إذ أن غضاريف المفصل بعد ان كانت ملساء لامعة لا تلبث أن يعترئها الضمور و الخشونة ، وبفعل الاحتكاك المستمر تظهر زوائد ونتوءات عظمية على اطراف العظام .

الوقاية من الالتهاب العظمي المفصلي :

يمكن تجنب ظهور اعراض هذا المرض في سن مبكرة عن طريق:

- الابتعاد عن الاصابة بالسمنة مع تقليل الوزن الزائد .

- عدم اجهاد المفاصل وتجنب وضعها في اوضاع غير مريحة لمدة طويلة .

- البدء في العلاج فور ظهور أول أعراض المرض .

علاج الالتهاب العظمي المفصلي :

يجب أن يعلم المريض أساساً أن العلاج لن يؤثر سلباً على التغيرات الطبيعية التي حدثت بالمفصل بفعل عامل السن ، وإنما هدف العلاج هو علاج التهاب الأغشية و الأنسجة الداخلية للمفصل الناتجة عن هذه التغيرات الطبيعية .

- يعطى المريض الأدوية المضادة للالتهابات مع عدم استعمال عقار الكورتيزون بأي حال من الأحوال لا بالفم ولا بالحقن سواء في العضل أو في المفصل .

R / Indomethacin Supp.

لبوسة عند اللزوم

Or : Celebrex 200 Cap. كبسولة كل

١٢ ساعة

Or : Indocid Cap.

١-٢ كبسولة بعد الأكل ٣ مرات يوميا

+ R/ Voltaren oint

دهان ٣ مرات يوميا

- مع تناول الأدوية مثل جلوكوزامين

Glucosamine وكوندرويتين

Chondroitin التي تساعد على إعادة بناء

الغضاريف و منع تدهمها و تكوين السائل المزلق

للمفاصل و هذه الأدوية موجودة في :

R /Glucosamine Cap.

Or: Cartilgin Cap

Or: Genuphil tab.

العلاج كبسولة ٣ مرات يوميا لمدة ٣ - ٦ شهور

الطبيعي له أثر مفيد في علاج هذه الحالات ، لأن

المشي و الحركة مطلوبان - وذلك في حدود

درجة تحمل المريض - حيث أن كثرة الجلوس

وعدم الحركة أو المشي تزيد من تيبس المفاصل

وبالتالي تزيد من حدة الآلام

- في الحالات المتقدمة الت يحدث فيها تغيرات

كبيرة في المفصل وصاحبها تلف و تاكل

بغضاريف المفصل مع صعوبة في الحركة و

عدم القدرة على المشي ، لا يوجد بديل آخر

غير التدخل الجراحي ، وذلك باستعواض

المفصل المصاب بمفصل صناعي متحرك لا

ألم فيه .

معلوم ، فإنه قد تكون هناك رابطة جينية وراثية ، فالمرض يصيب عائلات بعينها .

اعراض الروماتويد المفصلي :

- الروماتويد المفصلي عادة ما يبدأ خفية على شكل ارهاق ووجع يشبه ما يحدث مع دور الانفلونزا يستمر لعدة اسابيع أو شهور قبل أن يظهر التهاب المفاصل الصريح .
- وهو عادة ما يصيب عدة مفاصل ويكون متوازناً على الجانبين ، فيستهدف مفاصل متشابهة على كل من جانبي الجسم ، وخاصة مفاصل الاصابع ، قاعدة الأصابع ، الرسغين ، الكوعين ، الركبتين ، الكاحلين ، القدمين .
- وقد يكون ألم المفصل مستمراً ، حتى بدون حركة ، ومن الشائع أن يشعر المريض بتيبس المفصل الصباحي والذي يستمر لمدة ساعة أو أكثر .
- إن الثخانة التي تصيب النسيج المفصلي أو تراكم السائل الزلالي في الركبتين و الكوعين و الرسغين أو مفاصل الاصابع تجعل المفاصل تبدو منتفخة و حمراء اللون ويشعر المرء بالدفء فيها وتؤلم عند لمسها ، وقد تعاني من توهج حالة التهاب حاد في الغشاء الزلالي يستمر من بضعة اسابيع الى عدة شهور ثم يزول ، وعندما يقل الالتهاب قد تشعر بأنك أقل إرهاقاً ، وأفضل حالاً بصفة عامة .

٦- الالتهاب الروماتويدي المفصلي
(الروماتويد المفصلي)

Rheumatoid arthritis

R/ Indocid cap.

كبسولة ٣ مرات يوميا

R/ Methotrexate amp.

اسم بالعضل كل أسبوع

- الروماتويد المفصلي مرض التهابي يتلف الغشاء الزلالي الذي يربط بين العظام والمفاصل ، وهو أحد أهم انواع التهاب المفاصل المسببة للإعاقة .
- ولم يعرف بعد ما الذي يثير جهاز المناعة فيجعله ينتج مواد تسبب هذا الالتهاب ، الذي يمكنه أن يدمر جميع مكونات المفصل .
- وفي الروماتويد المفصلي يتحول الغشاء الزلالي الذي يكون عادة املس إلى نسيج خشن محبب يسمى " السبل " يغزو تجويف المفصل ، يقوم هذا النسيج بعد ذلك بإطلاق إنزيمات تلتهم الغضروف و العظام و الأنسجة اللينة ، وقد تقصر الاوتار الملتهبة ، مما يحد من حركة المفصل ويجعل العظام تلتحم معاً ، وإذا حدث تمزق في الاوتار تصبح المحصلة عدم احكام المفصل و مرونته الشديدة .
- قد يحدث الروماتويد المفصلي في أي سن ، لكنه عادة ما يبدأ بين سني العشرين والخامسة والاربعين ، وبرغم أن السبب غير

المفصلي لا يمكن تأكيده أو نفيه بناء على وجود أو غياب عامل الروماتويد أو غيره من اختبارات الدم .

- اشعات اكس (أشعة إكس) يمكن أن تظهر وجود تلف بالمفصل مميز للروماتويد المفصلي ، برغم أن هذه التغيرات قد لا تظهر في المراحل المبكرة من المرض .
- وقد تساعد عملية شطف السائل الزلالي باستخدام إبرة الطبيب على تشخيص الروماتويد المفصلي أكثر مما تساعده مع حالات أخرى مثل الالتهاب العظمي المفصلي أو الإلتهاب المفصلي الناجم عن عدوى

العلاج :

- بالتمرينات المنتظمة ، العلاج طبيعي و غيرها من أشكال العلاج ، مثل العلاج بالحرارة أو العلاج بالبرودة .
- أول العقاقير المستخدمة هي الادوية اللاستيرويدية المضادة للالتهاب ، وخاصة الاسبرين و بدائل الاسبرين للإقلال من الألم والالتهاب مثل :

R / Voltaren Amp.

Or : Cataflam Amp.

أمبول بالعضل يوميا

R / Indocid cap.

Or : Brufen Tab.

كبسولة أو قرص بعد الأكل ٣ مرات يوميا

- فإذا لم تحقق هذه الادوية فعالية في العلاج خلال الاسابيع الاولى ، فإن أغلب الأطباء يضيفون ادوية تؤثر أو تغير جهاز المناعة ، مثل الهيدروكسي كلوروكين أو الميثوتريكسات ، وفي الماضي كانت تسعمل

- ويكون التلف أوضح ما يكون في المفاصل ، لكن المرض قد يصيب الجسم بالكامل ، وخاصة في القلب و الرئتين و الاوعية الدموية و العينين و العقد الليمفاوية و الطحال .

- وقد تظهر حبيبات جلدية التهابية عند نقاط الضعف مثلما يحدث عند الكوعين ، وعلى امتداد الأوتار أو اسفل اصابع القدم .
- ومن الأعراض الأخرى الشائعة أيضاً للروماتويد المفصلي الإرهاق و الحمى و الهزال و الانيميا .

- ومرضى الروماتويد المفصلي قد تظهر لديهم أيضاً مشكلات في العين من بينها الجفاف و الاحمرار و الحرقان و الحكّة الجلدية .
- ولا يمكن التنبؤ بخط سير الروماتويد المفصلي ، فمنذ البداية و صاعداً نجد الاعراض تهدأ أحياناً لتعاود التوهج من جديد بعدها بأسابيع أو شهور ، و بين الحين والآخر يحدث هدوء تام للحالة ، عادة ما يكون في خلال السنة الاولى .

- بالنسبة لبعض الناس - عادة أولئك الذين لم يعالجوا - قد يسبب المرض عجزاً شديداً خلال بضعة سنوات .

تشخيص الروماتويد المفصلي :

- هناك اختبارات دم تظهر في بعض الاحيان وجود بروتين يجري في الدم يسمى عامل الروماتويد ، غير أن تشخيص الروماتويد

٣. مراعاة وضع المفاصل في الأوضاع المريحة للمريض، وقد يتطلب الأمر أحيانا الاستعانة بجبائر لتفادي حدوث التشنجات، مع تحريك المفاصل من حين لآخر حتى لا يدركها التيبس.

- وعندما يحدث تلف أو تشوه شديد بالمفصل ، قد يصبح من الضروري إجراء جراحة استعاضة المفصل (استبدال المفصل) .

مزايا و مخاطر عقاقير الكورتيكوسيترويدات لعلاج الروماتويد المفصلي :

تبطيء عقاقير الكورتيكوسيترويدات من معدل تلف عظام اليد لدى المصابين بالروماتويد المفصلي ، غير أنها قد تتسبب أيضاً في آثار جانبية خطيرة مثل هشاشة العظام ، و كسور العظام ، و نزيف القناة الهضمية ، و العدوى الميكروبية أو الكتاراكات .

مزايا و مخاطر الميثوتريكسات لعلاج الروماتويد المفصلي :

لدى مرضى الروماتويد المفصلي ، يحقق عقار الميثوتريكسات ارتياحاً كبيراً للأعراض و ابطاء في تلف العظام ، وهو يسبب أعراض جانبية مثل الفشل الكبدي و الغثيان و القيء و الصداع و الطفح و قرح القدم .

هذه الأدوية كمالأدوية أخير ، ومن المعلوم الآن أن الجرعات المنخفضة من تلك العقاقير التي تؤخذ في اوائل المرض يمكن تحسين العلاج .

- توصف كذلك أدوية أخرى معالجة للمرض مضادة للروماتيزم مثل العلاج بالذهب أو البنسيلامين أو السلفاسازالين ، ويفضل أن يكون هذا مبكراً وأن تؤخذ مجتمعة .
- أما عقاقير الكورتيزون فتوصف لعلاج حالات التهيج المفاجئة للأعراض وقد توصف بجرعات منخفضة بشكل يومي لكبح جماح الأعراض ، غير أن الأطباء لا ينصحون بالاستعمال المنتظم للجرعات المرتفعة تفادياً لحدوث آثار جانبية خطيرة ، من أمثلة هذه الأدوية :

R / Synacthen-depot Amp .

حقنة بالعضل يوميا أو يوم بعد يوم حتى تتحسن الحالة

Or : Hostacortin Tab.

قرص مرتين يوميا

- يتضمن علاج هذه الحالات ما يلي:

١. العناية بتغذية المريض، وإعطائه أدوية مقوية وفيتامينات ومركبات الحديد لعلاج الأنيميا التي تصاحب غالبية هذه الحالات.

٢. الالتزام بالراحة وتجنب عوامل الإجهاد.

ألم الظهر المزمن عندما يستمر الألم أكثر من ثلاث شهور.

الأعراض :

* ألم أسفل الظهر (law back pain) قد يبدأ بصورة فجائية أو بالتدريج، وعندما يكون حادا وشديدا فغالبا ما يبقى فترة قصيرة تتراوح بين أيام وأسابيع، وإذا استمر أكثر من ثلاث شهور فيصبح ألما مزمنا، وألم أسفل الظهر قد يمتد إلى الساقين وقد يبقى موضعيا أسفل الظهر.

* الألم الناتج عن إصابة عضلات وأربطة الظهر: ويشعر به المريض دائما في منطقة الظهر وقد يزداد عند ثني الظهر.

* عرق النسا : sciatica وهو الألم الناتج عن الضغط على العصب الوركي scitic nerve بسبب انزلاق غضروفي أو الضغط على العصب لأي سبب وفيه:

يشعر المريض بألم في منطقة الفخذ أو جزء من الساق مع حدوث تميل. ألم حاد في الساق مع حدوث خدر في هذه المناطق . قد يزداد الألم عند العطس أو السعال . غالبا يكون الألم على جانب واحد إلا إذا ضغط الغضروف المنزلق على العصب الوركي للساقين. يزداد الألم إذا جلس المريض أو إذا وقف طويلا.

التشخيص:

ويتم تشخيص ألم الظهر وأسبابه بواسطة التاريخ المرضي والفحص الطبي ويحتاج ١٠% فقط من الذين يشكون من ألم الظهر الحاد إلى فحوصات خاصة لتشخيص سبب الألم ولأن معظم حالات ألم الظهر الحاد تتحسن في خلال أيام إلى أسابيع و

٧- ألم الظهر (Pain Back)

R/ Voltaren amp.

حقنة عضل يوميا

R/ Myofen cap.

كبسولة ٣ مرات يوميا بعد الاكل

R/ Moov massage .

دهان ٣ مرات يوميا

R/ Depovit amp.

حقنة عضل أسبوعيا

R/ Myolastan tab.

قرص قبل النوم

هو حدوث تعب يشعر به الشخص في منطقة الظهر العلوية أو الوسطي أو السفلية وقد يمتد هذا الألم إلى منطقة الفخذ والسيقان والظهر مكون من تنظيم معقد من العظام (الفقرات) والأربطة والمفاصل والعضلات لذلك فحدوث ألم به قد ينشأ من أي مشكلة تصيب هذه المكونات وحدوث الألم أسفل الظهر هو الأكثر شيوعا لأن المنطقة السفلي من الظهر هي المعرضة لضغط كبير عندما يكون الشخص جالسا أو يحمل ويرفع وزنا.

و من الاسباب الاخرى لألم الظهر التمزق والاجهاد العضلي الذي ينتج عن تمزق صغير في عضلات أو أربطة الظهر والذي ينتج غالبا من حركة فجائية أو حركة صعبة للظهر أو نتيجة لرفع جسم ثقيل.

وينقسم ألم الظهر إلى نوعين:

ألم الظهر الحاد ويحدث فجأة ويستمر لوقت قصير يتراوح بين عدة أيام وأسابيع.

اكتشف أي ضيق فيها. **(EMG):** ويستخدم في الحالات التي يمتد فيها ألم الظهر إلى الساقين لمدة أطول من ٤ أسابيع.

مسببات ألم الظهر؟

* **التمزق العضلي (strains):** وهو حدوث تمزق بعضلات الظهر وخاصة عضلات العمود الفقري القطني (أسفل الظهر) ويحدث هذا التمزق نتيجة حمل ثقل أو بسبب قوة مفاجئة على عضلات الظهر قبل أن تكون هذه العضلات مستعدة للنشاط ويحدث التمزق بأنسجة العضلة مع الأوعية الدموية داخل الجزء المصاب ويتجمع الدم تدريجياً داخل العضلة وقد يأخذ هذا عدة ساعات قبل أن يحدث اثره الضاغط ويسبب الألم.

* **الالتواء (sprain):** ويعني مط أو شد واحد أو أكثر من أربطة الظهر وقد يحدث شد أو مط الأربطة لدرجة حدوث انقطاع بها وكثيراً ما يحدث التمزق العضلي مع شد الأربطة في آن واحد.

* **الانزلاق الغضروفي:** ان الغضاريف لها مواقع خاصة وصحيحة بين فقرات العمود الفقري وعند بروز هذه الغضاريف من مكانها الصحيح بين الفقرات يسمى هذا انزلاقاً غضروفياً وله أنواع كثيرة منها:

بروز غضروفي (disc protrusion).
هبوط أو تدلي الغضروف (disc prolapse).
الغضروف المنبثق: (disc extrusion).
تكسر الغضروف: (sequestered disc).
* **ضيق القناة الفقارية (spinal stenosis):** وهو

هذه الفحوصات لا يتم عملها للمريض إلا بعد استمرار الألم لأكثر من ٦٤ أسابيع ولكن في بعض الأحوال قد يتطلب

عمل هذه الفحوصات بصورة فورية وهي:

حالات التعرض للإصابة مثل حالات السقوط من مكان مرتفع وذلك لاستبعاد حدوث كسور. الأشخاص الذين يشكون من ألم الظهر ليلاً وذلك لاستبعاد حدوث أورام. حدوث أعراض العدوى مثل الحمى والعرق الليلي بالإضافة إلى ألم الظهر. الأشخاص المصابون بالسرطان فقد يكون قد امتد إلى منطقة الظهر. حدوث ألم الظهر مع حدوث عدم التحكم في البول أو البراز. الأطفال المصابون بألم الظهر. حدوث ضعف بالساقين مصاحب لألم الظهر.

وهذه الفحوصات الخاصة هي:

أشعة عادية على الظهر (xray).
مسح العظام (Bone scan): وهو طريقة لدراسة مكونات أو وظيفة العظام.
التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI): ويستخدم لرؤية التركيب الداخلي لأجزاء الجسم ومنها العظام والغضاريف والأعصاب.
الأشعة المقطعية (CT scan): وهي عبارة عن أشعة للعمود الفقري يستخدم فيها الكمبيوتر لعمل صور تفصيلية للعمود الفقري.
رسم النخاع الشوكي (Myelography): وهو نوع معين من الأشعة وفيها يتم حقن صبغة في القناة الفقارية ثم يتم تصوير هذه القناة ويتم

ينتج عنها أعراض على الإطلاق أو قد يحدث ألم الظهر وتصلب.

*** التهاب المفاصل المتصلب (ankylosing**

spondylitis): وهو نوع من التهاب المفاصل يحدث في مفاصل العمود الفقري مما يؤدي في النهاية إلى تصلب العمود الفقري أو انعدام حركة

*** هشاشة العظام وكسور العمود الفقري القطني**

osteoporosis and fractures: هشاشة العظام

هي الحالة التي تقل فيها كثافة العظام فيحدث الضعف لهذه العظام وبالتالي يحدث الكسر لهذه العظام بسهولة وهذه الحالة هي سبب أساسي لحدوث كسور العظام في السيدات بعد انقطاع الطمث وفي كبار السن عموماً لهذا فكثير من الناس لا يعرفون أنهم مصابون بهشاشة العظام حتى تحدث لهم كسور.

*** الحمل (pregnancy):** ان جسم المرأة

تحدث له تغيرات هرمونية وبدنية خلال أشهر الحمل التسعة وقد تحدث آلام الظهر للمرأة الحامل ففي خلال أشهر الحمل الأولى فإن التغيرات في الهرمونات تؤدي إلى ارتخاء المفاصل ونتيجة لهذا فإن العمود الفقري وعضلات البطن والظهر تصبح مرتخية ويزداد انحناء أسفل الظهر مما قد يؤدي إلى تقلص العضلات بين الحين والآخر وحدوث ألم الظهر وبعد تقدم الحمل يحدث بروز البطن ويزداد تغير الهرمونات فيزداد ارتخاء

حدوث ضيق بالقناة الفقارية التي بها الحبل الشوكي، وتحدث هذه الحالة في الأشخاص فوق عمر ٥٠ سنة وغالباً ما يحدث الضيق نتيجة حدوث التهاب مفاصل العمود الفقري (osteoarthritis) والتي ينتج عنها تكون زوائد عظيمة تسبب ضيق هذه القناة مما يسبب ضغطاً على الحبل الشوكي والأعصاب الناشئة منه. وهذه الحالة إذا لم تتحسن بالعلاج الطبي فقد يحتاج الأمر إلى جراحة لرفع الضغط عن الحبل الشوكي.

*** التهاب المفاصل العظمية بالعمود الفقري**

(osteoarthritis): وهو عبارة عن عملية

الأضرار التي تحدث بمفاصل العمود الفقري نتيجة لعملية البناء والهدم بسبب تقدم العمر وتسبب هذه العملية في تآكل الغضروف بين الفقرات، وقد تحدث في مفصل أو أكثر والتغيرات الأساسية التي تحدث بهذه المفاصل هي تكون زوائد عظمية عند التقاء عظام الفقرات بالغضاريف وغالباً ما يكون هذا بسبب الضغوط الطبيعية على العمود الفقري على مدى تقدم العمر وأيضاً يحدث تهتك وفقد للغضاريف بين الفقرات مما يسبب ضيقاً بالمفاصل.

*** انزلاق الفقرات (spondylolithiasis):**

وهي حالة انزلاق فقرة من الفقرات للأمام فوق الفقرة التي تليها وتحدث نتيجة التهاب المفاصل الغضروفي وأيضاً نتيجة إصابات العمود الفقري أو قد تكون موجودة منذ الولادة وهذه الحالة قد لا

إذا استمر الألم لمدة أكثر من ٤٨ ساعة بعدها تستخدم الحرارة وذلك بوضع زجاجة ماء ساخن أو أخذ حمام دافئ..
* **الرياضة**: العامل الأهم في علاج ألم الظهر المزمن والخبراء ينصحون بإراحة الظهر في الأيام الأولى للألم لمدة لتتعدى يومين ثم يبدأ المريض عمل تمارين رياضية حسب خطة موضوعة.

ان الراحة لمدة اكثر من يومين في السرير تؤدي إلى ضعف العضلات وفقد الكالسيوم من العظام وزيادة ألم الظهر ولتقوية عضلات الظهر بعد الإصابة ولمنع حدوث آلام الظهر على المريض أن يجري تمارين الهواء الطلق (aerobics). والأنشطة (التمارين) التي يمارسها المريض ولا تسبب ضغطاً على أسفل الظهر هي: المشي مسافات قصيرة , استعمال الدراجة الثابتة , السباحة في الماء وتمارين الماء الرياضية.

* **العلاج الطبيعي (physiotherapy)**: ان العلاج الطبيعي له فوائد كثيرة لعلاج آلام الظهر ويهدف العلاج الطبيعي إلى أربعة أهداف:
- يخفف الألم.

- يسرع عملية الالتئام والشفاء.
- يقوي عضلات الظهر ويزيد مرونة العضلات والأربطة.
- يمنع تكرار حدوث ألم الظهر مستقبلاً.

أما عن العلاج الطبيعي المستخدم فهو:
برنامج لتقوية العضلات والأربطة وزيادة مرونته.

العضلات والمفاصل في الظهر والبطن وحدوث ألم الظهر.

وعلاج ألم الظهر أثناء الحمل يجب على الحامل:
تعلم الوضع الأفضل لتخفيف الألم.
تعلم ما هي ميكانيكية الجسم أي كيف تجلس وكيف تتحني وكيف ترفع الأشياء؟.
استعمال شدة خارجية (حزام).
عمل تمارين خاصة وقد يحدث أثناء الحمل الشعور بآلام عرق النساء (ألم بالفخذين والأرجل) وذلك بسبب زيادة حجم الطفل وبالتالي الضغط على الأعصاب في منطقة الظهر السفلي ولكن هذه الآلام تزول بمجرد الولادة..

* **ألم نسيج العضلات (fibromyalgia)**: ويعتقد أنها تحدث نتيجة التهاب أنسجة الجسم الرابطة (connective tissues) وهي الأنسجة التي تربط بين الخلايا في الأعضاء وهذه الحالة تحدث آلام منتشرة بالعضلات وارهاق مع وجود مناطق تؤلم عند الضغط عليها وهذه الحالة شائعة وتحدث أما قد يستمر سنوات.

العلاج

يعتمد ذلك على السبب الذي أدى إلى الألم والعلاج يشمل الآتي:

* **العلاج بالحرارة والبرودة**: تستخدم البرودة خلال الـ ٤٨ ساعة الأولى بعد الإصابة والشعور بألم الظهر وذلك بوضع كيس من الثلج على منطقة الألم لمدة ٥٦ دقائق في كل مرة وهذا يقلل من حدوث الالتهاب ويخفف الألم.

الانزلاق الغضروفي وقد يكون خطراً كما لا يستخدم بعد جراحة في الظهر أو أن يكون الألم بسبب عيب خلقي أو وجود مرض بالعمود الفقري (السُّلُّ الأورام).

* حقن الكورتيزون (epidural steroid injections)

ويؤدي هذا إلى تخفيف الورم والألم ويستخدم هذا الأسلوب إذا فشل العلاج بالطرق الأخرى.

* العلاج بالأدوية : تستخدم كثير من الأدوية

لعلاج ألم الظهر ومنها : باراسيتامول : وهو دواء آمن لتخفيف الألم ويؤخذ بحذر في حالة الإصابة بأمراض الكبد والكلىة. الاسبرين : وهو علاج شائع حيث يقلل الالتهابات ويخفف الألم ولكنه غير مناسب للمرضى المصابين بآلام أو قرحة المعدة ولا يعطى للأطفال بسبب إمكانية حدوث عرض راي (Reye syndrome).

الأدوية المضادة للالتهابات: فولتارين كاتافلام

أندوميثاين بروفين كيتوبروفين نابروكسين فلدلين، وهناك جيل جديد من الادوية المضادة للالتهابات لا يؤثر علي المعدة والجهاز الهضمي ولا يسبب قرحة المعدة مثل: سيليبركس (celebrex) وتساعد على إفراز البروستاجلاندين التي تكون طبقة حامية لجدار الجهاز الهضمي كما تخفف الألم والالتهابات.

الأدوية المرخية للعضلات (muscle relaxant) مثل

ميولجين , ميوفين كبسول .

استخدام الحرارة: ويتم استخدام الحرارة عندما يكون مكان الإصابة صغيراً ويمكن استخدام التيار الكهربائي لتخفيف الألم وتنشيط الدورة الدموية في الأنسجة العميقة.

* العلاج بالماء (hydrotherapy): وذلك

باستخدام الحمامات والعيون المعدنية وحمامات السباحة واسعمال التدش.

* التنبيه الكهربائي للأعصاب nerve electric stimulation

ويتم تنبيه الأعصاب من خلال وضع قطب كهربائي على الظهر مما يساعد في تخفيف الألم ويمكن استخدام التيار الكهربائي من خلال الإبر الصينية ومدة العلاج هي ٤٥ دقيقة ثلاث مرات يومياً.

* التدليك (massage): وتساعد عملية التدليك

في تنشيط الدورة الدموية في الظهر وتزليل تقلص العضلات وتشد عضلات الظهر.

* الشد (traction): وذلك باستخدام أدوات

خاصة لشد عضلات الظهر لتخفيف الضغط على الأعصاب وشد العضلات المتقلصة بالظهر.

* التثقيف (back education): وذلك لتعليم

المريض وضع الجلوس السليم وكيف يرفع شيئاً ثقيلًا.

* المعالجة اليدوية (spinal manipulation):

وهو علاج يدوي وذلك بوضع قوة معينة على الظهر لتعديل وضع العمود الفقري، وهذا الأسلوب مفيد لكثير من المرضى خلال الشهر الأول من ألم الظهر لكن لا يستخدم في حالات

مع استخدام طاقة الليزر لإزالة أنسجة الغضروف من خلال ابرة توجه لنواة الغضروف فتدمرها فتصبح أصغر حجما وبهذا يخف الضغط على العصب وهذه العملية يمكن إجراؤها بالعيادة الخارجية وتحت مخدر موضعي وتستغرق حوالى ٣٠ دقيقة.

التحلل الكيميائي (chemonucleolysis): وهو بديل للعملية الجراحية حيث يتم حقن مادة كيموباباين (chymopapain) المستخرجة من نبات البايا (papaya) في الغضروف فيقل حجم الغضروف ويوزل الضغط عن العصب لكن هذه العملية ليست شائعة الاستعمال وهناك جراحات أخرى تستخدم لتثبيت العمود الفقري مثل: لحم العمود الفقري (fusion spinal): ويتم ذلك بإزالة الغضروف من بين الفقرات ثم وضع رقع عظمية بين الفقرات (تؤخذ من عظام الحوض) مكان الغضروف للحم العظام ببعضها وتستخدم في هذه العملية صفائح معدنية ومسامير وفي النهاية تنمو العظام لتلتحم مع بعضها. إزالة جزء من الفقرات laminectomy وذلك لتوسيع قناة العمود الفقري.

* **العلاج الجراحي:** ان العلاج الجراحي هو آخر الحلول لعلاج آلام الظهر الا في الحالات الحرجة التي تستدعي التدخل الجراحي الفوري مثل:

- حالات الانزلاق الغضروفي المسبب للألم فيتم بالجراحة رفع الضغط عن العصب المضغوط.
- حالات كسور العمود الفقري والانزلاقات.
- انزلاق الفقرات فوق بعضها وأنواع العلاج الجراحي هي جراحات الغضروف: **وتتم في الظروف الآتية:**

الغضروف يضغط على عصب من الأعصاب ويتم التشخيص بالرنين المغناطيسي أو الأشعة المقطعية.

استمرار الألم الشديد وفشل طرق العلاج الأخرى.

حالة عرق النسا وامتداد الألم للفخذ والساق ولم تستجيب الحالة للعلاج لمدة ٤٦ أسابيع.

ويتم علاج مشاكل الغضروف بالطرق الآتية:

بإزالة الغضروف (discectomy) سواء جزء منه أو إزالته كليا وهذه العملية تنجح غالبا. إزالة الغضروف بالميكروسكوب (microdiscectomy) وهي مثل العملية السابقة ولكن يتم إزالة الغضروف خلال فتحة صغيرة بواسطة الميكروسكوب الجراحي.

إزالة الغضروف من خلال المنظار بواسطة كاميرا فيديو arthroscopy ويحتاج المريض في هذه الحالة البقاء في المستشفى يوم واحد فقط.

استعمال الليزر (disc Lazer decompression) وهي تتم باستخدام المنظار

Otic Diseases : أمراض الاذن : الفصل العاشر

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- ١- التهابات الاذن الوسطى
- ٢- التهابات الاذن الخارجية
- ٣- عدوى الاذن بالفطريات
- ٤- انسداد الاذن بالشمع
- ٥- الم الاذن عند الاطفال والكبار .
- ٦- الدوار .

فراغ الأذن الوسطى عادة يكون مملوء بالهواء ولكن من الممكن أن تتراكم السوائل في الأذن الوسطى بسبب التهابات المجاري التنفسية العلوية مثل الزكام أو الإنفلونزا أو حتى بسبب الحساسية. (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٤ في نهاية الكتاب) .

كيف يحدث التهاب الأذن الوسطى؟
تنقل البكتيريا الموجودة في منطقة الحلق والأنف للأذن من خلال قناة استاكيوس وبسبب اضطراب في ميكانيكية التصريف بواسطة قناة استاكيوس وبوجود الإفرازات تجد البكتيريا وسطا مناسباً للتكاثر وبالتالي تسبب الالتهاب. معظم حالات التهاب الأذن الوسطى تحدث بسبب **٣ أنواع من البكتيريا هي:**

- ستربتوكوكس نيموني Streptococcus pneumoniae
- هيموفيلس انفلونزى Haemophilus influenzae
- موراكسيلا كاتاراليس Moraxella catarrhalis

ما هي مضاعفات التهاب الأذن الوسطى؟
سرعة إعطاء العلاج المناسب تساهم في سرعة الشفاء. ولكن التأخر في العلاج أو إعطاء علاج غير مناسب قد يؤدي لتطور الحالة وتتأثر مقدرة الطفل على السمع. فالسوائل التي تتراكم في الأذن الوسطى أثناء الالتهاب تمنع انتقال الأصوات في الأذن. وبما أن تعلم التكلم عند الأطفال يتم عن طريق الاستماع للأصوات ، فإن ضعف السمع يؤدي إلى تأخر في المقدر على المحادثة وتعلم اللغة. وهذا التأخر

١- التهابات الأذن الوسطى

Otitis Media

مضاد حيوى

R / Duricef 500 mg cap.

Or : Augmentin 625 mg or 1 gm. Tab.

قرص ٢-٣ مرات يوميا

R / Viotic ear drops .

نقط للأذن ٣ مرات يوميا

مسكن للآلم

R / Cetafen tab.

قرص ٣ مرات يوميا

يعتبر التهاب الأذن الوسطى عند الأطفال من أكثر الأمراض انتشارا بعد الزكام (الرشح) بالذات في مرحلة أو عمر ما قبل المدرسة. ويجب علاج الالتهاب سريعا لكي لا تتطور الحالة وتتأثر مقدرة الطفل على السمع. وهو عبارة عن عدوى بكتيرية أو فيروسية تسبب التهاب في الأذن الوسطى ويحدث عادة بعد التهاب الحلق ، الزكام ، أو اضطرابات الجهاز التنفسي الأخرى. تقع الأذن الوسطى بعد طبلة الأذن مباشرة وهي بحجم البصلة ، وتتصل الأذن الوسطى بالجزء العلوي للحلق (البلعوم الأنفي) عن طريق قناة ضيقة تدعى قناة استاكيوس eustachian tube ، وهذه القناة تسمح بتصريف السوائل من الأذن الوسطى إلى الجزء العلوي للحلق (البلعوم الأنفي) وتساعد على توازن ضغط الهواء بداخل الأذن.

تجمعات الأطفال مثل الحضانة على الإصابة بالزكام (الرشح) وبالتالي تعرضهم يكون أكثر. - الأطفال المصابين بأمراض الحساسية يكونوا أكثر عرضة للإصابة بالتهاب الأذن الوسطى - إرضاع الطفل وهو مستلق على ظهره . فمن الممكن أن يصعد الحليب والسوائل المغذية الأخرى إلي الأذن من خلال قناة استاكيوس. وبوجود البكتيريا تصبح هذه السوائل وسطا مناسباً للتكاثر و تسبب التهاب الأذن الوسطى .

ما هي طرق العلاج؟

يوجد عدة خيارات لعلاج التهاب الأذن. فعندما يكون التهاب الأذن بسيط وبدون ألم وتبين للطبيب أن السبب في الالتهاب فيروسي وكانت صحة الطفل العامة جيدة فربما ينصح الطبيب بعدم إعطاء أدوية والانتظار وملاحظة التطورات. في هذه الحالة يجب أن تقومي بملاحظة وضع الطفل وأي تطورات قد تطرأ وإخبار الطبيب إن ساءت الحالة. بالإضافة لوصفة الدواء أو عوضاً عنها ربما ينصحك الطبيب بعمل بعض الأشياء لمساعدة طفلك للشعور بالراحة. وهذا ربما يشمل كمادات دافئة على الأذن وإعطاء المسكنات. الحفاظ على الطفل في وضع عامودي قدر الإمكان بدلاً عن الاستلقاء على ظهره يساعد على تخفيف آلام الأذن. بالنسبة للأطفال الكبار النوم على وسادة (مخدة) إضافية يساعد على رفع مستوى الرأس. ولكن وكما هو موضح في جزء المضادات الحيوية فإن معظم التهابات الأذن تنتج بسبب إخماج بكتيري ، وفي هذه الحالة يتم وصف

يتم التغلب عليه بمساعدة أخصائيي النطق. في حالات نادرة ربما تؤدي التهابات الأذن الغير معالجة أو المتكررة إلى فقدان دائم للمقدرة على السمع (صمم). فتكرار حدوث الالتهاب ربما يؤدي لإصابة طبلة الأذن ، عظام الأذن أو العصب السمعي بضرر قد يسبب الصمم. ولكن هذا نادر الحدوث.

كيف يتم التشخيص؟

- أعراض التهاب الأذن

- استخدام منظار الأذن otoscope لمشاهدة طبلة الأذن وهي عبارة عن غشاء شفاف يفصل الأذن الوسطى عن الأذن الخارجية. - استخدام منظار خاص للأذن pneumatic otoscope لإرسال نفخات من الهواء باتجاه طبلة الأذن. طبلة الأذن السليمة تتحرك للداخل بسبب الهواء. ولكن في حالة التهاب الأذن الوسطى فالطبلة لا تتحرك بسبب الهواء الصادر .

ما هي العوامل المعرضة للإصابة عند الأطفال؟

أي شخص معرض للإصابة بالتهاب الأذن الوسطى ، ولكن الأطفال معرضين أكثر. فقبل بلوغ السنة الثالثة من العمر يصاب ٨٥% من الأطفال بالتهاب الأذن الوسطى. والسبب في ذلك أن قناة استاكيوس عند الأطفال تكون أقصر ، أضيق وأكثر استقامة من تلك عند البالغين. وبالتالي تساهم في تراكم الإفرازات في منطقتي الأذن الوسطى بسهولة.

- التهاب الأذن الوسطى غير معدي ، ولكن التهابات المجاري التنفسية العلوية مثل الزكام والتي تسبق التهاب الأذن تكون معدية ومن الممكن أن تساهم

التهاب الأذن بسبب بكتيري فإن العلاج عادة يكون بوصف مضادات حيوية تعطى عن طريق الفم لمدة ٥-١٠ أيام وذلك على حسب المضاد المستخدم. بعض المضادات الحيوية يعطى مرة واحدة يوميا والبعض الأخر يعطى مرتين إلى ٣ مرات في اليوم.

الادوية المقترحة لعلاج التهابات الأذن الوسطى :

١- اعطاء مسكن لتسكين الالم اذا كان هناك الم فى الاذن مثل :-

ملاحظات	السعر	الدواء
اقراص	٨.٠٠	بونستان فورت
	٥.١٠	ادارك أقراص
انالفان مثل « جلافين ، جليفان	٢.٨٠	انالفان أقراص
	٣.٥٠	كيتوفان أقراص

٢- مضاد حيوى مناسب ويفضل اخذ مسحة من افرازات الاذن وعمل مزرعة بكتيرية لمعرفة المضاد المناسب (انظر المضادات الحيوية فى الفصل الاول)

٣- قطرة تحتوى على مضاد حيوى ، يفضل اعطاء مضاد حيوى فى صورة نقط أذنيه مثل نقط للاذن تحتوى على مضاد الجنتاميسين .

مضادات حيوية لقتل البكتيريا أو على الأقل لوقف تكاثرها. .
لسوء الحظ فإن التهابات الأذن من الممكن أن تتكرر وربما ينصح الطبيب بخيارات علاجية أخرى ، وذلك يشمل القيام بإجراء شق جراحي صغير في طبلة الأذن myringotomy للسماح بتصريف السوائل المحتبسة وتقليل الضغط والالم. وربما ينصح الطبيب بوضع أنبوب صغير جدا myringotomy tube في طبلة الأذن. يوضع هذا الأنبوب لفترة كافية للسماح لقناة استاكيوس للعودة إلى حالتها الطبيعية وتصريف السوائل وبالتالي منع تكرار الإخماج. عندما يتكرر التهاب الأذن أو عند وجود سائل مزمن (لفترة طويلة) في فراغ الأذن الوسطى ربما يقوم الطبيب بإحالة الطفل إلى أخصائي السمع لتقييم مقدرة السمع عند الطفل وتحديد إن كان هناك اضطراب في الأذن الوسطى. وربما ينصح الطبيب باستشارة أخصائي النطق لتقييم مهارات الطفل اللغوية ومقدرته على النطق. وإن لزم الأمر ربما يؤدي ذلك إلى النصح ببرنامج تعليمي للطفل.

علاج التهاب الأذن بالمضادات الحيوية
العديد من التهابات الأذن تنتج بسبب إخماج بكتيري. وهناك ٣ أنواع من البكتيريا تسبب معظم التهابات الأذن ، ولكن في ٢٨% من الالتهابات يكون السبب جراثيم أخرى أو بدون سبب معروف.

يتم وصف مضادات حيوية لقتل البكتيريا أو على الأقل لوقف تكاثرها. وعندما يعاني الأطفال من

٤- انسداد الاذن بالشمع

Wax Impaction

R/ Remowax drops .

٢ نقطة للأذن ٣ مرات يوميا لمدة ٣ أيام

الاهمال فى تنظيف الاذن وخاصة فى الاطفال
يؤدى الى تراكم الشمع داخل الاذن وانسدادها مما
يؤدى الى نقص القدرة على السمع وطنين الاذن
وقد يؤدى ذلك الى الم شديد فى الاذن .

الطرق المستخدمة لازالة شمع الاذن

:

١- باستخدام نقط تساعد على اذابة شمع الاذن مثل
اوداكس *Audax* ، اوتوسيب *Otosept* ،
سوليوواكس *Soluwax* ، ريموواكس *Remowax*
او اكسجين ٦% نقط للأذن لمدة يومين وهو يفكك
الشمع ثم تنظيف الشمع المتحلل باعواد قطن .

٢- اذا كانت كمية الشمع كبيرة ويصعب ازالته
يمكن استعمال نقط جلسرين للأذن لمدة يومين ثم
تغسل الاذن من الداخل بواسطة الطبيب المختص

٥- ألم الاذن فى الكبار والاطفال

الم الاذن قد يكون سببه عدوى بكتيرية او فطرية
داخل الاذن او انسداد الاذن بالشمع ، وايا كان
سبب الالم يمكن اعطاء مسكنات لالم الاذن
ويعرض على الطبيب المختص (طبيب انف
واذن)

٢- التهابات الاذن الخارجية Otitis

Externa

سببها عدوى بكتيرية وتكون ايضا مصحوبة بالم
ونقص فى السمع ونزول صديد لذلك يشمل
علاجها ايضا تنظيف الاذن من الصديد عند طبيب
الاذن

الادوية المقترحة لعلاج عدوى الاذن الخارجية :

١- يمكن اعطاء دواء مسكن للألم لتسكين الألم
٢- ومضاد حيوى بالفم والاذن لعلاج الالتهابات
كما ورد مع التهاب الاذن الوسطى اعلى .

٣- عدوى الاذن بالفطريات

Otomycosis

R / Dermatin solution .

Or : Locasten solution

نقط للأذن ٣ مرات يوميا

تكون مصحوبة بحكة فى الاذن والم بالاضافة الى
ان الاهمال فى العلاج قد يؤدى الى عدوى ثانوية
بالبكتيريا .

**الادوية المقترحة لعلاج عدوى الاذن
بالفطريات :**

١- يمكن اعطاء مضاد فطرى نقط للأذن ٢-
وتنظف الاذن من النمو الفطرى الموجود بها
بواسطة اخصائى انف واذن وحجرة .

مضاد فطرى نقط للأذن مثل كانستين *Cansten*
او باترافين *Batrafen* .

الادوية المقترحة لتسكين ألم الأذن :

- ١- يمكن استخدام اقراص بونستان مسكن للآلام للكبار و شراب للاطفال .
- ٢- يمكن استعمال نقط تحتوى على مخدر موضعي للأذن مثل :

◀ اوتوسيبب Otosept نقط للأذن

◀ اوتوكالم Otocalm نقط للأذن

٦- الدوار Vertigo

R/ Betaserc 16 tab.

قرص كل ١٢ ساعة

R/ Stugeron tab.

قرص ٣ مرات يوميا

هو إحساس المريض بدوران الجسم أو المكان أو الاثنين معاً، وعدم القدرة على حفظ التوازن مما قد يؤدي إلى جلوسه أو الاستناد إلى شيء ثابت أو قد يتسبب حتى في وقوعه.

ويحدث كل هذا دون أن يفقد المريض الوعي، وهذا امر مهم جداً.

السبب المباشر في حدوث الدوار هو حدوث خلل في وظائف الأذن الداخلية المسؤولة عن الإحساس بالتوازن، ويكون الدوار حينئذ مصحوباً بخلل في الأداء الوظيفي للأذن أي ضعف بالسمع، وقد يقع سبب الدوار خارج الأذن الداخلية مثل الخلل الباطني.

وعلى هذا يكون العلاج المباشر هو التعامل مع السبب الباطني وعلاج الأعراض فقط، وكل حالات الدوار قد يصاحبها غثيان وقى وخفقان

بالقلب وشحوب بالوجه والعرق والإحساس بالرغبة في الذهاب للحمام لقضاء الحاجة.

انواع الدوار:

١- الدوار المصحوب بفقدان الوعي، ويكمن في الجهاز العصبي المركزي.

٢- الدوار المصحوب بضعف في السمع، وهذا يكون في الغالب راجعاً إلى سبب مرضي عام، ومن الأسباب المرضية العامة والشائعة حدوث خلل في ضغط الدم انخفاضاً أو ارتفاعاً، وكذلك الأنيميا الشديدة، واختلال منسوب سكر الدم ارتفاعاً أو انخفاضاً، وفي حالة انخفاض ضغط الدم يتم الشعور بالدوار عند الوقوف فجأة بعد طول جلوس أو بعد السجود.

٣- الدوار المصحوب بضعف في السمع ويكون سببه في الأذن الداخلية، أو في الأذن الوسطى مؤثراً على الأذن الداخلية، إلا أنه توجد حالات قليلة جداً يكون سبب الدوار فيها هو وجود متاعب في الأذن الداخلية لا تؤثر في السمع مثل حالة الالتهاب الفيروسي لعصب التوازن.

نستنتج من هذا كله الآتي:

متاعب الأذن الداخلية تؤدي إلى الإحساس بالدوار، وتكون مصحوبة بضعف في السمع الحسي العصبي.

الإحساس بالدوار بدون تأثير على السمع يكون راجعاً إلى سبب عام في الجسم يؤثر على الأذن الداخلية، وعند علاج السبب العام تستريح الأذن الداخلية ويختفي الدوار.

مرض مينير أو مينير Meniere:

مرض مينبير، هو مرض يصيب الأذن الداخلية ويؤدي إلى ازيمات تظهر فجأة نتيجة حدوث خلل في القوقعة والجهاز الدهليزي اللذين يشكلان معاً الأذن الداخلية.

ويؤدي هذا الإحساس بالطنين والدوار وضعف شديد في السمع، وتستمر الأزمة ساعات قليلة ثم تزول، لكن ضعف السمع قد يستمر مع بعض التحسن البسيط.

وفي بعض الحالات يستمر الطنين، والإحساس بالدوار الذي قد يصاحبه قي وخفقان في القلب وكثرة العرق والشعور بتحريك الأمعاء وشحوب بالوجه.

وقد تحدث هذه الأعراض على فترات متقاربة أو متباعدة، وبعد كل مرة يضعف السمع أكثر ولا تخففي الازيمات إلا بزوال السمع تماماً.

علاج الدوار:

(أ) علاج أثناء الأزمات:

- ١- الراحة التامة.
- ٢- علاج السبب إذا وجد.
- ٣- تعاطي الكورتيزون تحت إشراف الطبيب المعالج.
- ٤- تناول مدرات للبول أحياناً
- ٥- العمل على تقليل النشاط الوظيفي للتغذية العصبية للأذن الداخلية، ذلك أن هذه التغذية تؤدي إلى حدوث انقباض في الشرايين المغذية للأذن الداخلية، وبالتالي فإن الحد من هذا التغذية يترتب عليه زيادة كمية الدم التي تصل للأذن.
- ٦- استعمال مهدئات لجهاز التوازن.

٧- استخدام موسعات للشرايين.

من الأدوية التي تعالج الدوار الحركي مادة البيتاهايستين Betahistine ٨مجم و ١٦مجم الموجودة في الأدوية التالية :

Betaserc 8	20 tab	بيتاسيرك
Betaserc 16	20 tab	بيتاسيرك
Histine 8	30 tab	هيستين
Microserc	30 tab	ميكروسيرك
VerSerc 16	20 tab	فيرسيرك
VerSerc 24	20 tab	فيرسيرك

ايضاً الادوية المحتوية على مادة البنثوكسى فيليلين تنشط الدورة الدموية المخية وتساعد في تقليل الدوار الحركي والدوخة

(ب) علاج دائم:

- ١- يتضمن العلاج الأساسي معرفة السبب وعلاجه، سواء بالعقاقير أو العلاج النفسي أو للتدخل الجراحي.
- ٢- تناول أدوية تساعد على رفع كفاءة الأذن الداخلية.
- ٣- تناول مهدئات للجهاز الدهليزي بالأذن الداخلية.
- ملاحظة:** المريض الذي يصاب بحالة دوار يعاني عادة من توتر نفسي شديد، وقد يفقد الثقة في نفسه، لذلك يجب على الطبيب المعالج أن يهدئ من روعه ويشرح له الحالة حتى يطمئنه.
- ويُصح المريض بالدوار عموماً، والمصابون بمرض مينبير بصفة خاصة، بالبعد عن الأماكن المرتفعة الخطيرة والتي تستلزم درجة عالية من التحكم في اتزان الجسم.

الفصل الحادى عشر أمراض العيون
Ophthalmic Diseases

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- ١ . حساسية العين
- ٢ . احتقان العين
- ٣ . التهاب ملتحمة العين
- ٤ . التهاب جفن العين
- ٥ . المياه البيضاء
- ٦ . الجلوكوما
- ٧ . كيس دهنى بالجفن
- ٨ . التراكوما (الرمد الحبيبي) .
- ٩ . العشى الليلي .
- قُصر البصر Myopia



١ - حساسية العين

R/ Epichrom eye drops .

Or Opticure eye drops

Or : Optichrom eye drops .

قطرة ٤ مرات يوميا

R/ Prisoline eye drops

Or : visine AC eye drops.

Or : Naphcon-A eye drops

قطرة ٤ مرات يوميا

+Systemic antihistaminic may be

useful

R/ Mosedin Tab.

Or : Avil retard tab.

قرص قبل النوم

تحدث نتيجة لافراز مادة الهستامين التي تسبب رغبة فى حكة العين وكذلك احمرار واحتقان العين ومن اسباب حساسية العين دخول بعض الاتربة او الادخنة او الاجسام الغريبة فيها - وهناك ايضا الحساسية الموسمية التي تحدث مرة كل عام نتيجة التغيرات الجوية او وجود حبوب اللقاح فى الهواء ، او ادخنة المصانع بانواعها الكيماوية والبتروولية وغيرها .

الحساسية سواء فى العين او فى الصدر او الجلدية هى عملية فردية ، يعانى منها شخص دون الاخر وهذا يرجع الى المضادات Antibodies التي تفرزها كرات دم كل شخص منا على حده ، فمثلاً شخص يعانى من حساسية فى عينيه اذا تعرض لدخان السجائر فليس من

الشرط ان يعانى اخيه من نفس الحساسية ، كرات دمه او جسمه لم يفرز مواد مضادة لهذا الدخان مثل اخيه .

الادوية المقترحة لحساسية العين :

١- يمكن اعطاء اقراص مضادة للحساسية (مضادة) للهستامين مثل :-

« جرعة واحدة يوميا (قرص او ملعقة شراب) من مادة لوراتادين الموجودة فى الادوية الاتية «
كلاريتين *Claritin* «٢٣.٨٠»، موسيدين *Mosedin* «٨.٠٠»، لوراتان *Loratan* «٨.٨٥»

او «قطرة تحتوى على مادة الكروموجليكيت المضادة لحساسية العين مثل «ايبكروم» «٧.٧٠» *Epichrome* ، اوبتيكروم «٢١.٣٥» *Opticrome 4%* ، اوبتيكيور «٥.١٥» *Opticure 2%*

« جرعة واحدة يوميا (قرص) من مادة سيتريزين *Cetirizine* الموجودة فى احدى الادوية الاتية «زيرتك» «١١.٠٠» *Zyretic* ، تومازين «٨.٢٠» *Tomazine* ، هيسيتازين «٨.٢٠» *Histazine* .

٢- كذلك يمكن اعطاء قطرة مضادة للحساسية واحمرار (احتقان العين) مثل

«قطرة تحتوى على مادة نافازولين *Naphazoline* المزيلة للاحتقان مع مادة كلورفينيرامين *Chlorpheniramine* المضادة للهستامين او اى مادة اخرى مضادة للهستامين مثل : «
اوبتازولين «١.٥٠» *Optazoline* ، بريزولين «٣.٠٠» *Prisoline* ، نافكون اية «*Nafcon-A*

مرض مينبير، هو مرض يصيب الاذن الداخلية ويؤدي الى ازمان تظهر فجأة نتيجة حدوث خلل في القوقعة والجهاز الدهليزي اللذين يشكلان معاً الأذن الداخلية.

ويؤدي هذا الإحساس بالطنين والدوار وضعف شديد في السمع، وتستمر الأزمة ساعات قليلة ثم تزول، لكن ضعف السمع قد يستمر مع بعض التحسن البسيط.

وفي بعض الحالات يستمر الطنين، والإحساس بالدوار الذي قد يصاحبه قئ وخفقان في القلب وكثرة العرق والشعور بتحريك الأمعاء وشحوب بالوجه.

وقد تحدث هذه الأعراض على فترات متقاربة أو متباعدة، وبعد كل مرة يضعف السمع أكثر ولا تختفي الازمان إلا بزوال السمع تماماً.

علاج الدوار:

(أ) علاج أثناء الأزمات:

- ١- الراحة التامة.
- ٢- علاج السبب إذا وجد.
- ٣- تعاطي الكورتيزون تحت إشراف الطبيب المعالج.
- ٤- تناول مدرات للبول أحياناً
- ٥- العمل على تقليل النشاط الوظيفي للتغذية العصبية للأذن الداخلية، ذلك أن هذه التغذية تؤدي الى حدوث انقباض في الشرايين المغذية للأذن الداخلية، وبالتالي فإن الحد من هذا التغذية يترتب عليه زيادة كمية الدم التي تصل للأذن.
- ٦- استعمال مهدئات لجهاز التوازن.

٧- استخدام موسعات للشرايين.

من الادوية التي تعالج الدوار الحركى مادة البيناهيستين Betahistine ٨مجم و ١٦مجم الموجودة فى الادوية التالية :

Betaserc 8	20 tab	بيتاسيرك
Betaserc 16	20 tab	بيتاسيرك
Histine 8	30 tab	هيستين
Microserc	30 tab	ميكروسيرك
VerSerc 16	20 tab	فيرسيرك
VerSerc 24	20 tab	فيرسيرك

ايضاً الادوية المحتوية على مادة البنثوكسى فيليلين تنشط الدورة الدموية المخية وتساعد فى تقليل الدوار الحركى والدوخة

(ب) علاج دائم:

- ١- يتضمن العلاج الأساسى معرفة السبب وعلاجه، سواء بالعقاقير أو العلاج النفسى أو للتدخل الجراحى.
- ٢- تناول أدوية تساعد على رفع كفاءة الأذن الداخلية.
- ٣- تناول مهدئات للجهاز الدهليزي بالأذن الداخلية.
- ملاحظة:** المريض الذي يصاب بحالة دوار يعاني عادة من توتر نفسى شديد، وقد يفقد الثقة فى نفسه، لذلك يجب على الطبيب المعالج أن يهدئ من روعه ويشرح له الحالة حتى يطمئنه.
- ويُصح المرضى بالدوار عموماً، والمصابون بمرض مينبير بصفة خاصة، بالبعد عن الأماكن المرتفعة الخطيرة والتي تستلزم درجة عالية من التحكم فى اتزان الجسم.

الادوية المقترحة لعلاج احتقان او احمرار العين :

١- يمكن اعطاء قطرة تحتوى على مادة مزيلة للاحتقان وبالتالي مزيلة لاحمرار العين مثل :-
 ﴿ قطرات تحتوى على مادة فينيل افرين *Phenylephrine* المزيلة لاحتقان العين ، توضع نقطة ٣ مرات يومياً او عند الحاجة ، قطرات تحتوى على هذه المادة مثل : ﴿ ايزوبتوفرين *Prefrin* ﴿٣.٠٠﴾ ، برفرين ﴿٢.٤٠﴾ *Prefrin* ﴿٣.٠٠﴾ *Isoptofrin* ، برفرين ﴿٢.٥٠﴾ *Phenylephrine* ﴾
 ٢- هناك قطرات تحتوى على مزيل للاحتقان مع مادة ملطفة للحرقان الذى يصاحب الاحمرار مثل ﴿ قطرات تحتوى على نافازولين او تتراهيدرازولين المزيلة لاحتقان العين مع سلفات الزنك الملطفة لحرقان العين *Zinc Sulphate* ، توضع نقطة ٣ مرات يومياً او عند اللزوم ، من امثلة هذه القطرات ﴿ بريزولين زنك ﴿١.٥٠﴾ *Prisoline-Zinc* ، فايزين ايه سى ﴿٥.٠٠﴾ *Visine-AC*

٣- التهاب ملتحمة العين Conjunctivitis

R/ Duricef 500 cap.

قرص كل ٨ ساعات

R/ Tobrex drops.

قطرة ٣ مرات يومياً

R/ Terramycin eye oint.

مرهم قبل النوم

شاء الخالق ان تكون هناك وسائل دفاعية كثيرة تحمى العين نظراً لاهميتها للمخلوق ولانها عضو حساس فقد ابدع الخالق فى وضع ذلك الجفن

﴿ قطرة تحتوى على مادة ليفوكاباستين *Levocabastine* المضادة لحساسية العين مثل ليفوستين ﴿٢٥.٠٠﴾ *Levostine* وتستخدم نقطة مرتين يومياً .
 ٣- فى حالة الحساسية المزمنة والمتكررة او الموسمية يمكن اعطاء قطرات مضادة للحساسية وللوقاية من الحساسية مثل ﴿ قطرة تحتوى على مادة الكروموجليكيت المضادة لحساسية العين ، كوقاية ايضاً مثل ﴿ ابيكروم ﴿٧.٧٠﴾ *Epichrome* ، اوبتيكروم ﴿٢١.٣٥﴾ *Optichrome4%* ، اوبتيكيور ﴿٥.١٥﴾ *Opticure2%* ﴾
 يجب قبل المعالجة تجنب بقدر الامكان العوامل المسببة للحساسية التى سبق ذكرها سابقاً .

٢- احتقان او احمرار العين Eye Congestion

R/ Visine drops .

Or : Prisoline drops.

قطرة ٤ مرات يومياً

R/Orchazid (Ketotifen)drops

قطرة ٣ مرات يومياً

احمرار العين يحدث نتيجة احتقان الاوعية الدموية فى العين بسبب الاجهاد الزائد للعين مثل مشاهدة التلفزيون او الجلوس امام الكمبيوتر لفترات طويلة او القراءة لفترات طويلة فى وجود قصر فى النظر ، وكما سبق ذكره فان حساسية العين قد تسبب احتقان العين ايضاً .

ساعات مثل « اوفلوكس قطرة Oflox ، اوكيوفلوكسين ، سيلوكسان Ciloxan ،

سيبروسين مرهم قبل النوم Ciprocin »

« قطرات تحتوى على بولىميكسين و نيوميسين مع جراميسيدن او باسيتريسن ، وهنا تحتوى القطرة او المرهم على ثلاث مضادات معاً لتغطية جميع الميكروبات التى تصيب العين من امثلة هذه القطرات »

نيوبول قطرة	Drops	Neo-Pol
ايزوتو ستاترول قطرة	Eye Drop	Isopostatrol
ستاترول مرهم للعين	Eye Oint.	Statrol

« فى عدوى الملتحمة يصف الطبيب القطرة عدة مرات نهاراً ومرهم العين قبل النوم ، وفى حالة احمرار العين نتيجة الالتهاب يمكن اعطاء قطرة مزيلة لاحمرار العين مثل التى وردت اعلى .

٢- كذلك يفضل اعطاء مضاد حيوى عن طريق الفم مثل مضاد حيوى ٥٠٠ مجم للكبار و ٢٥٠ او ١٢٥ مجم شراب معلق للاطفال من احد المضادات التابعة لمجموعة السيفالوسبورين مثل مستحضر يحتوى على « سيفرادين ، او سيفاكلور ، او سيفادروكسيل .

كلافوكس اقراص للكبار و شراب للاطفال Klavox او اجمنتين اقراص للكبار او شراب للاطفال Augmentin او او باكتيكور كبسولات للكبار و شراب للاطفال Bactiolor .

٤- التهاب جفن العين

Eye led Infection

العدوى البكتيرية لاحد جفون العين قد يسبب التهاب الجفن او ظهور دمل صغير قد يكبر

العجيب المزين بالرموش الجميلة والذى يغلق ويفتح كل لحظة ويعمل على مدار الساعة مدافعاً عن العين ضد اى اذى وموزع للدموع لترطيب العين طالما العين مفتوحة وكذلك الدموع الطبيعية التى تفرزها العين بها مضاد طبيعى للميكروبات التى تحاول اقتحام العين ، فنقتل اى ميكروب يحاول غزو ذلك العضو العجيب ، اما التهاب ملتحمة العين قد يكون سببه بكتيرى او فيروسى او غير ذلك والتهاب الملتحمة بسبب عدوى البكتيريا هو اشهر امراض العيون واكثرها انتشاراً بسبب حساسية العين الشديدة لاي تلوث ميكروبى من ايدى غير نظيفة ، او وسادة غير نظيفة ، والنظافة الصحية المستمرة تقى العين من مثل هذه العدوى (أنظر صور توضيحية رقم ١٨ ، ١٨ مكرر فى نهاية الكتاب) .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى الملتحمة بالبكتريا :

١- يمكن اعطاء قطرة او مرهم للعين تحتوى على مضاد حيوى مبيد للميكروبات المعديّة للعين ، وتستخدم القطرات المحتوية على مضاد حيوى عادة كل ٢-٣ ساعات والمرهم قبل النوم ، مثل :- « قطرات . او مرهم تحتوى على مادة التوبراميسين Tobramycin مثل « قطرة ومرهم توبركس Tobrex ، قطرة ومرهم توبرين Tobrin ، قطرة توبرالكس Tobralax ، قطرة توبراميسين »

» Tobramycin

« قطرات تحتوى على اوفلوكساسين او سيبروفلوكساسين وهى مضاد لمعظم الميكروبات التى تصيب العين وتستخدم نقطة كل ٢-٣

هناك فراغ بين عدسة العين (*Lens*) و القرنية (*Cornea*) يمتلىء بسائل يسمى *Aqueous humor* هذا السائل يتحرك خلف الجزء الملون من العين (الحدقة *iris*) خلال الفتحة عند مركز العين (*pupil*) إلى الفراغ بين الحدقة و القرنية ... هذا السائل يتم إنتاجه فى العين باستمرار و لذلك يجب تصريفه خارج العين باستمرار ... التصريف يكون عند نقطة تلاقى الحدقة مع القرنية و هذه النقطة تعرف بزاوية التصريف *Drainage angle* و منها يتجه السائل إلى قناة تسمى *Schlemm's channel* التى من خلالها يخرج السائل إلى خارج العين خلال أوردة صغيرة (أنظر الصورة توضيحية رقم ٤٨ فى نهاية الكتاب) .

و عندما لا تعمل زاوية التصريف بطريقة صحيحة لا يتم بالتالى تصريف السائل فيتجمع السائل داخل العين و يؤدي إلى زيادة الضغط داخل العين فيزداد الضغط على عدسة العين و منها على الشبكية و منها على العصب البصرى و قد يؤدي إلى تدمير العصب و بالتالى فقد الإبصار .

و تقسم حالات الجلوكوما الى محتقنة و غير محتقنة أو بسيطة ، فى حالات الجلوكوما المحتقنة يلاحظ احمرار العين المصابة أما فى حالات الجلوكوما البسيطة فغالبا تكون حالة العين طبيعية من الظاهر و تقدم المرض بطيئا .

ماهى أعراضها ؟

صداع و ضعف الإبصار وكثيرا ما يرى المريض شبه أقواس قزح منبعثة من اللببات الكهربائية و

ويخرج صديداً . الادوية المقترحة لعلاج التهاب جفن العين مثل التى وردت اعلى لعلاج التهاب الملتحمة .

٥- المياه البيضاء او اظلام العدسة (الكتاركت) Cataract

ماهى الهياه البيضاء ؟

هى أية عتامة فى بلورية العين أو الغشاء المحيط بها و هى عتامة توجد دائما خلف الحدقة التى يتحول لونها من الأسود الى الابيض ولذلك تسمى بالمياه البيضاء

(أنظر الصورة رقم ١٣ فى نهاية الكتاب) .

و معظم حالات المياه البيضاء تأتى فى سن الشيخوخة من سن الخمسين و هناك حالات أخرى تتسبب عن مرض البول السكرى أو نقص الفيتامينات أو نتيجة اصابات بالعين .

ماهى أعراضها ؟

تدهور فى قوة الإبصار و إذا بدأت البلورية فى العتامة فلا يمكن استرداد نضارتها .

كيف يمكن علاجها ؟

الطريقة الوحيدة للعلاج هى عملية جراحية يتم فيها إزالة البلورية و تجرى هذه العملية غالبا عند نضوج الكتاركت ثم يستعوض المريض بنظارات طبية عن العدسة المزالة من العين (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٧ فى نهاية الكتاب) .

٦- جلوكوما (ارتفاع ضغط العين) Glaucoma

الجلوكوما هى ارتفاع فى ضغط العين
كيف تحدث الجلوكوما ؟

يؤدي إلى ظهور حبيبات مسية أحمرا
و هذا المتكرومب يصيب المتاحمة و القرانتيه و
الو لاده أو عند ملامسة يد ملوثة بالمكرومب للعين
ير انكروماتس و هو ينتقل من الأم إلى الطفل أثناء
هو التهاب مزمن بالعين ينتجة ميكروب كلاميديا

Trachoma
التهانكرومبا (الرمم الحنبي)

• بسيطة

٤ علاج

(العين المصابة رقم ١٧ في نهاية الكتاب)

جلد العين لقيه قيد التهاب و يؤلم مثل دمل العين
صلب الملمس و تكون تحت جلد العين وليس في
إلى أن يصل إلى حجم حبة القول و عادة ما تكون
ير احم المتكرومبات و يتكون الكيس ببطء و يتم
قناة هذه العدة ثم ير احم الأقران داخل العدة مع
الدهنية التي توجد بالعين... ويتكون نتجة السدان
الكيس الدهني عبارة عن كيس بعدة من السدان

Chalazion
كيس دهني بالعين (كلزيون)

• حدوث ضرر بالعين .
الخراجة الالزمية في بعض الحالات فعليا ما يمنع
أما إذا أعطى المريض العلاج اللازم مع إجراء
المسبب عن ضهور الشحنة و العصب النصري .
و إذا أهمل المريض فمسير العين قيد الانحسار
بالخفق و زيادة احمرار العين و اتساع حدقة
شعور بألم شديد في العين و وجود ورم
في حالات الخلو كما المحققة ير احم ما سبق

٤ أسباب

الانحسار
المطلوم هو عنصر هام لصحة
من المعروف أن الروية في الضوء الجاه
الانحسار من مكان مضي إلى مكان
هو عدم قدرة العين على رؤية الأشياء بصره

Night Blindness
العمى الليلي

• ساعات

٦٠٠٠ كينول كينول أو كينول كل ٦
مح ٢٥٠ أو مح ٥٠٠

أما بالنبية للجان مثل : *Erythrocine*
ساعات . للاطفال .

٦٠٠٠ كينول كل ٦
أو *Eryped* : إر يند

٣- **مضاد حيوي** يحتوي على مادة
التوم .

٢- **مضاد حيوي** يحتوي على مادة
قطرة ٤ مرات يوميا .

١- **قطرة مضاد حيوي** مثل : إر يند
أو ديكسارون بلس أو تير امين مريم ...

• مع استعمال بعض الأدوية مثل :
الأهتام بنظارة العين .

٤ علاج :
بالنكرومبا . إذا لم يعالج قد يؤدي إلى العمى

• يعرف (العين المصابة رقم ٢٥ في نهاية الكتاب) ويعرف
بالعين و الانحسار بوجود رمل بالعين (العين)

العرض منها:-

الليزك. وهو عادة يزداد سوءا بنسبة دائمة الانخفاض حتى سن الثلاثين .

هناك أمراض عديدة تؤدى الى حدوث هذا

١- وراثيا- بسبب نقص متوارث فى المادة الصبغية الموجودة فى الخلايا العصبوية *RODS* الموجودة فى شبكية العين.

٢- نقص **فيتامين أ** فى الدم نتيجة عدم اتباع نظام غذائى متكامل, ويوجد فيتامين أ اكثر ما يكون فى كبد الحيوانات مثل الدجاج و الابقار, كما يوجد كذلك فى اللبن و الخضروات ذات الألوان الصفراء و الخضراء وخصوصا فى الجزر لاحتوائه على مادة الكاروتين.

٣- مرض الساد أو الماء الأبيض *CATARACT*.

٤- مرض الماء الأزرق *GLUCOMA*.

العلاج : يعتمد علاج هذا المرض على المرض المسبب له, فمثلا" اذا كان السبب نقص فيتامين أ فيعالج باضافته للغذاء سواءا بطريقتة طبيعية أو بتناول مكملات غذائية تحتوى عليه و بالنسبة لباقى الأمراض مثل الجلوكوما و الكاتاراكت فعلاجها يعالج العشى الليلي تلقائياً.

١٠- حسر البصر او قصر البصر

Myopia

ينتج حسر البصر او قصر البصر *Myopia* (ضعف النظر) بشكل رئيسي عن شكل المقلة , فيكون محور المقلة زائد الطول بحيث يكون الإبصار القريب (كالقراءة و الكتابة) ممتازا , أما الأجسام البعيدة فتكون ضبابية.

العلاج : وتصحح هذه الحالة بسهولة باستعمال نظارات , عدسات لاصقة أو بإجراء عملية

الفصل الثاني عشر (أمراض الأوعية الدموية)

ويشمل هذا الفصل الحديث عن :

١- الكوليسترول و الدهون الثلاثية

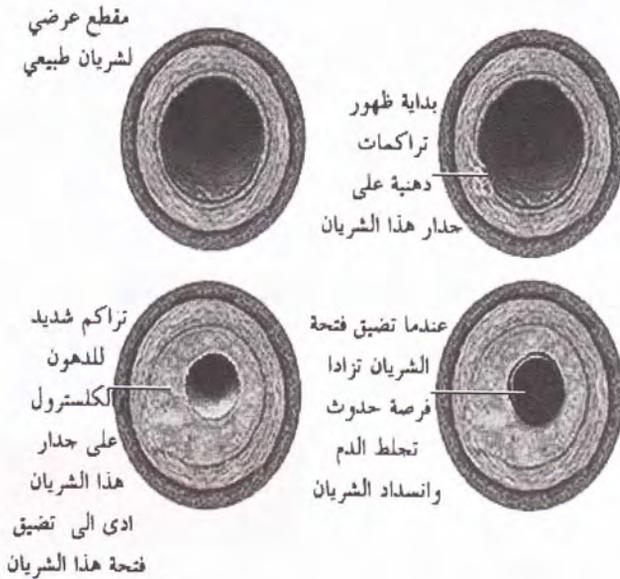
٢- تصلب الشرايين .

٣- دوالي الساقين .

٤- ضغط الدم المرتفع .

٥- ضغط الدم المنخفض

٦- المسمار الدموى .



١- الكوليسترول و الدهون الثلاثية
Cholesterol & triglycerides

الكوليسترول مادة بلورية تصنف ضمن الستيرويد Steroid وكذلك يصنف من الدهون لأنه يذوب فيها و لا يذوب في الماء. الكوليسترول يوجد طبيعياً في المخ و الأعصاب و الكبد و الدم و العصارة الصفراوية، و الكوليسترول ضروري لعمل الجسم بصورة سليمة و حوالي ٨٠% من مجموع الكوليسترول في الدم يتم تصنيعه في الكبد و 20% من المصادر الغذائية. الكوليسترول في الجسم يستخدم في:

- ١- بناء أغشية الخلايا .
- ٢- إنتاج الهرمونات الجنسية
- ٣- عملية هضم الدهون في الأمعاء عن طريق العصارة الصفراوية التي يفرزها الكبد .

يأتي الكوليسترول من مصدرين أساسيين : المصدر الأول : يركب الجسم الكوليسترول و يتم معظمه في الكبد ، أما المصدر الآخر : فهو من تناول اللحوم بأنواعها ، بالإضافة إلى مشتقات الحليب و البيض..

ينقل الكوليسترول من الكبد إلى أنسجة الجسم المختلفة عبر الدم بواسطة البروتينات الدهنية Lipoproteins حيث تأخذ الخلايا حاجتها منه و تظل الزيادة في مجرى الدم تلتقطها بروتينات دهنية أخرى لإعادتها إلى الكبد .

هناك نوعان من البروتينات الدهنية :

١- بروتينات دهنية قليلة الكثافة Low Density Lipoproteins و يرمز لها ب LDL و هي البروتينات التي تحمل الكوليسترول من الكبد إلى أنسجة الجسم المختلفة، و تحتوي على كمية كبيرة منه و هي ما يسمى "بالكوليسترول الضار".

٢- بروتينات دهنية عالية الكثافة High Density Lipoproteins و يرمز لها ب HDL و هي البروتينات التي تلتقط الكوليسترول من مجرى الدم بعد أخذ الخلايا حاجتها منه و إعادته للكبد ليدخل مرة أخرى في تكوين البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة لنقله مرة أخرى لخلايا الجسم أو يدخل في تكوين العصارة الصفراوية Bile و تحتوي هذه البروتينات على كمية منخفضة من الكوليسترول و هي ما يسمى "بالكوليسترول المفيد أو الحميد". و يظل هذا النظام متوازناً ما لم تزداد كمية الكوليسترول عن القدر الذي يمكن جمعه بسرعة أو انخفاض كمية البروتينات عالية الكثافة للقيام بجمع الكوليسترول من الدم فأن الكوليسترول يترسب في جدار الأوعية الدموية الشرايين- مسبباً تصلبها و انسدادها مما يؤدي إلى أمراض القلب مثل الذبحة الصدرية و النوبات القلبية و أمراض الشرايين الطرفية مثل قصور تدفق الدم إلى الرجل و كذلك الجلطة الدماغية.

أما بالنسبة للشحوم الثلاثية - TG فهي مركبات تتواجد بها الشحوم في الكائنات الحية ، مصدرها الرئيسي من الطعام ، كما أن الجسم يقوم بتركيبها

خاصة المخ مما يعطل هذه الأجهزة عن القيام بوظائفها كما يجب - واطخر الامراض التي تنتج لذلك هو الذبحة الصدرية الذي يكون سببه فى الغالب حدوث تصلب وبالتالي ضيق فى الشريان التاجى الذى يغذى عضلة القلب بالدم و ينتج عن ذلك عدم قيام عضلة القلب بوظائفها مما يتسبب فى الشعور بألم الذبحة .

و إذا حدث تصلب فى الشرايين فلا يمكن إعادتها إلى حالتها الطبيعية بل بالعكس قد ينطور الأمر إلى حدوث انفجار فى هذه الشرايين و خصوصا شرايين المخ الذى يؤدي الى نزيف فى المخ ويندر اسعافها .

ماهى العوامل التى تساعد على سرعة حدوث تصلب الشرايين ؟

- ١- تقدم العمر - (يقلل تصلب الشرايين للمتقدمين فى العمر بممارسة الرياضة - والمحافظه على اكل صحى يخلو من الدهون) .
- ٢- التدخين (وهو احد العوامل الرئيسية لتصلب وتشقق جدران الشرايين من الداخل وبالتالي حدوث الذبحة او بالنزيف)
- ٣- ارتفاع ضغط الدم (وهننا الانتظام فى الادوية المنخفضة لضغط الدم يقلل من مخاطر تصلب الشرايين او حدوث نزيف شريانى)
- ٤- مرض السكر (ايضا الدقة فى تعاطى دواء السكر والحمية وتعاطى الادوية المنخفضة

، إن علاقة الـ TG - بتصلب الشرايين قد تكون غير مباشرة ، فارتفاع الـ TG - قد يترافق مع انخفاض الـ HDL الكوليسترول الجيد ، و أحيانا ارتفاع الـ LDL الكوليسترول السيئ. و هذا قد يؤدي إلى الإصابة بتصلب الشرايين.

علاقة ارتفاع الكوليسترول بخطر الأزمات القلبية

منذ عام ١٩٤٨م أجريت دراسة فى الولايات المتحدة الأمريكية على مدى ١٠ سنوات على ٤٠٠٠ شخص مصابين بارتفاع الكوليسترول ، وقد أشارت الدراسة إلى خفض مستوى الكوليسترول فى الدم قد أدى إلى انخفاض خطر حدوث الأزمات القلبية ، و قد تلتها دراسات عديدة أثبتت النتائج نفسها ، كما أكدت دراسات أجريت مؤخراً أن خفض الكوليسترول يمنع من تزايد تضيق الشرايين ، و فى بعض الحالات إلى تراجعها .

ما ينصح به كل شخص عمره ٢٠ سنة و ما فوق ، أن يتعرف على مستوى الكوليسترول الكلي و الـ HDL ، إضافة إلى تحديد عوامل الخطر الأخرى التي قد تؤدي إلى تصلب الشرايين.

٢- تصلب الشرايين

Arteriosclerosis

تصلب الشرايين من الأمراض الشائعة و التى تحدث مع تقدم العمر نتيجة ترسب الدهون أو الكوليسترول على جدار الأوعية الدموية فتجعل الوعاء الدموى يضيق ويفقد مرونته و يتصلب و بالتالى تعوق مرور الدم إلى أجهزة الجسم و

٣- دوالي الساقين

Varicose (dilated) Veins

هي حالة شائعة فهي العروق الزرقاء البارزة التي نراها تحت الجلد في الساق و تظهر صمامات الأوردة كالعقد في هذه العروق. و قد يشعر مريض دوالي الساقين بالإحساس بالألم في الساق و الثقل و يمكن أن يحدث بعض التورم في الكاحل و القدم بالإضافة إلى أن الدوالي تسمى للشكل الجمالي للساق.

وصف الدوالي : يظهر على هيئة أوعية دموية متعرجة متضخمة و منقطعة و تحدث نتيجة الضغط على الوريد الذي يجمع الدم من منطقة الأرجل و يوصلها إلى القلب ... و معظم الحالات تظهر قبل سن الأربعين و النساء أكثر عرضة للمرض من الرجال

(أنظر الصورة رقم ٤٦ في نهاية الكتاب) .

ما هي أسباب دوالي الأرجل ؟

١- مع تقدم السن يحدث ضعف لجدران الأوردة نتيجة خلل في بعض البروتينات المكونة لها مثل بروتين الكولاجين الذي يعطيها القوة و بروتين الالستين الذي يعطيها المرونة .

٢-الوقوف لساعات طويلة أثناء اليوم .

١- الحمل في النساء حيث يتسبب الحمل في الضغط على الوريد الذي يجمع الدم من الأرجل فيزيد ضغط الدم داخل الوريد فيؤدى إلى ترهل وضعف جدران الأوردة الصغيرة الضعيفة في الرجل التي لا تتحمل

لدهون الدم اذا لزم يقلل تفاقم تصابب الشرايين)

٥- العادات الغذائية السيئة مثل الإفراط فى الأكل خاصة الأطعمة التي تحتوى نسبة عالية من الدهون و الكوليسترول تساعد على حدوث تصلب الشرايين ... ولذلك ننصح بتقليل هذه الأطعمة و استعمال أطعمة منخفضة الكوليسترول مثل الأطعمة منزوعة الدسم و الزيوت و السمن منخفض الكوليسترول .

ما هي الأدوية التي يمكن استعمالها لعلاج ارتفاع دهون الدم ؟

هناك مجموعة كبيرة من الأدوية التي تستعمل كعلاج أو كوقاية من زيادة الدهون أو الكوليسترول مثل الادوية المحتوية على :
اتورفاستاتين مثل :

اقراص اتروستات - اتور- لبييتور-
(Ator-Lipona--Atrostat-Lipitor) .

سيفاستات مثل :

اقراص (امريستاتين - الكور - سيمفاكور - سيمفاستات - زوكور) (Amristatin - Alkor - Simvacor - Simvastat - Vastan Zocor) أو أوميجا ٣ بلس Omega 3 plus، و غيرها الكثير .

والتوصية المكررة في جميع المنتجات المخفضة لدهون الدم هي الالتزام اثناء تعاطيها بنظام حماية خاص يخلو من الدهون الحيوانية

ما هو العلاج ؟

عادة يُصح المريض :-

١- بممارسة التمرينات باستمرار فهي تحافظ على القوة العضلية لعضلات الساقين و بالتالي تحسن من وظيفة المضخة العضلية و هي ضغط العضلات على جدران الأوردة لتعمل على صعود عمود الدم في الوريد لأعلى في اتجاه القلب و منع تراكمه في الساقين مسببا الدوالي أو جعل حالتها أكثر سوء . و تساعد التمرينات أيضا على تحسين الدورة الدموية و تحميك من زيادة الوزن.

٢- استعمال شراب طبي للدوالي و هو شراب ضاغط يمكن أن يكون تحت الركبة أو إلى الفخذ و هو يضغط على الأوردة لمنع تراكم الدورة الدموية بها و يفضل أن ترتديه بمجرد القيام من النوم قبل النزول من السرير قبل أن يكون الدم قد تراكم في الأوردة و إذا لم ترتديه في هذا الوقت يمكنك أن ترتديه في أي وقت و لكن بعد أن ترقد على السرير رافعا ساقيك على الحائط أو على وسادات لدقائق لتساعد في رجوع الدم و عدم تراكمه في أوردة الساقين.

٣- بتحريك القدمين باستمرار خاصة أثناء الجلوس الطويل (يمكنك مد الساقين و عمل التمرين) أو الوقوف الطويل فهذا يساعد على تحسين الدورة الدموية و منع تراكمها في الساقين.

٤- عند النوم ننصحه بالإستلقاء مع رفع الساقين إلى أعلى من مستوى القلب وذلك بوضع وسادة (مخدة) تحت الساقين حيث يساعد ذلك الوضع على رجوع الدم المتراكم إلى القلب و منع تراكمه بالساقين

هذا الضغط وبالتالي تتورم نتيجة لضعفها والدوالي هو ما يطلق على هذه المجموعة المتورمة من الاوردة .

٢- ارتداء الملابس الضيقة خاصة عند البطن و الحوض الذي يمكن أن يضغط على الأوعية الدموية بالحوض مؤديا إلي صعوبة صعود الدم من الساقين في اتجاه القلب مسببا الدوالي.... وغيرها من الأسباب .

كيف تحدث الدوالي ؟

صمامات الأوردة عبارة عن صمامات تسمح بمرور الدم في اتجاه واحد و هو رجوع الدم لأعلى في اتجاه القلب ثم تغلق لمنع رجوعه ثانية. ضعف صمامات الأوردة المسؤولة عن منع

رجوع الدم بعد صعوده يؤدي لزيادة الضغط في الجزء الذي يليه من الوريد مما يسبب شد و تمدد هذا الجزء مؤديا إلى الدوالي ، و هذا يسبب أيضا زيادة الضغط على الصمام الذي يليه للأسفل مما ينتج عنه ضعفه أيضا و هكذا . و بالتالي فعلى العضلات (المضخة العضلية) أن ترفع هذا العمود من الدم لأعلى بدلا من أن ترفعه من صمام لآخر مما يصعب ذلك (انظر صورة توضيحية رقم ٤٦ في نهاية الكتاب) .

ما هي أعراضه ؟

ورم بالساق ، قروح نتيجة لدوالي الأوردة ، الرغبة في الحكه ، تأخر الدورة الدموية بالساق نتيجة لبطء سريان الدم في هذه الأوردة المريضة فتضعف تغذية هذه الأجزاء ، بالإضافة إلى الشعور بألم في منطقة الساقين .

٣- يجب أيضاً أن يتجنب الضغوط والاثارة العصبية .

٤- فى معظم الاحيان ينصح الأطباء بتناول قرص واحد يومياً من أسبرين الأطفال لزيادة سيولة الدم لتفادى حدوث جلطات دموية خاصة فى مرضى الضغط البدنيين .

والمؤسف ان معظم حالات ارتفاع ضغط الدم تكون مزمنة - ولا يوجد لها علاج قصير الامد - بل مثلها مثل مرض السكر تحتاج الى العلاج مدى الحياة .

وضغط الدم قد يزيد أو يقل قليلاً عن المعدل الطبيعى ١٢٠/٨٠ وهو ما يسمى بـ دياستولك/سيستولك ، ودياستولك هى مقياس لضغط الدم داخل الأوردة عندما ينبسط القلب .. أما سيستولك فتعكس ضغط الدم داخل شرايين الانسان عندما ينقبض القلب .- يزداد هذا المعدل قليلا مع التقدم فى السن

من العوامل التى تساعد على عدم ارتفاع ضغط الدم : البعد عن المؤثرات العصبية التى تسبب توتر المريض - تناول الاطعمة قليلة الملح (منخفضة الصوديوم - انظر تحت العنوان-١١ الاملاح وملح الطعام فى الفصل الاول) كذلك البعد عن المخلالات والاجبان عالية الملوحة والمش والاسماك المملحة واى اطعمة تحتوى على ملح .

انواع الادوية المنخفضة لضغط الدم المرتفع :

١- مدرات البول وهى ادوية تساعد على طرد الماء من الجسم - وهى اول نوع من الادوية

٥- مع استعمال ادوية تحسن الدورة الدموية وتقوى جدار الأوعية الدموية

مثل الادوية المحتوية على ديوسمين وهيسبيردين وهى :

اقراص (دافلون Daflon ، أو ديوفين Dioven -ديوسيد Diosed-C و دافركس) Dafrex مع مراهم تحتوى على هيبارين Heparin مثل (ثرومبوفوب Thrombophob - هيرودويد Hirudoid) أو فينوروتون Venoruton أو ريباريل Reparil .

٤ - ضغط الدم المرتفع Hypertension

معظم حالات ضغط الدم المرتفع غير معروفة السبب الا ان ضغوط الحياة النفسية والعصبية والقلق من المستقبل تشكل عامل رئيسى لحالات الاكتئاب او ارتفاع ضغط الدم . ضغط الدم المرتفع يسبب صداع أو دوار مستمر والاهمال فى علاجه قد يودى الى نزيف فى المخ أو فشل عضلة القلب ، لذلك يجب على مريض ضغط الدم المرتفع ان يتناول علاجه بانتظام ويفحص الضغط بصورة منتظمة .

لما هى النصائح التى يجب أن يتبناها مريض ضغط الدم المرتفع ؟

١- يجب على مريض ضغط الدم المرتفع أن يأخذ علاجه بانتظام

٢- كذلك يجب عليه أن يتجنب الأطعمة والمقبلات الغنية بملح الطعام .

٥- ضغط الدم المنخفض

Hypotension

لا يوجد سبب محدد يسبب انخفاض ضغط الدم - ولكن هناك اشخاص بالوراثة يعانون من انخفاض ضغط الدم - كذلك الضعف العام وقلة التغذية والمجهود الزائد قد يسبب انخفاض في ضغط الدم - كذلك الامراض التي تسبب طرد الماء من الجسم والحروق الشديدة تسبب هبوط شديد في ضغط الدم . كذلك عدم كفاءة الغدة فوق الكلية المفرزة للادرينالين .

الادوية التي تعالج ضغط الدم المنخفض :

١- ادوية تساعد على زيادة قوة انقباض القلب Myocardium وتزيد من انقباض الاوعية الدموية في الاطراف مثل مادة الهيبتامينول الموجودة في المستحضرات التالية (كوراسور اقراص نقط - ريسبيرين نقط) ومادة اتيليفرين Etelefrine الموجودة في المستحضرات التالية (ايفورتيل نقط واقراص - فاسكون اقراص)

٢- ادوية منشطة لمستقبلات الفا الطرفية مثل مادة ميدودرين الموجودة في المستحضرات التالية :

(ميدودرين نقط واقراص - جترو نقط واقراص)

٣- مادة الفلودر كورتيزون Fludrcortisone الموجودة في استينون-ه و كورتيلون اقراص - وتستعمل في حالات انخفاض الضغط الشديد ونقص افراز الغدة فوق الكلية .

يوصفه الطبيب كداية سريعة لعلاج ضغط الدم المرتفع - ولان هذا النوع مدر للبول لذلك يستدعى التبول عدة مرات بعد تناوله - ويفضل اعطائه قبل الافطار - وتعطى حقنة مدرة للبول عند الحاجة لتخفيض الضغط بسرعة . مدرات البول مثل المستحضرات المحتوية على فيوروسيميد مثل (لازيكس - لافوريكس - ساليكس - اوكتيزيمايد)

٢- الادوية المؤثرة على ضغط الدم عن طريق

القلب مثل مثبطات مستقبلات بيتا

(Specific & Non-specific Beta-Blockers)

وهي مثل :

(اتينو - اتيلول - بلوكيوم - تينورمين - كونكور)

٣- النيترات وهي شهيرة كعلاج ووقاية من الذبحة الصدرية ومخفضة لضغط الدم وهي تبسط العضلات الملساء وكذلك تبسط الاوعية الدموية . وهي مثل ايزوسوربيد احادى النيترات او ايزوسوربيد ثنائى النيترات .

٤- ادوية مضادة لحركة الكالسيوم داخل خلايا الجسم Calcium Inhibitor

مثل املوديبين - نيفيديبين - ديلتيازيم - فيراباميل - والثلاثة الاخيرة تعطى كعلاج ووقاية من الذبحة الصدرية وبعض امراض القلب الاخرى . وهناك مجموعات اخرى كثيرة لتخفيض ضغط الدم المرتفع - يختار منها الطبيب واحد او اكثر لعلاج ارتفاع الضغط حسب نسبة الارتفاع في ضغط الدم وحالة المريض القلبية والصحية .

الجسم نتيجة موت احد اجزاء المخ لعدم وصول الدم اليه بسبب هذه الجلطة . وهذه الحالة تحتاج الى التدخل الطبى الفورى لاعطاء ادوية مزببة للجلطة قبل تدميرها للعضو الذى تحجز عنه الدم .

ومن الادوية البسيطة والشهيرة للوقاية من حدوث الجلطات الدموية هو الاسبرين (ريفو - اسبوسيد - اسبونصر) - حيث ثبت علميا ان تناول الاسبرين بجرعة صغيرة (قرص اطفال ٧٥مجم) يوميا يكفى لمنع تخثر كمية من الدم وحدث الجلطة ، حيث ان الاسبرين يزيد من سيولة الدم ويولد تنافر لمكونات الدم بعضها ببعض فيمنع الجلطة من التكون .

مع العلم ان قرص الاسبرين العادى عبارة عن ٣٠٠مجم او اكثر - ويمكن استعماله - بينما قرص ٧٥مجم وهو يسمى اسبرين اطفال يكفى لمنع حدوث الجلطة .

وقد ثبت علميا ايضا ان قرص اسبرين اطفال يوميا يمنع ايضا تكوين حصوة بالكلى - (انظرة حصوة الكلى فى العنوان الاول من الفصل الثالث)

٤- أو إستعمال حقن الكورتيزون عن طريق الحقن الوريدى لأن الكورتيزون يرفع ضغط الدم ... مثل : فورتيكورتين أمبول .

٥- أو إستعمال كيس على نصف كوب من الماء من أكياس محلول الجفاف مثل ريبيدران-ن أو هيبروسيف فوار لأنها تحتوى على أملاح كلوريد الصوديوم و البوتاسيوم و سترات الصوديوم و غيرها من الأملاح التى تساعد على رفع ضغط الدم إلى معدله الطبيعى .

و قد يحتاج الأمر إلى تعليق محاليل للمريض فى الحالات الشديدة و يضيف الطبيب إلى هذه المحاليل بعض الحقن مثل الكورتيزون .

٦- المسمار الدموى

Embolism

قد تحدث الجلطة الدموية بداخل وريد أو شريان أو بداخل القلب نفسه و ينفصل جزء من هذه الجلطة و يسمى باسم المسمار الدموى و يسير مع تيار الدم إلى أى جزء حيوى من أجزاء الجسم مثل الرئة أو المخ مثلا .

فإذا كان المسمار أتيا من الوريد فإنه يسير تجاه القلب ثم إلى الرئتين و إذا كان فى القلب أو أحد الشرايين فإنه يحمل مع تيار الدم إلى شرايين أحد الأطراف كالذراع أو الرجل إلى أن يصل على أحد الشرايين الصغيرة و يسدها فيعوق مرور الدم إلى الذراع مثلا فتصبح الذراع باردة و مؤلمة و قد يتطور الأمر إلى حدوث غرغرينا و يفقد المريض ذراعه و إذا حجز المسمار الدموى فى أحد شرايين المخ قد يؤدى إلى شلل احد اعضاء

الفصل الثالث عشر (الأمراض المعدية)

الامراض التالية تناقش في هذا الفصل

- ١- الحصبة .
- ٢- الحصبة الألمانية .
- ٣- الجدري .
- ٤- إتهاب الغدة النكفية (النكاف) أبو اللكيم .
- ٥- الحمى القرمزية .
- ٦- الهربس أو العقبول البسيط .
- ٧- إتهاب الكبد الفيروسي .
- ٨- السعال الديكي
- ٩- مرض انفلونزا الطيور .



1- الحصبة Measles

الحصبة شائعة جدا في الأطفال وقد تظهر في الكبار و سببها فيروس ينتقل عن طريق إستنشاق قطرات الرذاذ الناتج من عطش شخص آخر مصاب بالحصبة

و فيروس الحصبة يصيب الطفل و تظهر أعراضه بعد فترة من دخوله الجسم و بمجرد الإصابة بالحصبة يأخذ الجسم مناعة و لا يصاب بها مرة أخرى طول العمر .

الأعراض : تبدأ الحصبة بحمى مع كحة و عطس و التهاب بالحلق ثم بعد ٤ ايام يظهر الطفح الجلدى الأحمر (بثور حمراء) على الوجه أولا و خلف الأذن ثم ينتشر إلى الصدر والظهر و أخيرا إلى الذراعين و الساقين (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٥ في نهاية الكتاب) ... مع الوقت يصل إلى الذراعين و الساقين و يختفى من الوجه ... مع ظهور بقع بيضاء صغيرة تسمى بقع كوبليك (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٥ مكرر في نهاية الكتاب) فى اليوم الثالث من إرتفاع درجة الحرارة على الناحية الداخلية للخد ... ثم تختفى البثور الحمراء تدريجيا و تعود درجة الحرارة إلى معدلها الطبيعى.

الأعراض تظهر بعد ١٠-١٤ يوم بعد الإصابة بالفيروس (فترة الحضانة) وقد تمتد الإصابة إلى ١٠ أيام أو أسبوعين و فى عدد قليل من الحالات قد تتدهور الحالة إلى التهاب رئوى .

الوقاية :

- بالتطعيم ضد الحصبة فى سن ١٢/٩ شهرا يعطيه مناعة طول العمر .

العلاج :-

١- يتم عزل المريض لمدة أسبوع بعد إختفاء الطفح الجلدى .

٢- راحة تامة فى السرير حتى تختفى الحمى.

يمكن إعطاء أدوية مثل :-

خافض للحرارة يحتوى على مادة باراسيتامول ، إيبيروفين ، ديكلوفيناك ، أسيامينوفين مثل تمبر/نقط أو بروفين شراب أو نوفاسيد شراب أو تولفين لبوس أو فيجاسكين لبوس

مضاد لإحتقان الأنف مثل : أفرين أو أوتريفين نقط للأنف أو رينوبرونت شراب أو رينومول شراب ...

مضاد للطفح الجلدى : مثل كلامينا أو موسكال لوسيونسأسأة للجلد ٣مرات يوميا و قد يصف الطبيب **مضاد حيوى** فى حالة الإصابة بميكروبات مثل أموكسيل شراب أو كيبوركس شراب أو ستريم أو سبترين ملعقة كل ١٢ ساعة .

٥- فيتامينات للضعف العام مثل : فيتاماونت شراب أو مالتى سانس تول شراب ... ملعقة ٢-٣ مرات يوميا .

٢- الحصبة الألمانية (الطفح

الوردى) German Measles

من الأمراض الفيروسية و له أعراض تشبه الحصبة ... ينتقل من شخص لأخر عن طريق التنفس ... فترة الحضانة من ٢ إلى ٣ أسابيع .

نقط أو بروفين شراب أو نوفاسيد شراب أو
دولفين ليوس أو فيجاسكين ليوس

مضاد للطفح الجلدي : مثل كلامينا أو موسكال
لوسيونسأسأة للجلد ٣مرات يوميا و قد
يصف الطبيب **مضاد حيوي** في حالة الإصابة
بميكروبات مثل /موكسيل شراب أو كيبوركس
شراب أو ستريم أو سبترين ملعقة كل ١٢
ساعة .

٥- فيتامينات للضعف العام مثل :فيتاماونت
شراب أو مالتى سانتول شراب ... ملعقة ٢-٣
مرات يوميا .

٣- الجدري

Varicella (chicken pox)

من الأمراض الفيروسية المعدية .. ينتقل من
الطفل المصاب إلى السليم عن طريق التنفس أو
لمس جلد المصاب ... و فترة الحضانة حوالي
١٤ يوم .

الأعراض : ارتفاع في درجة الحرارة - تعب
شديد - و أهم ما يميز الجدري هو ظهور طفح
جلدي على الوجه والرأس و الصدر و الظهر و
يمتد إلى الأذرع و الساقين و يظهر هذا الطفح
على شكل فقاعيات تمتلئ بسائل شفاف

(أنظر صور توضيحية رقم ٢٣ ، ٤٩ في نهاية الكتاب)
ثم تتفجر مع الوقت وتتحول إلى قشور و يختفى
تدرجيا ... وقد يصاحب هذا الطفح هرش شديد
... مع ضعف عام .

الوقاية :

الأعراض : تبدأ بأعراض تشبه الحصبة مثل
تعب شديد و ارتفاع في درجة الحرارة و التهاب
في العين مع حدوث تورم في الغدد الليمفاوية
تحت الفك و على جانبي الرقبة و منطقة إلتقاء
الفخذ بالحوض ثم يظهر الطفح الجلدي على الوجه
و ينتشر إلى الرقبة و الصدر و باقى أجزاء الجسم
... و يكون الطفح على شكل نمش صغير لونه
أحمر ذو أحجام مختلفة يشبه طفح الحصبة أو نقط
حمراء صغيرة ذات حجم ثابت مثل حجم رأس
الدبوس (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٥ مكرر في نهاية
الكتاب) و في هذه الحالة تشبه الحمى القرمزية
... ثم يختفى الطفح و ينتهى طور المرض .

قد تصيب الحصبة الألمانية المرأة الحامل فى
الثلاث شهور الأولى و تسبب خطورة على الجنين
فقد تؤدي إلى حدوث إجهاد أو تشوهات خلقية
للجنين فى العين أو القلب أو الأذن .

الوقاية :

- بالتطعيم بالطعم الثلاثى للحصبة و الحصبة
الألماني و الكاف (M.M.R)
- تطعيم الفتيات قبل الزواج بثلاث شهور .
- أما بالنسبة للسيدات يتم التطعيم قبل الحمل بثلاث
شهور حيث يجب تجنب التطعيم أثناء الحمل و
لمدة ثلاث شهور قبل الحمل .

العلاج :

- راحة تامة بالسرير .
- وجبات خفيفة .

و يمكن إستعمال أدوية مثل :

خافض للحرارة يحتوى على مادة باراسيتامول ،
إيبيروفين ، ديكلوفيناك ، أسيامينوفين مثل تمبر /



لم تظهر في اللثة في وقت مبكر - صداع - تعب عام - حرارة -

في وقت لاحق من المرض يظهر طفح دون آفة -
من ٢ إلى ٣ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ٢ إلى ٣ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

Mumps
(التهاب الغدة النكفية) (أبو الكلب)

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -
من ١٢ إلى ١٤ أسابيع ظهور طفح دون آفة -

خافض الحرارة : مثل أسبرين أطفال - أيبومول شراب - بروفين شراب - نوفاسيد شراب و غيرها ... ملعقة ٣ مرات يوميا .

٦- الهربس أو العقبول البسيط Herpes simplex

العقبول البسيط هو أحد الأمراض الفيروسية التي قد تصيب الإنسان في مراحل حياته المختلفة سواء حديثي الولادة أو سن الطفولة أو البلوغ أو الشيخوخة ويعرف له **نموذجان:**

١. نموذج ١ وعند الإصابة به تظهر الأعراض المرضية الجلدية في النصف العلوي من الجسم .

٢. نموذج ٢ وعند الإصابة به تظهر الأعراض المرضية الجلدية في النصف السفلي من الجسم وخاصة في الأعضاء التناسلية في الجنسين .

كيف تحدث الإصابة؟

تحدث العدوى بهذا المرض نتيجة الملامسة المباشرة direct contact في الدرجة الأولى أو عن طريق التعرض للرداز الحامل لهذا الفيروس droplet infection وعند التعرض للإصابة قد تحدث أعراض مرضية ظاهرة أو قد تكون من البساطة دون أعراض تذكر أو تلفت انتباه المريض.

ماهي أشكال المرض؟

مرض العقبول البسيط قد يأخذ أحد الأشكال المرضية التالية :

٥- الحمى القرمزية

Scarlet fever

من الأمراض المعدية بسبب الإصابة بالميكروب السبحى ... ينتقل عن طريق الرذاذ ... و تتراوح فترة الحضانة بين ٢-٥ أيام .

الأعراض : تبدأ بارتفاع في درجة الحرارة - رعشة - صداع - ألم في الحلق - إحمرار في اللوزتين وقد يحدث قيء أو غثيان - هزيان - تشنجات للطفل .

ثم خلال يوم أو يومين تظهر بقع حمراء في أجزاء مختلفة من الجسم (ما بين الحوض و الفخذ - تحت الإبط -الجزع و الساقين) و يصبح الوجه أحمر اللون عدا حول الفم و الأنف و الذقن (القناع القرمزي) و أهم ما يميز الحمى القرمزية هو أن اللسان في بداية المرض يتغطى باللون الأبيض ثم يتحول إلى لون أحمر مثل الفراولة (أنظر الصورة رقم ٢٨ في نهاية الكتاب) و في نهاية المرض يبدأ الطفح ي الإختفاء .

العلاج :

- راحة تامة بالسرير .

- و جبات خفيفة .

- يمكن إعطاء أدوية مثل :

مضاد حيوى : مثل أوسين ٤٠٠ شراب - فلوموكس شراب - إريثروسين شراب - يوناسين شراب - بيوموكس شراب ملعقة كل ٨ ساعات .

١. التهاب الفم والثثة العقبولي

herpetic gingivo-stomatitis

تكون إصابة التجويف الفمي نتيجة إصابة بدئية بالفيروس نموذج I ويكثر حدوثها في الأطفال من ١-٥ سنوات وقد تنتشر في أكثر من فرد في الأسرة الواحدة ويكون التهاب الفم مصحوبا بارتفاع في درجة الحرارة ويعاني الطفل أو المصاب بالآلام شديدة عند الأكل أو الشرب وتصبح رائحة الفم كريهة وعند فحص الفم نجد أن اللثة متورمة وشديدة الإحمرار وتتنزف بسهولة عند أقل ملامسة. كذلك نجد أن الغشاء المخاطي للبلعوم واللسان وسقف الفم ملين بتشكلات حويصلية صغيرة بشكل مجموعات متجاورة ومتصلة وقد تتسحج وتسبب قرحا صغيرة تزيد من آلام المصاب ويصحب هذا تضخم بالغدد اللمفاوية التي تؤلم عند الملامسة (أنظر الصورة رقم ٢٢ في نهاية الكتاب). وعادة تتخفف درجة الحرارة بعد ٣-٥ أيام ويشفى المريض تماما خلال أسبوعين من ظهور المرض.

٢. التهاب الملتحمة القرنية العقبولي

herpetic conjunctivitis

عندما تصاب العين بمرض العقبول البسيط ينتج عن ذلك التهاب صديدي بالملتحمة وقد تتورم الجفون بشكل ملحوظ مع ظهور مجموعات من حويصلات صغيرة على الجلد المحيط بالعين (أنظر الصورة رقم ٢٢ في نهاية الكتاب) وقد يصحب هذا تقرح وعمة بالقرنية وقد تتضخم الغدد اللمفاوية ما قبل

الأذن وتكون مؤلمة في نفس الوقت وتحدث الإصابة عادة بالعقبول نموذج ١ ولكن قد يتسبب نموذج ٢ في إحداث المرض خاصة في حديثي الولادة إذا كانت الأم حاملة للفيروس في إفرازات عنق الرحم.

٣. العقبول التناسلي *genital herpes*

عند بدأ الإصابة بهذا الشكل المرضي يشعر المريض بوخز أو حرقان أو حكة في الأعضاء التناسلية سواء كان المصاب ذكرا أم أنثى ثم يلي هذا الشعور بوقت قليل ظهور بقعة حمراء ثم يلي ذلك بساعة أو اثنتين ظهور تشكيلات حويصلية في مجموعات على القضيب أو الحشفة أو الشفرين وقد تتسحج هذه الحويصلات مسببة قرحا صغيرة وتلك بالتالي تسبب بعض الآلام للمصاب، وقد تكون تلك القرح بمجرد البول فتسبب حرقانا أثناء البول. وفي الإناث قد لا تكون تلك الحويصلات ظاهرة خارجيا ولكنها قد تكون داخل الأعضاء التناسلية ويحتاج رؤيتها إلى منظار خاص. وفي أغلب الأحيان تجف الحويصلات وتتقشر في خلال أسبوع أو أسبوعين دون ندبة ما. يحدث هذا الشكل المرضي نتيجة الملامسة في الدرجة الأولى وخاصة أثناء الإتصال الجنسي ويتسبب به الفيروس نموذج ٢.

٤. إصابة حديثي الولادة بالعقبول

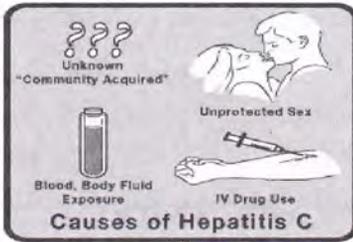
neonatal herpes simplex

قد يصاب الطفل حديث الولادة بالعقبول البسيط إذا كانت الأم تعاني من المرض أثناء

ملحوظة : ممنوع إستعمال الكورتيزونات فى حالة الإصابة بالهربس .

٧- إلتهاب الكبد الفيروسي Viral hepatitis

يعد التهاب الكبد الفيروسي (ج) من أسباب التهاب الكبد المزمن المهمة، وليس له اعراض في المراحل الاولى من الاصابة التي تمر عادة دون أن يعرف المصاب بحدوثها (أي أنه لا يسبب التهاباً حاداً في الكبد) لم يكتشف الفيروس (ج) قبل سنة ١٩٩٢ م، ولذلك إنتقل الفيروس عن طريق التبرع بالدم من الاشخاص الحاملين لهاذ الفيروس، لأن الفحوصات التي كانت تعمل قبل التبرع بالدم للتأكد من سلامة الدم المنقول لم تشمل هذا الفيروس الذي لم يكن قد اكتشف بعد، وبذلك فإن التهاب الكبد الفيروسي يشكل حوالي ٩٠% من حالات التهاب الكبد الناتجة بسبب تلوث الدم المنقول



كيفية انتقال العدوى :

تنتقل العدوى من الشخص المصاب إلى السليم عن طريق الدم الملوث بالفيروس المعدى، ويكون ذلك بالطرق التالية :

الولادة أو حاملة للفيروس المسبب للمرض في إفرازات عنق الرحم وعادة يكون نموذج ٢ وإصابة الطفل تكون بسيطة لا تتعدى ظهور الحويصلات المميزة للمرض أو قد تكون من الخطورة حتى تقضي إلى الوفاة أو حدوث مضاعفات خطيرة ومن هنا كان رأي بعض الأوساط العلمية بأن تتم الولادة بواسطة عملية قيصرية قبل انفجار جيب المياه للجنين إذا ثبت إصابة الأم بمرض العقبول البسيط خلال الأسابيع الستة الأخيرة قبل الوضع .

ما هو العلاج؟

- مس جنسيانا (1 % Gentian violet)
... مس موضعى للجلد مرتين يومياً .

- كريم موضعى يحتوى على مضاد حيوى مثل :

جاراميسين كريم (Garamycin) أو تيراميسين كريم (Terramycin) ...
دهان موضعى مرتين يومياً .

- مضاد حيوى عن طريق الفم لمنع الإصابة بالبكتيريا (secondary infection) مثل إيموكس ٥٠٠ (E-mox) ... كبسولة كل ٨ ساعات

- إستعمال مضاد للفيروسات :

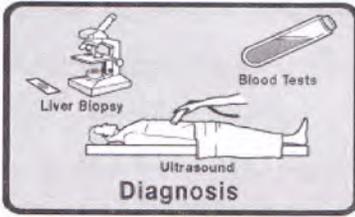
موضعى : مثل زوفيراكس (Zovirax) مرهم للجلد ، زوفيراكس مرهم للعين ... مرهم موضعى ٥ مرات يومياً .

فمى : مثل زوفيراكس أقراص ... قرص كل ٤ ساعات (٥ مرات يومياً)

تتراكم المادة الصفراء في الدم، ويصير لون البول أصفرًا غامقًا، والبراز ذا لون فاتح، كما ترتفع انزيمات الكبد

تتحول الإصابة بالتهاب الكبد الفيروسي ج إلى إصابة مزمنة في حوالي ٧٥% من حالات العدوى بالفيروس، ويصاب حوالي ٢٠% منهم بتليف الكبد في المراحل المتقدمة، كما أن نسبة معينة من المرضى يصابون بسرطان الكبد نتيجة لإلتهاب الكبد المزمن

التشخيص :

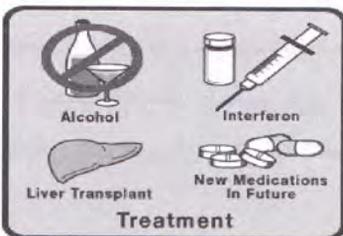


يمكن تشخيص الإصابة بـ الالتهاب الكبد الفيروسي (ج) بعمل تحليل مخبري للدم، يكشف فيه عن وجود الأجسام المضادة للفيروس

كما أن تحليل وظائف الكبد في الدم يبين مدى تأثير خلايا الكبد بـ الإلتهاب الكبدي الفيروسي ج

يلجأ الطبيب في الحالات المتقدمة لأخذ عينة من الكبد لمعرفة حالة خلايا الكبد وتأثرها بوجود الالتهاب الكبدي الفيروسي -ج

العلاج :



- أخذ دم منقول قبل عام ١٩٩٢ أي قبل إكتشاف فيروس التهاب الكبد الفيروسي (ج)

- المشاركة في الابر المستعملة لحقن الادوية المخدرة

- الوخز أو الجرح اللاإرادي بإبرة أو مشروط ملوث بالفيروس أثناء العمل في المختبرات أو في غرف العمليات أو للعاملين في غسيل الكلى .

- الوشم أو الحجامة بإبر غير معقمة، أو الحلاقة بموس ملوث بدم شخص مصاب بالفيروس .

- الجماع الجنسي، وهذه الطريقة ليست مهمة جداً، لأن الفيروس لا يوجد بكثرة في سوائل الجسم، ولذلك فإن إنتقاله لا يحصل بصورة مؤكدة - الشذوذ الجنسي أو الزنا

لا تنتقل العدوى بفيروس التهاب الكبد بمصافحة أو معانقة الشخص المصاب بالمرض أو حامل الفيروس المعدي أو الجلوس بجانبه

الاعراض :

لا يشنكي المصاب بفيروس التهاب الكبد من النوع "ج" عادة من أية أعراض وقت حدوث العدوى، وتظهر الاعراض فيما بعد، اي عند تحول الإصابة إلى التهاب مزمن

ومن الأعراض التي يشكي منها المصاب :-

الاحساس بالتعب العام والارهاق - الغثيان و القىء -ضعف الشهية- آلام في البطن - اسهال - ارتفاع في درجة الحرارة

- يعتبر ألتخلص من الفضلات والمواد الضارة من أهم أعمال الكبد، وعندما تتأثر الوظيفة بسبب الإلتهاب المزمن يعاني المصاب من اليرقان وهو

- استعمال الواقي اثناء الجماع إذا كان الطرف الآخر مصاباً بـ التهاب الكبد الفيروسي (ج)
- الابتعاد عن الزنا واللواط المحرمين شرعاً
- الحذر أثناء التعامل مع الدم الملوث بالنسبة للعاملين في المجال الصحي
- لبس قفازات أثناء التعامل مع الدم في الحوادث المنزلية (الجروح) عندما يكون أحد أفراد الأسرة مصاباً بـ التهاب الكبد الفيروسي ج
- لم يكتشف لقاح خاص بـ الالتهاب الكبدي الفيروسي ج حتى الان

٨- السعال الديكي

Whooping cough

الميكروب المسبب للمرض هو بكتيريا Pertussis Pordetella .
فترة حضانة المرض تتراوح من ٥ إلى ١٥ يوماً .

طرق انتقال العدوى :

تمتد فترة العدوى من أسبوع من بدء التعرض للعدوى حتى ثلاث أسابيع بعد ظهور الأعراض على المريض .

وتنتقل العدوى إما **بطريقة مباشرة** عن طريق الرذاذ المتطاير من المريض ، أو **بطرق غير مباشرة** وذلك باستخدام أدوات المريض الملوثة بالميكروب .

الأعراض :

تظهر أعراض المرض على ثلاث مراحل :

إن الهدف من العلاج هو التخلص من الفيروس وإيقاف تطور المرض يتم تحويل الأشخاص المصابين بـ التهاب الكبد ولديهم الأجسام المضادة للفيروس في الدم بالإضافة إلى ارتفاع إنزيمات الكبد، لأخذ عينة من الكبد وفحصها تحت المجهر الإلكتروني، لمعرفة درجة الالتهاب أو التليف .
أما بالنسبة للأشخاص الذين لم يصابوا بارتفاع إنزيمات الكبد، فليس هناك فائدة لتحويلهم إلى إخصائي الكبد لأن العلاج لا يعطى إلا لمن إرتفعت إنزيمات الكبد لديهم بسبب تأثر خلايا الكبد .

إذا وجد أن خلايا الكبد لا تزال طبيعية ولم تتأثر بالالتهاب، يعاد فحص الخلية بعد سنتين لمراقبة تقدم المرض. أما عندما تظهر التحاليل وجود تليف في خلايا الكبد، فلا بد من بدء العلاج، ويكون بواسطة عقار الانترفيرون الذي يعطى ثلاث مرات اسبوعياً لمدة ستة أشهر كما أن المريض ينصح بالراحة وبالتغذية الجيدة مع تجنب الدهون في الطعام، وبالابتعاد عن شرب الكحول الذي يزيد من حدة المشكلة

الوقاية :

- تجنب استخدام فرش الاسنان وأمواس الحلاقة الخاصة بالآخرين
- تجنب المخدرات وخاصة التي تستعمل عن طريق الحقن
- تجنب استعمال الحقن وادوات التحليل للسكر التي سبق أن أستعملها شخص آخر

تجاه المريض : تبليغ الجهات المسؤولة وعزل المريض بالمستشفى ، كذلك تطهير متعلقات المريض وأدواته .

تجاه المخالطين : يتم حصر المخالطين للمريض وعزل الأطفال الأقل من سبع سنوات لمدة ١٤ يوماً ووضعهم تحت الملاحظة .

كذلك يتم تطعيم الأطفال الأقل من سبع سنوات الذين لم يتم تطعيمهم من قبل ، أما الذين سبق لهم التطعيم قبل ثلاث سنوات فيتم اعطائهم جرعة لقاح الثلاثي البكتيري بأسرع وقت .

العلاج : راحة تامة - وجبات خفيفة صغيرة و متكررة .

١- إعطاء مضاد حيوي مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Hibiotic 156	Susp.	هاى بيوتيك ١٥٦
Hibiotic 312	Susp.	هاى بيوتيك ٣١٢
Augmentin	Susp.	أوجمنتين ١٥٦
Augmentin	Susp.	أوجمنتين ٣١٢
Erythrocin	Susp.	إريثروسين

و غيرها من المضادات الحيوية يعطى نصف إلى ملعقة من مرتين إلى ثلاث مرات يوميا

٢- مع إعطاء شراب للكحة مثل أفبيكت (*Avipect Syrup*) أو كولدال (*Coldal Syrup*) أو توبلكسيل (*Toplexil Syrup*) .

٣- و من الممكن إعطاء لبوس للكحة

مثل : *Rectoplexil Supp.* ريكتوبلكسيل لبوس

المرحلة الأولى : تبدأ بزكام ورشح بسيط مع إفرازات دمعية ، وارتفاع بسيط في درجة الحرارة ، أيضا يصاحبها سعال جاف يزداد أثناء الليل قد يؤدي إلى الإختناق والوفاة ، وتستمر هذه المرحلة لمدة أسبوع .

المرحلة الثانية : تزداد حدة السعال ، وتظهر على شكل نوبات مفاجئة شبة تشنجية تزداد أيضا في الليل ، وتكون على شكل نوبات من الزفير المتعاقبة ، يليها شهقة طويلة تشبه صيحة الديك - ومن هنا جاءت تسمية المرض - ، قد يعقبها قيء . خلال فترة النوبة يميل لون المصاب إلى الأزرق وتجحظ العينين ويتدلى اللسان إلى الخارج ، بنهاية النوبة يصاب الطفل بحالة من الإعياء والإرهاق الشديد. تستمر هذه المرحلة من ٤ إلى ٦ أسابيع

المرحلة الثالثة : تقل حدة نوبات السعال تدريجياً ، حيث تنتهي خلال شهر إذا لم تحدث أي مضاعفات للمرض .

وممكن خطورة المرض في مضاعفاته والتي منها:

أمراض سوء التغذية ، الإلتهابات الرئوية وإلتهابات الأذن الوسطى والشعب الهوائية. النزيف تحت الجلد أو نزيف الأنف والعيون أو نزيف المخ وهذا بسبب زيادة الضغط داخل الجسم نتيجة حدة السعال.

كيف تتم الوقاية ؟

— Selgon Supp. سلجون لبوس

لبوس شرجي كل مساء

أنواع الفيروس

استطاع العلماء حتى الآن حصر ١٥ نوعا من فيروس إنفلونزا الدجاج وتأكدوا من أن خمسة أنواع فقط منها هي التي تصيب الإنسان، وهذه الأنواع هي HA1, HA2, HA3, و NA1, NA2.



صورة لطفل لديه مرض السعال الديكي أو الشاهوق

هذا الفيروس غير مؤذ للطيور في عمومها أي أن الطيور في مجملها يمكن أن تتعايش معه، لكن ضرره وتأثيره الكبير يظهران بصورة واضحة في الطيور الداجنة مثل الدجاج والحبس الديوك الرومية- وبالأخص إذا أصيبت بالفيروس من نوع H5 و H7. فإذا أصيبت هذه الطيور بهذا الفيروس فإنه تظهر عليها أعراض مرضية مثل الإعياء الشديد الذي يصل إلى النفوق .

الفيروس والدجاج

يفضل فيروس أفيان الكمون في دماء الطيور ولعابها وأمعانها وفي أنوفها، ويخرج مع ذراقها برازها- وهنا مكنم الخطورة حيث يجف هذا الذراق ويتحول إلى ذرات للغبار يستنشقه الدجاج السليم وكذلك يستنشقه الإنسان .

وأكثر طرق انتقال العدوى تتمثل في الرذاذ المتطاير من أنوف الدجاج، لكن الطريقة الأكثر انتشارا للفيروس هي طريق البراز .

الفيروس والإنسان

تصيب إنفلونزا الدجاج الإنسان خاصة القريب

٩- مرض إنفلونزا الطيور

لماذا تتخوف السلطات الصحية في العالم من مرض إنفلونزا الدجاج إلى هذا الحد؟ ما هذا المرض؟ وكيف ينتقل بين الطيور؟ وكيف ينتقل إلى الإنسان؟ وهل له علاج وما طرق الوقاية منه؟

فيروس أفيان

فيروس الإنفلونزا عموما يمكن أن يصيب أنواعا كثيرة ومتعددة من الحيوانات مثل الطيور والخنازير والخيول وحتى عجول البحر والحياتان. أما الإنفلونزا التي تصيب الطيور تحديدا فيطلق عليها "فيروس إنفلونزا أفيان" أو فيروس إنفلونزا الدجاج كما اشتهرت به تسميته. واكتسب فيروس أفيان هذه التسمية لأن الدجاج هو أكثر أنواع الطيور الحاضنة لهذا الفيروس والناقلة له .

هذه الإنفلونزا في أكبر عدد من الوفاة بهذا الوباء الذي عرفته البشرية في العصر الحديث حيث مات ما بين ٢٠ و ٥٠ مليون في العالم من بينهم ٥٠٠ ألف في الولايات المتحدة الأمريكية وحدها .

1957-1958 الإنفلونزا الآسيوية: H2 N2 اكتشف هذا الفيروس للمرة الأولى في الصين أواخر فبراير/شباط ١٩٥٧ ثم انتشر على مستوى العالم في العام التالي وتسبب في وفاة أعداد كبيرة لم تتوفر إحصائيات دقيقة عنها، لكن الثابت أنه تسبب في وفاة حوالي ٧٠ ألف على الأقل في الولايات المتحدة الأمريكية .

1968-1969 إنفلونزا هونغ كونغ: H3H2 المشهد الثالث لوباء الإنفلونزا الذي لا يزال في ذاكرة العلماء هو ذلك الذي تسبب في وفاة حوالي ٣٤ ألف شخص في الولايات المتحدة الأمريكية كذلك بعد انتقاله إليها من هونغ كونغ الذي اكتشف فيها للمرة الأولى أواخر عام ١٩٦٨ .

أكل الدجاج المصاب

وإلى الآن لم تثبت بالدليل العلمي القاطع إمكانية إصابة الإنسان بالفيروس عن طريق أكل لحم الطيور المصابة بعد غليها جيداً في الماء . وإن كانت دول الاتحاد الأوروبي -وأخذا بالأحوط- منعت استيراد الدجاج من البلدان التي ثبت انتشار الفيروس فيها بصورة كبيرة مثل تايلند وإندونيسيا وتايوان وكمبوديا وباكستان .

الصلة بتجمعات الدجاج حيث يتبرز الدجاج المصاب بالفيروس .

وفور إصابة الإنسان بالفيروس تظهر عليه أعراض مشابهة لأعراض إصابته بفيروس الإنفلونزا العادية مثل ارتفاع درجة الحرارة والشعور بالتعب والسعال ووجع في العضلات، ثم تتطور هذه الأعراض إلى تورمات في جفون العينين والتهابات رئوية قد تنتهي بأزمة في التنفس ثم بالوفاة .

مضادات الفيروس

أثبتت الدراسات العلمية حتى الآن أن المضادات التي تؤخذ لعلاج الإنفلونزا العادية يمكن أن تؤخذ لعلاج إنفلونزا الدجاج. فمن أين تأتي التخوفات الحالية إذن؟ .

يتخوف العلماء من تحول فيروس أفيان إلى وباء لأن له القدرة على التحور والاتحاد مع فيروس الإنفلونزا العادية الذي يصيب الإنسان، وهنا سوف يصبح الانتقال عن طريق العدوى من شخص إلى شخص أكثر سرعة وخطورة من الانتقال عن طريق الطيور خاصة أن الأجساد البشرية لم تنتج مضادات لهذا النوع الجديد حتى الآن .

وفي هذه الحالة تحور الفيروس واتحاده بفيروس الإنفلونزا العادية وإصابة الإنسان به- فإن العالم سوف يدخل أجواء مشابهة لتلك التي عاشها أوائل القرن العشرين حينما تعرف الإنسان على وباء الإنفلونزا لأول مرة وعاش معه سنوات مريرة على النحو التالي :

1918-1919 الإنفلونزا الإسبانية: H1N1 وتسببت

الفصل الرابع عشر (أمراض سوء التغذية)

يشمل هذا الفصل :

- ١- فقدان الشهية .
- ٢- السمنة و طرق و أدوية التخسيس .
- ٣- نقص الفيتامينات .
- ٤- الأنيميا (فقر الدم) .
- ٥- أنيميا الفول .
- ٦- الكساح .



القلب لضخ الدم فى جسم وزنه ١٢٠ كيلوجرام ،
وكم هو سعيد ومترفه هو القلب الذى يوزع الدم
فى جسم بنفس الطول ولكن وزنه ٧٠ كيلوجرام
فقط ، فمن البديهي اذا كان الشخصان يمران بنفس
الظروف ويتمتعان بنفس الصحة فان قلب ذلك
البدين سيرهق ويصاب بالامراض قبل قلب ذلك
الجسم المثالى بسنوات .

☞ من عيوب الجسم البدين ايضاً انه يعانى دائماً
من زيادة فى دهون الدم الضارة مثل
الكوليسترول ودهون الدم الخفيفة الكثافة *low*
denisty lipoprotein =LDL
وغالباً يحتاج الشخص البدين الى علاج لتخفيض
دهون الدم .

☞ ومن المعروف لدينا جميعاً ان الشخص البدين
هو قليل الحركة لذلك فهو كثير الامراض ويعانى
دائماً من الاماً فى مفاصل اليدين والرجلين
والركبة بسبب ثقل الجسم .

نصائح للتخسيس وللحفاظة على الوزن

١- الاكثار من تناول الفاكهة والخضروات حيث
انها تحافظ على صحة الجسم ولا تؤثر على
الوزن .

٢- تناول العصائر الطبيعى الطازجه والابتعاد
عن العصائر المعلبه التى تحتوى على سكريات
مضافة . وكذلك المياه الغازيه مثل البيبسى
والميرندا والكولا الخ فهى تحتوى على كمية
كبيرة من السكر .

٣- الابتعاد عن تناول المخللات والمشهيات
وخلافه حيث انها تساعد على تناول كميته كبيره
من الطعام والخبز .

١- فقدان الشهية

Loss of appetite

من اسباب فقدان الشهية الاتى : الاضطرابات
النفسية - التدخين - تناول المشروبات الغازية
والحلويات والعصائر والشاي بكثرة .

كيفية علاج فقدان الشهية

١ - تجنب العوامل النفسية والتدخين والحلويات
وعدم الاكل بين الوجبات .

٢ - يمكن اعطاء ادوية فاتحة للشهية قبل الاكل
بنصف ساعة مثل :

موسيجور (٣.٨٥ - ٦.٠٠) ، اقراص للكبار
وشراب للاطفال *Mosegor*

او تريزوريكس شراب (٧.٠٠) *Tres-Onix* او
فيتافوس شراب (٣.٥٠) *Vita-phos*

٢ - السمنة وطرق وادوية التخسيس

☞ زيادة وزن الجسم عن الحد الطبيعى له مضار
كثيرة ، وهناك طرق عديدة لتحديد الوزن المثالى
لكل فرد ، واشهر هذه الطرق هى ان وزن
الشخص الطبيعى بالكيلوجرام يساوى طوله
بالسنتيمتر مطروح منه ٩٠ ، فمثلاً اذا كان
طولك ١٧٠ سم فان وزنك المثالى يكون ١٧٠ -
٩٠ = ٨٠ كيلوجرام وهكذا ، اما اذا زاد عن ذلك
فأنت تعاني من زيادة فى الوزن ، وصحياً يجب
انقاص هذا الوزن الزائد .

☞ ما هى الاضرار التى تسببها زيادة وزن الجسم ؟

☞ أهم هذه الاضرار أن أى زيادة فى وزن
الجسم هو تحميل على القلب ، فكم مشقة يتحملها

١٢- كذلك الاستغناء عن السيارة والسير على الاقدام فى الذهاب للاماكن القريبة (١-٣ كيلومترات) خاصة اذا كان الطقس يسمح (مساء مثلا) سكون له دور فعال فى المحافظة على الوزن والصحة العامة لكافة اعضاء الجسم .

أنواع الادوية التى تساعد على انقاص الوزن

١- أدوية تمنع امتصاص الدهون من الامعاء وتتناول مع الوجبات الدهنية مثل : دواء شيتوكال كبسول *Cfitocal* - ليان زون اقراص *Lean Zone*
٢- أدوية تقلل مركز الشهية فى المخ فلا تشعرين بالجوع وتؤخذ هذه الادوية تحت اشراف اخصائى علاج طبيعى مثل :

ميرديا - سيبوتريم - وسليماكس وريجيتريم
Meridia - Sibotrim - Slimax - Regitrim

٣- ادوية تحتوى على ألياف عند تناولها مع كمية ماء كبيرة فانها تنتفخ (تتمدد) فى الامعاء وتعطى احساس بالشبع مثل : بران اقراص *Bran* (خلاصة الردة الطبيعية) - وأبل لايت اقراص *Apfle.Lite*

٤- شاي ملين - يحتوى على اعشاب تساعد على تخلص الجسم من الماء والسوائل وعدم الاستفادة من الاكل كاملا وكذلك تساعد على حرق الدهون مثل شاي رويال وشاي سيكم - *Royal tea - Sekem regime tea*

٥- ادوية تساعد على حرق الدهون مثل كروميوم كبسول *Chromium* - سمارت كبسول *Smart* - هاى كروم *Hi-chrom*

بعض الطرق المتبعة لانزال الوزن :

٤- تناول السمك مشويا واللحوم مسلوقة والابتعاد عن القلى فى الزيت ، وتجنب وضع الزيت بكثرة للقول وخلافه - حيث ان الزيوت والدهون تلعب دور اساسى فى زيادة الوزن .

٥- الاقلال من تناول النشويات مثل المكرونه والرز والكشبرى وخلافه وكذلك الحلويات والشوكولاته ، والنشويات تعتبر السبب الثانى لزيادة الوزن بعد الدهون .

٦- استخدام بدائل السكر فى تحلية الشاى والقهوه مثل الدايت سويت والسكرام - حيث اثبتت الدراسات ان استغنائك عن السكر تماما فى كل مشروباتك وماكولاتك يساعدك على فقد ٣-٥ كيلوجرام شهريا

٧- الامتناع عن الاكل بين الوجبات - وكذلك التسالى والمكسرات والسودانى - وتناول مثل هذه الاشياء امام التليفزيون يجعلك تأكلين كميات كبيرة دون ان تدريين .

٨- ممارسة الرياضة خاصة رياضة المشى فهى بسيطة وتناسب الكثيرين .

٩- اما اذا كنت نحيفة وتريدين زيادة وزنك فافكرئى النصائح السابقة وافعلى عكسها تماما .

١٠ - ممارسة المهام البسيطة فى العمل والمنزل وعد الاتكال على الغير (الاولاد والزوجة فى المنزل او المرئوسين والزملاء فى العمل) فى ادائها .

١١- الاستغناء عن المصعد ان امكن فى النزول من الادوار العليا والصعود الى الى الادوار المتوسطة ان امكن ذلك .

Sucram	100 tab.	سكرام
Sucram	200 tab.	
Sucram	300 tab	
Sweeter	100 tab.	سويتز
Sweety	50 tab.	سويتى

وجميع هذه الاقراص تحتوى على مادة اسبارتام البدلية للسكر وهى تعطى حلاوة تشابه طعم السكر ولكن لا تساهم فى زيادة وزن الجسم ، وكل قرص من مستحضرات الاسبارتام يساوى حلاوة ملعقة صغيرة من السكر .

اقترح بنظام رجيم لمدة شهر

عند اتباعك هذا النظام الغذائى بدقة سوف تفقد من ٢٠-٢٥ كيلوجرام خلال شهر
ملاحظات اثناء اتباع طريقة الرجيم التالية :-

- ١- ممنوع استعمال السمن او الزيت او اى نوع من الدهون .
- ٢- يمكن اكل او عصر الجريب فروت .
- ٣- بالنسبة للمشروبات مسموح بشرب الشاي او القهوة فى اى وقت ولكن بدون سكر او حليب .
- ٤- مسموح بشرب الماء باى كمية وفى اى وقت
- ٥- ممنوع تناول اللحم الضانى او الهمبورجر .
- ٦- يتم سلق الخضار فى ماء فقط بدون استخدام مكعبات دجاج .
- ٧- يمكن اضافة الملح والفلفل والثوم والبقدونس والليمون والخل للاكل .
- ٨- عندما لا يتم تحديد كمية الطعام يمكنك تناول اى كمية حتى الشبع .

١- الاقلال من تناول الدهون مثل السمن والبروتينات مثل اللحوم بانواعها والنشويات مثل الارز والمكرونه والاكثر من تناول الفواكه والخضراوات

٢- عدم الاكل بين الوجبات خاصة الحلوى بانواعها والشوكولاته .

٣- الاقلال من تناول المشروبات الغازية التى تحتوى على سكر والعصائر الصناعيه والشاي المحلى .

٤- عدم تناول الطعام والتسالى امام التليفزيون
ممارسة الرياضة بصورة منتظمة هى من أنجح الطرق للحفاظ على جسم رياضى سليم مثل المشى والجرى والسباحة والتمارين الرياضية واللعب على الاجهزة الرياضية.

استعمال بدائل للسكر للتحلية مثل

الجدول التالى الذى يحتوى على بدائل

السكر المتوفرة فى مصر :

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Aspartac	50 tab.	اسبارتاك
Canderel	100 tab.	كاندريل
Canderel	100 tab.	كاندريل
Canderel	300tab.	كاندريل
Canderel	Powder	كاندريل
Diet-sweet	50 tab.	دايت سويت
Diet-sweet	100 tab.	دايت سويت
Diet-sweet	300 tab.	دايت سويت
Diet-sweet	Powder	دايت سويت
Smart Sweet	100 tab.	سمارت

٩- هذا النوع من الرجيم يعتمد على التفاعل الكيميائي ولذلك لا يمكن حذف او استبدال اى صنف من الاصناف .

١٠- يجب اتباع الرجيم بنفس الكمية الموضح بها ولا يستبدل الغذاء بالعشاء او العكس .

١١- عند الشعور بالجوع بين الوجبات يمكن تناول اى كمية من الخيار او الخس او الجزر مع مراعاة الاتى :-

١٣- يتم هذا بعد مرور ساعتين على الوجبة الاساسية ويمكن تناول اى كمية .

الجمعة	الغذاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها+خضار مسلوقة+١ برتقالة
	العشاء	خضار مسلوقة باى كمية حتى تشبع

الاسبوع الثانى		
الافطار اليومى طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة		
اليوم	الوجبة	نوع الوجبة
السبت	الغذاء	عدد ٢ حبة توست+جبين قريش+سلطة ﴿ خيار وخس وفلفل و طماطم ﴾
	العشاء	حليب قليل الدسم + ٣/١ رغيف محمص
الاحد	الغذاء	لحم مشوى + سلطة
	العشاء	٢ بيضة مسلوقة+سلطة+١ برتقالة
الاثنين	الغذاء	لحم مشوى + خيار
	العشاء	خضار مسلوقة كوسة او فصوليا او سبانخ + ربع دجاجة مشوية
الثلاثاء	الغذاء	بيضة مسلوقة + جبنة قريش + خضار مسلوقة
	العشاء	خضار مسلوقة ﴿كوسة او فاصوليا او سبانخ ﴾ + بيضة مسلوقة + طماطم
لاربعاء	الغذاء	جمبرى او سمك مشوى او مسلوقة
	العشاء	ربع دجاجة مسلوقة + خضار مسلوقة
الخميس	الغذاء	لحم مشوى + طماطم + برتقالة
	العشاء	خليط من الفاكهة الطازجة اى كمية برتقال ويوسفى وشمام وخوخ وتفاح
الجمعة	الغذاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها+خضار مسلوقة+١ برتقالة
	العشاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها+خضار مسلوقة+١ برتقالة

الاسبوع الاول		
الافطار اليومى طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة		
اليوم	الوجبة	نوع الوجبة
السبت	الغذاء	فاكهة صنف واحد وبأى كمية مثل ﴿برتقال، يوسفى، فراولة، كمثرى،خوخ،شمام﴾
	العشاء	لحم مشوى مفروم او بتلو، سلطة ﴿خيار، طماطم،خس،فلفل
الاحد	الغذاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها +طماطم+١ برتقالة
	العشاء	٢ بيضة مسلوقة+سلطة+ربع رغيف خبز او ١ توست+١ برتقالة
الاثنين	الغذاء	جبين قريش ﴿بدون دسم﴾ + ١ توست+طماطم
	العشاء	لحم مشوى
الثلاثاء	الغذاء	فاكهة نوع واحد وبأى كمية
	العشاء	لحم مشوى او سلطة
الاربعاء	الغذاء	٢ بيضة مسلوقة+ خضار مسلوقة ﴿كوسة او فاصوليا او سبانخ ﴾
	العشاء	سمك او جمبرى مسلوقة او مشوى او تونة بدون زيت ويفضل غسلها بالماء او الخل +سلطة + ١ برتقالة
الخميس	الغذاء	فاكهة اى كمية حتى تشبع
	العشاء	لحم مشوى + سلطة

الاسبوع الثالث		
الافطار اليومى طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة		
اليوم	نوع الوجبة	

الاسبوع الرابع		اليوم	نوع الوجبة
الاظطار اليومي طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة			
اليوم	الغذاء	٣ قطع لحم مشوى او ٤ قطع كباب مسلوقة او ربع دجاجة مسلوقة	
السبت	العشاء	٣ طماطم+٤ خيار+علبة تونة كبيرة مصفاة من الزيت تماماً+ربع رغيف+كمثرى +برتقالة او جريب فروت	
الاحد	الغذاء	عدد اثنين ستيك مشوى اقصى وزن ٨٠ جم+ ٣ طماطم+٤ خيار+ربع رغيف+برتقالة	
الاثنين	الغذاء	جبين قريش(بدون دسم) + علبة تونة بدون زيت+٤ ملاعق خضار مسلوقة+٣ طماطم+خيار+ربع رغيف+برتقالة	
الثلاثاء	الغذاء	فاكهة نوع واحد وبأى كمية	
	العشاء	لحم مشوى او سلطة	
الاربعاء	الغذاء	بيض مسلوقة+١ خس+٣ طماطم +٤ خيار+رغيف خبز+برتقالة	
الخميس	الغذاء	٢ صدر دجاج مسلوقة+١/٨ كيلو جبين جريش+ربع رغيف+زبادى+برتقالة	
الجمعة	الغذاء	جبين قريش+علبة تونة بدون زيت+٤ ملاعق خضار مسلوقة+ ٣ طماطم+٣ خيار+ربع رغيف +برتقالة	

السبت	يوم الفاكهة ، مسموح فيه بتناول اى نوع من انواع الفاكهة ، وبأى خليط ما عدا :- العنب ، والتين ، والمانجو ، والبلح
الاحد	يوم الخضار والسلطة ، مسموح فيه بتناول جميع الخضراوات سواء طازجة مثل الخس ، والخيار ، والطماطم ، والجرجير ، والفجل ، او مسلوقة مثل :- الكوسة ، والفاصوليا والبنجر والخرشوف والكرنب والباميا والبازنجان ويراعى عدم اضافة مكعبات الدجاج ويمكن تناول اى كمية .
الاثنين	يوم الخضار والفاكهة ويمكن خلط اليومين السابقين معاً
الثلاثاء	يوم السمك والسلطة ويمكن تناول اى كمية من الروبيان المشوى او المسلوقة + سلطة خس وجرجير وكرفس فقط
الاربعاء	يوم اللحوم والخضراوات ، يمكن تناول اللحوم المسلوقة او المشوية كذلك الدجاج المسلوقة او المشوى ، مع خضار مسلوقة .
الخميس و الجمعة	فاكهة صنف واحد فقط فى اليومين وبأى كمية ، وفى اى وقت ، ويصرح باكل واحد من الفواكه الاتية :- التفاح او الكمثرى او الجوافة او المشمش .

نباتي طبيعي تعمل أيضاً كمنشط عام للجسم ومقاوم للارهاق ، ومن امثلة هذه المستحضرات :

الدواء	السعر	الدواء	السعر
جلوبال فورميولا Global formula	١٨.٥٠	في تو بلس V2plus	٧.٠٠
رويال فيت جى Royal. Vit. G	١٥.١٠	فيتاماكس Vitamax	١٢.٠٠

يمكن اخذ كبسولة واحدة يومياً من احد هذه المستحضرات بعد الافطار او الغداء وليس بعد العشاء لانها قد تسبب ارق.

هل يمكن أن تعطيني فكرة عن أنواع الفيتامينات وأهمية كل منها ؟

أولاً: فيتامينات قابلة للذوبان في الماء:
وتتميز بالآتي:

تذوب في الماء ولا يمكن للجسم اختزانها وبالتالي لا ينتج ضرر من زيادة كمياتها , كما أن الكميات الزائدة عن حاجة الجسم تفرز في البول ..وتشمل :-

١- مجموعة فيتامين ب المركب
فيتامين (ج)

١- مجموعة فيتامين ب المركب :
فيتامين ب١ (الثيامين)

أهميته	مصادره	نقصه يؤدي الى
له أهمية خاصة في التمثيل الغذائي وحيوية وسلامة الأعصاب	الكبد والكلاوى والأسماك والبيض واللبن والفواكه والبقول	مرض البرى برى

فيتامين ب٢ (الريبوفلافين) Riboffavin

يدخل في تركيب بعض الأنزيمات التي تعمل	الكبد والكلاوى والأسماك والبيض	التهاب زوايا الفم

٣ - نقص الفيتامينات

Hypovitaminosis

ماذا يسبب نقص الفيتامينات ؟

نقص الفيتامينات يسبب خلل في بعض العمليات مثل التي ذُكرت اعلى ونقص احداها قد يسبب احد الاعراض التالية حسب نوع الفيتامين او المعدن الناقص :

- ١- نقص المناعة وبالتالي سهولة الاصابة بالامراض المختلفة .
- ٢- ضعف الجسم وعدم تحمل بذل مجهود والشعور بالدوار .
- ٣- فقر الدم .
- ٤- فقدان الشهية ... الخ

ملاحظة : يعتمد سعر علبة الفيتامين على عدة عوامل مثل : الشركة العالمية او محلية قطاع عام او قطاع خاص ، عدد الكبسولات ، تركيز الفيتامينات وعددها في المستحضر... الخ

المستحضرات البقرة حة لعلاج وتعويض نقص الفيتامينات

المستحضر	المستحضر
ماكسى فيت Maxvit	سوبرافيت كبسول Supravit
فيتراماكس Vitramax	ثيراجران-م Theragran-M
فيترابلس Viterraplus	فيتوب ٣٠ كبسولة Vitop

وهناك مستحضرات تحتوى على مواد اضافية مثل عرق الذهب (الجنسنج) وغذاء ملكات النحل ، وهى ليست فيتامينات ولا معادن بل مستخلص

الحجم وغير مكتملة وهشه	والخميرة .	للأنيميا الخبيثة ويحتاج لوجود عامل معين يوجد في عصارة المعدة لكي يمتص
------------------------	------------	---

وتشقق الشفتين والتهاب اللسان	واللبين واللحوم والفواكه والبقول والخميرة	في الأكسدة داخل الخلايا كما أنه هام لسلامة الجلد
------------------------------	---	--

حمض النيكوتينك (النياسين) به

مرض البلاجرا وأعراضه : التهابات في الجلد في الأجزاء المعرضه للشمس مع حدوث اسهال مزمن وفقد الذاكرة وقلق والتهيج	القمح والشعير والبقول والفول السوداني والأسماك والبيض والكبد والكلوى واللحوم والخميرة ويعتبر اللبن فقير في النياسين ولكنه غني بالحامض الأميني التريبتوفان الذي يمكن تحويله الى النياسين	هام فى عمليات التمثيل الغذائى
--	---	-------------------------------

٢.فيتامين (ج) : Vitamin C

- يعتبر أحد الفيتامينات الأساسية فى تكوين الخلايا ووظائفها و يرتبط بالتمثيل الغذائى للبروتينات والاحماض الأمينية .

- ضرورى لتكوين وسلامة مادة الكولاجين التى تربط بين الخلايا و أنسجة الجسم وبالتالى عدم ظهور التجاعيد .

- يساعد على امتصاص الحديد واكتساب الجسم المناعة والحيوية والنشاط

- يساعد على مقاومة حدوث نزف وسرعة الالتئام للجروح والحروق .

- ضرورى لمقاومة الاصابة بالأمراض المعدية والشفاء منها .

مصادره : يوجد فيتامين ج فى الموالح مثل الليمون ، البرتقال ، اليوسفى ، والجوافه كما يوجد فى الخضروات مثل الجرجير . كما يوجد

أيضا فى صورة أقراص فوارة مثل فيتاسيد ج Vitacid C_ أوبسا سى UpsaC كما يوجد فى صورة كبسولات مثل سى ريتارد C Retard

نقصه يؤدي الى : مرض (الاسقربوط) الذى من أعراضه النزف وخصوصا نزف اللثة والضعف العام والارهاق .

حامض الفوليك Folic acid

نوع من الأنيميا تتميز بوجود كريات دم حمراء غير مكتملة النمو	الفواكه والخضروات الورقية الخضراء والكبد والكلوى والبيض واللبين	هام فى تكوين كريات الدم الحمراء بمساعدة فيتامين ب ١٢ كما يستخدم أثناء فترة الحمل
---	---	--

ب١٢ سيانوكوبلامين Cyanocobolamin

مرض الانيميا الخبيثة الذى يتميز بتكوين كريات دم حمراء كبيرة	الكبد والكلوى والدواجن والأسماك والبيض واللبين	فى سلامة نمو كريات الدم الحمراء -تكوين الحامض النووى مع حامض الفوليك ويسمى بالعامل المانع
---	--	---

ثانيا: فيتامينات غير قابلة للذوبان فى الماء ولكن تذوب فى الدهون : تتميز بالآتى :

أ- لا تذوب فى الماء .

ب- تذوب فى الدهون والزيوت .

ج- لايمكن للجسم امتصاصها الا فى وجود الدهون أو الزيوت .

د- الكميات الزائدة منها تختزن داخل الجسم وبذلك يمكن أن ينتج عنها أضرار .

و- لا يستطيع الجسم افرازها فى البول .
و تشمل الأتى :

فيتامين أ :

الأهمية	مصادره الطبيعية	نقصه يؤدي الى
ضرورى	الفواكه والخضروات	جفاف الجلد
لسلامة	الصفراء مثل المشمش	وجفاف الملتحمة
وصحة	, المانجو, الخوخ	وقرنية العين
الجلد والعين	, البرتقال, الشمام	والعشى الليلي
و الابصار	والحمراء مثل	..من أعراض
	الجزر, البطاطا,	زيادة فيتامين أ
	والطماطم	اصفرار لون الجلد
	...التي تحتوى على	وفقدان الشهية
	مادة الكاروتين التي	والقلق وتختفى هذه
	تتحول فى الجسم الى	الأعراض بتوقف
	فيتامين أ .. كما يوجد	تناول الفيتامين .
	فى الكبد, الدواجن,	
	صفار البيض .	

من اخراج	والسلامون والرنجة	وهشاشة العظام
الفسفور مع	كما أن التعرض لأشعة	وتأخر التئام
البول وبالتالي	الشمس المباشرة	الكسور وقد
له أهمية فى	وخصوصا فى الصباح	يحدث تسمم
صحة وسلامة	وقبل الغروب يؤدي	نتيجة تناول
العظام	الى تكوين الفيتامين	كميات زائدة عن
والأسنان وله	نتيجة تحول بعض	حاجة الجسم من
أهميته الخاصة	المواد الدهنية الموجودة	الفيتامين
للحوامل	تحت الجلد اليه بتأثير	وتراكمها مما
وخصوصا فى	الأشعة فوق بنفسجية	يؤدي الى تكلس
الشهور	الموجودة فى أشعة	بعض الأنسجة
الأخيرة من	الشمس	
الحمل		

فيتامين ك

العامل المانع	السبانخ	النزيف..وعدم
للنزف لأنه	والكرنب	توقف النزيف
يساعد فى تكوين	والقرنبيط	الناجح عن الجروح
مادة	والطماطم	أو العمليات
البروثرومبين	والكبد	الجراحية
الضرورية	وصفار	
لعملية تجلط الدم	البيض	
والنزف		

فيتامين د

يمنع أكسدة	جميع الزيوت النباتية	نظرا لوجوده فى
دهون الجسم	وجنين القمح	جميع الأطعمة
التي تحافظ	والخضروات الورقية	فنقصه غير
على سلامة	والبقول وصفار	معروف فى
جدران الخلايا	البيض و الكبد	الانسان

فيتامين د (٢٥ ، ٢ د)

يساعد على	صفار البيض,	فى الأطفال:
امتصاص	الزبدة, القشدة, زيت	مرض الكساح
الكالسيوم من	كبد الحوت, الأسماك	وتأخر التسنين..
الأمعاء ويقلل	مثل السردين	أما فى الكبار: لين

٤- الأنيميا (فقر الدم)

Anaemia

هى حالة من حالات سوء التغذية و سببها هو نقص تركيز الهيموجلوبين فى الدم نتيجة نقص عنصر الحديد أو حمض الفوليك أو بعض العناصر الغذائية .

و تشمل الأنيميا نوعان :

- ١- أنيميا نقص الحديد .
- ٢- الأنيميا الخبيثة .

ما هو الفرق بينهما ؟

الفرق هو أن أنيميا نقص الحديد سببها نقص تركيز الهيموجلوبين و صغر حجم كرات الدم الحمراء بينما الأنيميا الخبيثة فسببها هو نقص حمض الفوليك أو نقص فيتامين ب١٢ (سيانوكوبولامين) و هذا النقص يؤدي إلى تكون كرات دم حمراء غير طبيعية حيث تكون كبيرة الحجم و قليلة العدد مع عدم إكمال بعضها . و النوع الأكثر إنتشارا فى مصر هو أنيميا نقص الحديد الذى ينتشر بين الأطفال فى سن المدرسة و الأمهات الحوامل و المرضعات .

ما هى أعراض الأنيميا ؟

ضعف عام - إرهاق و خاصة عند القيام بمجهود - قلة التركيز - فقدان الشهية - صداع - الميل إلى النوم بكثرة - زيادة ضربات القلب .

ما هو العلاج ؟

بالنسبة لأنيميا نقص الحديد :

١- تناول الأطعمة التى تحتوى على عنصر الحديد مثل الخضروات الورقية الخضراء و

خاصة الداكنة اللون مثل السبانخ و الجرجير و الأسماك و اللحوم الحمراء و الكبد و غيرها .

٢- أو تناول أقراص أو شراب من الصيدلية تحتوى على عنصر الحديد مثل (ثيراجران هيماتينيك - فيروز - ساندوز حديد - أيرن اس آر - فيبول) أقراص للكبار و الحوامل و المرضعات أو شراب مثل (سيترون - سانستول حديد - ثيراجران) للأطفال أو حقن مثل (فيروزاك - كوزموفير Cosmofer - فيراكيل Feracayl)

أما بالنسبة للأنيميا الخبيثة :

١- تناول الأطعمة التى تحتوى حمض الفوليك فيتامين ب ١٢ مثل الخضروات الخضراء و الكبد و الكلاوى و الفواكه وغيرها

٢- أو المستحضرات الصيدلانية مثل فوليك أسيد .

و لا يعطى الفوليك أسيد وحده لأنه قد يسبب التهاب فى الأعصاب و لذلك يكون مصحوبا بفيتامين ب١٢ .

و هناك أنواع أخرى من الأنيميا منها :

١- التى تحدث لمرضى السرطان الذين يتناولون كمية كبيرة من أدوية السرطان التى تؤثر على النسيج المكون للدم فى نخاع العظام وهذا النوع يسمى *Aplastic*

Anemia .

ما هو العلاج ؟

- البعد عن السبب أو محاولة علاجه .

- قد يحتاج الأمر إلى زرع نخاع المكون للدم

٢- التي تحدث لمرضى **نقص إنزيم جلوكوز-٦-فوسفات** عندما يتناولون أسبرين أو مركبات السلفا أو المرضى الذين يتناولون أدوية لها تأثير مباشر على كرات الدم الحمراء مثل Phenacetin و هذا النوع يسمى *Haemolytic anemia* و سوف نتحدث عنها بالتفصيل .

ما هو العلاج ؟

- البعد عن السبب .

- قد يحتاج الأمر إلى نقل دم .

٣- **الأنيميا المنجلية** أو ما تسمى أنيميا البحر المتوسط نظرا لإنتشاره في بلاد حوض البحر الأبيض المتوسط ... و تتميز بكرات دم حمراء منجلية الشكل (أنظر الصورة رقم ٥١ في نهاية الكتاب) لا تستطيع أن تحمل الأكسجين و تنقله إلى أجزاء الجسم المختلفة و بالتالي يصاب المريض بهذا النوع بالإرهاق و التعب بسبب قلة وصول الأكسجين إلى هذه الأجزاء .

٥- أنيميا الفول (Favism)

نقص أنزيم جلوكوز-٦-فوسفيت

ديهيدروجيناس

يعتبر من أكثر الأمراض الوراثية انتشارا نتيجة نقص أنزيم جلوكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجيناس (G6PD في كريات الدم الحمراء ، يطلق على نقص هذا الإنزيم أنيميا الفول favism لأن الأفراد

المصابين بهذا النقص مصابين بحساسية لنبات الفول .

وباختصار فإن أنيميا الفول favism عبارة عن فقر دم انحلاي شديد ، يحدث عادة في أشخاص منحدرين من منطقة البحر الأبيض المتوسط ، ويحدث عندما يقوم الشخص المصاب بنقص في أنزيم جلوكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجيناس بأكل الفول أو يستشق حبوب لقاح الفول .

نقص الإنزيم في علم الوراثة :

من المعروف أن في البشر هناك ٢٣ زوج من الكروموسومات التي تحدد الصفات الوراثية الجسدية ،أحد هذه الأزواج الـ ٢٣ من الكروموسومات هو زوج الكروموسوم إكس و واي (X and Y) والتي تعرف بكروموسومات الجنس) التي تحدد جنس الفرد بالإضافة إلى أشياء أخرى . الكروموسوم إكس مهم بشكل خاص لأنه يحمل الجينات الأساسية لبقاء الإنسان . يوجد جين مهم في الكروموسوم إكس وهو جين الإنزيم G6PD .

جميع الأمراض الوراثية التي لها علاقة بالكروموسوم أ كس مثل نقص الإنزيم G6PD تؤثر على الذكور أكثر من الإناث . سيظهر نقص G6PD في الإناث فقط عندما يكون هناك نسختان معيبتان للجين في الأنثى . وطالما وجدت نسخة واحدة صالحة لجين G6PD في أنثى، فإنه سيتم إنتاج أنزيم طبيعي وهذا الأنزيم الطبيعي يستطيع القيام بوظيفة الأنزيم المعيب . عندما تظهر ميزة موروثة معينة بمثل هذه الطريقة يطلق عليها

دوار صداع ، عسر التنفس (تنفس غير منتظم)
و خفقان (ازدياد في النبض) .

١- صفراء حديثي الولادة

(يرقان Neonatal jaundice)

هذه إحدى المشاكل التي تحدث فوراً بعد

الميلاد . الصفراء الخاصة بحديثي

الولادة (اليرقان) حالة شائعة بين كل

المواليد ، لكن عندما تستمر فإنه يشتهبه

بنقص إنزيم G6PD هذه الحالة عبارة

عن تغير اللون إلى الأصفرار في بياض

العين والجلد و الأغشية المخاطية بسبب

تكس أملاح الصفراء bile salts في

هذه الأنسجة . يحدث هذا نتيجة مباشرة

للنشاط الغير كافي لإنزيم G6PD في

الكبد . في بعض الحالات، تكون

الصفراء (اليرقان) الخاصة بحديثي

الولادة شديدة بالقدر الكافي لتسبب الموت

أو ضرر عصبي دائم.

٢- فقر الدم الانحلالي Hemolytic

anemia

فقر الدم الانحلالي هو اضطراب أخر قد

يسبب مشاكل للأفراد الذين يعانون من

نقص إنزيم G6PD يمكن أن تحدث

نوبة فقر الدم الانحلالي بعد تناول بعض

الأدوية المؤكسدة ، الفول، أو الإصابة

ببعض الأمراض المعدية . قد تؤدي نوبة

انحلال الدم إلى الموت إن لم يتم علاجها

بشكل جيد . لهذا يمنع المصابين بنقص

الإنزيم من تناول بعض الأدوية .

صفة وراثية متنحية . في الذكور، وبسبب وجود

كروموسوم إكس واحد فقط ، فظهور جين

G6PD معيب واحد يكون كافياً لحدوث نقص

الإنزيم G6PD

**ما هي فرص توريث نقص الإنزيم
للأبناء؟**

إذا كان الأب مصاب وكانت الأم غير مصابة

وليس حاملاً للجين

نسبة إيجاب أنثى مصابه (صفر%)

نسبة إيجاب ذكر مصاب (صفر%)

نسبة إيجاب أنثى حاملاً لجين نقص إنزيم G6PD

أي لا تظهر عليها الأعراض المرضية)

(١٠٠%)

إذا كان الأب مصاب وكانت الأم حاملاً للجين

نسبة إيجاب أنثى مصابه (٥٠%)

نسبة إيجاب أنثى حاملاً للجين (٥٠%)

نسبة إيجاب ذكر مصاب (٥٠%)

إذا كان الأب غير مصاب وكانت الأم حاملاً

للجين

نسبة إيجاب أنثى مصابه (صفر%)

نسبة إيجاب أنثى حاملاً للجين (٥٠%)

نسبة إيجاب ذكر مصاب (٥٠%)

الأعراض عندما لا تستطيع كريات الدم الحمراء

نقل الأوكسجين في أنحاء الجسم بفاعلية ، تحدث

حالة تسمى فقر الدم الانحلالي hemolytic

anemia . بالإضافة لفقر الدم الانحلالي من

الممكن أن يحدث الصفراء الخاصة بحديثي الولادة

(اليرقان) ، ألم في البطن و / أو ألم في الظهر،

بالإضافة لفقر الدم الانحلالي الناتج عن الأدوية ، يوجد أيضا فقر دم انحلالي ناتج عن تناول الفول ، ويدعى أنيميا الفول . فلقد كان نبات الفول أول منتج طعام يتورط في التسبب بإنحلال الدم في أفراد مصابين بنقص الإنزيم . G6PD استنشاق حبوب نقاح نبات الفول يمكن أن يسبب فقر دم انحلالي ولهذا السبب نجد أن نقص الإنزيم G6PD يدعى أنيميا الفول . خارج نطاق أنيميا الفول ، تعتبر العدوى السبب الرئيسي للإصابة بفقر الدم الانحلالي . بعض أنواع العدوى المهمة التي يمكن أن تتسبب بحدوث انحلال الدم هي التهاب الكبد الفيروسي ، التهاب الرئوي وحمل التيفوئيد .

ممنوع لبريض أنيميا الفول

ولذلك يُمنع مريض أنيميا من تناول بعض الأطعمة مثل الفول و بعض الأدوية مثل أدوية الملاريا - أدوية السلفا - الأسبرين - الأدوية المضادة للالتهاب غير الستيرويدية (NSAIDS) - النيتروفورانتوين (Nitrofurantoin) - كينيدين (Quinidine) - كينين (Quinine) .

العلاج : بالابتعاد عن الأدوية و الاطعمة السابقة

الموضوع المشترك بين كل هذه الأدوية هو أنها أدوية مؤكسدة في الأفراد المصابين بنقص الإنزيم ، وأن هذا التوتر المؤكسد قد يتسبب في تغيير طبيعة أو تسطح جزيء الهيموجلوبين ، وهو الحامل الرئيسي للأوكسجين داخل كرة الدم الحمراء . هذا يتسبب في خسارة الوظيفة البيولوجية للهيموجلوبين ويؤدي ذلك إلى عجز كرة الدم الحمراء عن نقل الأوكسجين خلال الجسم بفاعلية . لبعض الأسباب المجهولة حتى الآن نجد أن بعض الأفراد لا يصابون بفقر الدم الانحلالي الناتج عن تناول بعض هذه الأدوية . بالطبع، يجب استشارة الطبيب دائما قبل تعاطي أي عقار .

كان بريماكون, Primaquine وهو أحد الأدوية المضادة للملاريا ، الدواء الأول المتورط في التسبب بفقر الدم الانحلالي . يمنع تناول جميع أدوية الملاريا للشخص المصاب بنقص الإنزيم ، لكن في حالات الملاريا الحادة البسيطة ، يمكن إعطاء معظم الأدوية المضادة للملاريا بأمان . يجدر الملاحظة أن نقص الإنزيم G6PD قد يكسب الشخص مناعة ضد الإصابة بالملاريا وبالذات تلك التي يسببها الطفيل بلازموديوم فالسيبارام Plasmodium falciparum ، ويعود سبب ذلك إلى أن الطفيل يصيب كريات الدم الحمراء وفي حالة الأشخاص الذين يعانون من نقص الإنزيم فإنه ينقص لديهم أيضا مادة مهمة لاستمرار حياة طفيلي الملاريا .

٦- الكساح Rickets

- تعريض الطفل لأشعة الشمس .
- إعطاء الأطفال الأطعمة التي تحتوى على فيتامين د و الكالسيوم مثل اللبن و البيض و الكبد و غيرها

R/ Devarol Amp.
Or : Cal- D - B12 Amp

العلاج :

- ١- تعريض الطفل لأشعة الشمس .
- ٢- إعطاء الطفل حقن تحتوى على فيتامين (د) مثل :
ديفارول-إس { *Devarol-S 600,000 i.u* }
أو كال-دى ب-١٢ { *Cal-D-B12* } أمبول
بالعضل كل أسبوعين (ثلاث حقن فقط) أو حسب الحالة .
- كما يمكن إعطاء نقط للغم تحتوى على فيتامين (د) مثل دى ٣ نانتشورال
{ *D3 Natural drops 4500 i.u* } نقط للغم من ١٠ - ٣٠ يوم .
- ٣- إعطاء الطفل دواء شراب أو نقط تحتوى على كالسيوم و فيتامين د و قد تحتوى على فيتامينات أخرى مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Calcium sandoz	Syrup	كالسيوم ساندوز
Hi-cal	Syrup	هاى كال
Calcium pharco	Syrup	كالسيوم فاركو
Calci-Top	Syrup	كالسى-توب
Calci-cal	Syrup	كالسى-كال
Decal-B12	Syrup	ديكال-ب-١٢
Pedical	Syrup	بديكال
One-Alpha	drops	وان-ألفا
Vidrop	drops	فيدروب

ملعقة صغيرة يوميا أو ١ نقطة لكل ٢ كجم من وزن الجسم يوميا .

- ٤- إعطاء الأطفال الأطعمة التى تحتوى على فيتامين د و الكالسيوم مثل اللبن و البيض و الكبد و غيرها .

حقنة عضل كل أسبوعين (ثلاث حقن فقط) أو حسب الحالة .
٣-٥ نقط R/ Vidrop (Vit. D3) drops.
يوميا لمدة ١٠ - ٣٠ يوم
Or : R / Calcium sandoz Syrup.
Decal-B12 Syrup.
ملعقة صغيرة يوميا

الكساح هو من أمراض سوء التغذية التى تنتشر بين الأطفال خاصة بين أطفال المناطق الفقيرة و العشوائية نتيجة نقص فيتامين (د) بسبب عدم تعريض الطفل أو قلة تعريضه لأشعة الشمس حيث تهتم الامهات بلف الطفل بكميات كبيرة من الملابس خوفاً عليه ... بالإضافة إلى عدم إحتواء الطعام المقدم للطفل على هذا الفيتامين أو بسبب عدم تناول الأمهات الحوامل كميات مناسبة من الكالسيوم و الفيتامينات أثناء فترة الحمل .



الأعراض :

- ١- تقوس فى عظام الفخذين و الساقين .
- ٢- تأخر فى نمو الطفل و فى قدرته على المشى أو الجلوس بمفرده و تأخر فى ظهور الأسنان .
- ٣- كبر حجم جمجمة رأس الطفل .
- ٤- إحدباب العمود الفقرى .

الفصل الخامس عشر (الجراحة)

يشمل هذا الفصل :

- ١- البواسير والتشققات الشرجية
- ٢- الناسور الشرجي
- ٣- الناسور المثاني
- ٤- إلتهاب الزائدة الدودية
- ٥- الدمامل و الخراييج

في لونه إلى البني وبارزة من حواف فتحة الشرج ولا تسبب البواسير الخارجية أعراض وممكن أن تؤدي إلى حكة خفيفة وبعض التضيق أثناء التبرز ونادرا ما تسبب البواسير الخارجية نزيف دموي.

٢. البواسير الداخلية:

وسببها بروز وتدلي الأوردة التي في بداية المستقيم إلى الخارج في قناة الشرج (أنظر صورة توضيحية رقم ٢١ في نهاية الكتاب) وهي تنقسم حسب شدة بروزها إلى عدة

مراحل:

١. المرحلة الأولى:

وجود بواسير داخلية ولكنها لا تظهر أو تخرج خارج فتحة الشرج وقد يشنكي المريض فقط من نزول الدم عبر فتحة الشرج.

٢. المرحلة الثانية:

وفيها تظهر الأوردة المتدلية خارج فتحة الشرج أثناء التبرز فقط ثم تعود ثانية إلى الداخل بعد انتهاء التبرز من تلقاء نفسها.

٣. المرحلة الثالثة:

وهي تشبه الثانية إلا أن عودة الأوردة المتدلية بعد انتهاء عملية التبرز لا يكون من تلقاء نفسها وإنما يقوم الشخص بإعادتها بأصابعه.

٤. المرحلة الرابعة:

وفيها تظهر البواسير الداخلية أي الأوردة المتدلية خارج فتحة الشرج ظهور دائم حتى في غير فترات التبرز (أنظر صور توضيحية رقم ٢١ في نهاية الكتاب).

أعراض البواسير الداخلية

١ - البواسير والتشققات الشرجية

Piles & Anal Fissures

- مرهم أو لبوس لتقليل احتقان البواسير و يحتوى على مخدر:

R / Proctosedyl cream .

Or : Proctoglyvenol cream .

Or : Anusol Hc cream or supp.

Or : Lignocaine gel.

دهان لفتحة الشرج من الداخل مرتين يوميا

ملين لتجنب الإمساك و الحرق أثناء التبرز

R / Minalax tab.

Or : Nasar tab.

قرص عند الزوم

: كبسول لتقوية جدار الأوعية الدموية

R / Daflon 500 tab.

Or: Dioven tab.

Or : Diosed C Cap.

٢ قرص أو كبسولة كل ١٢ ساعة

R / Bi-profenid tab.

قرص مسكن للألم كل ١٢ ساعة

البواسير:

البواسير من أكثر اضطرابات الشرج شيوعا والبواسير عبارة عن تدلي وبزوغ الأوردة المحيطة بالشرج إلى الخارج لذلك ممكن نسميها أيضا بدوالي الشرج . وتشبه إلى حد ما دوالي أوردة الساقين إلا أنها تحدث في قناة الشرج. وممكن تقسيم البواسير حسب نوع الأوردة المتدلية إلى البواسير الخارجية و البواسير الداخلية.

١. البواسير الخارجية:

وسببها تدلي و بروز الأوردة التي تحيط بالشرج من الخارج ويمكن أن ترى البواسير الخارجية بسهولة كطيّات صغيرة لجلد مائل

١. نزول دم منقطع عبر فتحة الشرج وخاصة إذا كان البراز كبير وخشن .

٢. ما يفرق البواسير الداخلية عن القطع الشرجي والذي فيها قد يكون هناك نزول دم عبر فتحة الشرج هو أن البواسير الداخلية لا تسبب ألم بينما يسبب القطع الشرجي ألم شديد يبدأ مع عملية التبرز ويستمر لساعات بعدها.

٣. في المراحل الثالثة والثانية والرابعة يري الشخص ويحس ظهور وتدلي الأوردة خارج فتحة الشرج.

أسباب البواسير
في أحيانا كثيرة لا يوجد سبب مباشر للبواسير إلا أن هناك أسباب وعوامل قد تساعد على ظهور البواسير منها:

١. عندما تتعرض الأوردة الداخلية حول الشرج إلى ضغط بطني داخلي كما هو الحال مثلا في السمنة وأثناء الحمل.
٢. الحزق أثناء التبرز وقضاء وقت طويل أثناء عملية التبرز .
٣. نمط حياة يتخللها فترات جلوس طويلة .
٤. الإفراط في استعمال المليينات .
٥. من المحتمل أن يكون هناك أيضا عامل وراثي وراء ظهور البواسير .

التشققات الشرجية

ألم شديد في الشرج يبدأ مع التبرز ويستمر حتى بعد ساعات من انتهاء التبرز عادة ما يكون سببه شق أو قطع الشرجي وهو عبارة عن جرح طولي في الغشاء المبطن لجدار الشرج؛ وعادة ما يكون سببه مرور مفاجئ لبراز صلب خشن بسبب

الإمساك مثلا أدى إلى حدوث جرح وقطع في جدار الشرج ومن شدة الألم قد يؤدي بالشخص إلى أن يخاف من إتمام التبرز أو الشروع إليه.

الأمر الذي قد يؤدي إلى استمرار حالة الإمساك وبالتالي زيادة خشونة وصلابة البراز مما قد يؤدي إلى زيادة عمق القطع الشرجي أو تحويله من حالة حادة إلى حالة مزمنة .وفي حالة تكرار ظهور القطع الشرجي فإن ذلك يؤدي إلى فقدان ليونة جدار الشرج مسببا التضيق الشرجي وبالتالي حدوث صعوبات أثناء التبرز كما قد يصاحب الألم الناتج عن القطع الشرجي نزول قطرات من الدم إما بعد الانتهاء من التبرز أو يكون الدم موجود أثناء التبرز ولكن ليس مخلوطا بالبراز وإنما علي سطح البراز من الخارج.

الأدوية المقترحة لعلاج البواسير والتشققات الشرجية :

١- يعطى مراهم أو لبوس شرجي يحتوى على مواد مخدرة للالم مع مواد تحسن من احتقان وترهل البواسير مثل:

«بروكتوجليفينول لبوس او كريم شرجي Proctoglyvenol ، أنوسول لبوس أو مرهم شرجي
»» Anusol

«يمكن اعطاء مستحضرات لبوس او مرهم شرجي يحتوى على احد مشتقات الكورتيزون الذى يخفف التهابات الاوردة الشرجية بسرعة ويخفف الاحتقان مع مواد اخرى تحسن من اداء الاوردة وتلطف من الحرقان ومواد اخرى قابضة للاوعية ، ولكن يحذر استعمال هذه المستحضرات للسيدات اثناء فترتى الحمل والارضاع لما تحويه

يخرج من خلالها إفرازات أو حتى كميات قليلة من البراز . الأمر الذي يؤدي إلى توسخ الملابس وظهور رائحة دائمة كريهة مستمرة وهي رائحة البراز الذي يخرج عبر هذه الفتحة. وسبب الناسور الشرجي في معظم الحالات يكون خراجات قححية حول الشرج تركت دون علاج حتى أدت إلى نشوء الناسور أو في بعض الأحيان بسبب العلاج الجراحي الغير كامل أو الغير ناجح لمثل هذه الخراجات .

أعراض الناسور :

1. إفرازات مستمرة أو متقطعة من مكان قرب فتحة الشرج ويكون ذات رائحة كريهة أو يشبه رائحة البراز وقد يلاحظ المريض وجود اثر لهذه الإفرازات علي اللباس الداخلي .
 2. قد يشعر المريض بحرقان وحكة حول فتحة الشرج نتيجة لهذه الإفرازات.
 3. أثناء الفحص السريري يلاحظ وجود فتحة صغيرة حول فتحة الشرج أو في مكان قريب منها تخرج منها إفرازات .
- والعلاج :** عمل جراحة مبكرة .

٣- الناسور المثاني Bladder Fistula

ناسور المثانة : هو عبارة عن اتصال بين المثانة و الجلد و ينزل البول في غير مواضعه الطبيعية ... و قد يكون الإتصال بين المثانة و المستقيم أو المهبل

والعلاج : عمل جراحة مبكرة .

من مشتقات الكورتيزون من امثلة هذه المستحضرات

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
Anusol-HC	Oint supp.	أنوسول هيدروكورتيزون
Proctosedyl	Oint 6 Supp	بروكتوسيديل
Sediproct	Cream	سيديبير وكت
Sediproct	6 Supp	سيديبير وكت
Neohaemorrhha n	Supp Cream	نيوهيموران لبوس
H - formula	6 Supp Cream	إتش-فورميولا

٢- تعطى ادوية تحتوى على مادة البيساكوديل *Bisacodyl* المليينه لمنع حدوث الامساك الذى قد يؤدي الى تفاقم البواسير ، والم اثناء التبرز الادوية المحتوية على بيساكوديل مثل «ايبلاكسين ، بيساديل ، دولكولاكس ، لاكسين ، مينالاكس»

٣- يفضل اعطاء اقراص تحتوى على مادة ديوسمين *Diosmin* عن طريق الفم لتقوية جدار الاوردة والمساعدة فى علاج البواسير وتخفيف الاحتقان مثل «انسوفين ، دافلون ، ديوفين ، ديوسيد» ويمكن استعمال الاقراص المليينه واقراص تقوية الاوعية للسيدات الحوامل .

و قد يحتاج العلاج إلى عملية جراحية خاصة فى الحالات المتأخرة من البواسير

٢- الناسور الشرجي Anal fistula

الناصور هو أنبوب أو فتحة شاذة تمتد من داخل المستقيم إلى فتحة في الجلد قرب فتحة الشرج؛ (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٦ فى نهاية الكتاب) و

لكن يتم العلاج جراحياً بإستئصال الزائدة في وقت مبكر قدر الإمكان؛ إذ أن الزائدة الملتهبة تهدد بالانتقال في اليوم الأول غالباً. ولهذا السبب ففي حالة الشك يربح إجراء العملية كيفما كانت النتائج. ويتمكن المريض من النهوض بعد العملية بيومين.

٥ - الدمامل والخراريج Boils & fruncles

R/ Duricef 500 cap.

كبسولة كل ٨ ساعات لمدة أسبوع

R/ Fucidin cream

دهان مرتين يومياً على الخراج

الدمامل سببها عدوى بالبكتيريا معظمها موجبة الجرام ، في المراحل الأولى من ظهور الدمامل يمكن اعطاء مضاد حيوى لمقاومة البكتيريا المسببة للدمامل وبالتالى جفاف الجرح خاصة الدمامل التى تظهر فى الوجه والتى يجب عدم فتحها لمنع انتشار العدوى لاماكن خطيرة فى الجسم عن طريق الدم (أنظر الصورة رقم ١١ فى نهاية الكتاب) . اما اذا كبر الدمامل فيجب معالجته كما يلى .

الطريقة المقترحة لعلاج الدمامل :

- ١- يعطى مرهم أكتينول للمساعدة فى تكوين الدمامل وظهور راس له.
- ٢- يفتح جراحياً لإخراج الصديد
- ٣- يطهر مكان الدمامل يومياً بالكحول او الميركروكروم أو الديتول ويوضع عليه مرهم مضاد حيوى مثلاً *Fucidin*
- ٤- ولإلتئام الدمامل بسرعة يفضل اعطاء مضاد حيوى من مجموعة السيفالوسبورين « ورنيت تحت عنوان المضادات الحيوية فى الفصل الاول » كبسول للكبار وشراب للأطفال حتى جفاف الجرح .

٤ - التهاب الزائدة الدودية

إصابة جرثومية فى الزائدة الدودية ، تظهر بشكلين أساسين :

الأول يبدو بشكل هجمة حادة تتدرج نحو الانفجار (ويسمى التهاب الزائدة الحاد). والثاني يبدو بشكل نوبات من الألم الخفيف تستمر مدة طويلة (ويسمى التهاب الزائدة المزمن) .

الأسباب

إذا انسدت فوهة الزائدة (أى مكان انفتاحها على الأعور) تسخت المواد البرازية الموجودة داخلها، فتتفخ ويزداد الضغط داخلها مما يؤدي إلى انسداد الشرايين الموجودة في جدرانها، فتتقصر مقاومتها للجراثيم. وإن وجود أية بؤرة انتانية في الجسم (بالمكورات العقدية خاصة) يشكل عاملاً مساعداً على حدوث الالتهاب في الزائدة التي نقصت مقاومتها.

الأعراض :

- ألم حاد يحدث فجأة ويبدأ في منتصف البطن أولاً ثم يستقر أخيراً في الجهة اليمنى من أسفل البطن .
- حمى : ترتفع الحرارة دائماً في التهاب الزائدة الحاد، إلا أن ظهورها يتأخر أحياناً بضع ساعات بعد بدء الألم. أما الارتفاع الشديد في الحرارة فيصادف عند حدوث المضاعفات (انتعاب الزائدة، انسداد الزائدة المترافق بالانتان) .

إنّ الألم والحمى، هي الأعراض الثابتة في التهاب الزائدة. وهناك أعراض أخرى غير ثابتة أي أنها قد توجد في المريض نفسه وقد لا توجد، كما قد يوجد بعضها دون البعض الآخر مثل الغثيان و القيء .

العلاج :

لا توجد أى أدوية لعلاج التهاب الزائدة الحاد، حتى أنه بمجرد حصول الاشتباه بالإصابة يجب منع تناول أي شيء بطريق الفم - حتى يتأكد التشخيص - منعاً لحدوث الانتعاب وتحضيراً للعملية الجراحية.

الفصل السادس عشر : الأمراض النفسية والعقلية
Psychical and mental diseases

يحتوى هذا الفصل على الأتى :

- ١- الهستيريا
- ٢- القلق
- ٣- الأرق
- ٤- الوسواس
- ٥- الفوبيا (أو الرهاب)
- ٦- الكآبة (أو الإكتئاب)
- ٧- الفصام
- ٨- الجنون
- ٩- الصرع
- ١٠- ألزهايمر
- ١١- الصرع الهستيري



- ٢- القابلية للإصابة. ٣- العوامل البيئية.
٤- الكبت الجنسي.

أعراض الهستيريا: يمكن القول بصورة عامة أن الهستيريا تشترك بأعراض وسمات عامة مثل:
السلوك الطفلي - الأنانية - عدم تحمل المسؤولية - الميل للفسفة - التقلب في الانفعالات - الميل للاتكال على الغير - خداع الذات.

أعراض الهستيريا الانفصالية :

النسوة : في هذه المرحلة تسيطر على المرء فكرة معينة فتستبعد جزءاً من حياته، فينسى المرء كل ما يتعلق بهذا الجزء كما ينسى شخصيته الحقيقية فلا يعرف اسمه أو عنوانه أو عائلته.

التجول النومي: يشيع هذا المرض عند الكثيرين غير أنه أكثر حدوثاً عند الذكور من الإناث وهو عبارة عن حلم يشبع فيه الفرد كل رغباته المكبوتة إذ يتجول المريض مفتوح العينين، غير أنه ينسى كل ما قام به أثناء تجواله

٢- القلق Anxiety

نوع من الأمراض النفسية يتضمن الخوف المرتبط بانفعال شعوري مؤلم حيث يتوقع المصاب خطراً محتملاً.

والقلق العصبي يكمن مصدره داخل الفرد إذ أن أسبابه غير شعورية. وغالباً ما يقع المريض تحت وطأة مخاوف غير مبررة.

أعراضه الجسدية:

ارتفاع ضغط الدم - غثيان - ارتجاف - ضعف الشهية.

أسباب الإصابة بالقلق:

أسباب تكوينية - انحراف في النشأة-

الأمراض النفسية والعقلية من مظاهر الاضطراب في الشخصية فما هو الفرق بين الأمراض النفسية والأمراض العقلية.

المرض النفسي: اضطراب وظيفي يتميز بوجود صراعات داخلية وتصدع في العلاقات الشخصية. أما **المرض العقلي:** فهو اضطراب في الشخصية وهو بلا شك أعقد وأخطر من الأمراض النفسية يبدو بشكل اختلال حاد في القوى العقلية وعدم القدرة على إدراك الواقع والحياة الانفعالية فيعجز المريض عن إقامة علاقات اجتماعية.

١- الهستيريا Hysteria

مرض نفسي يتميز بأعراض جسدية وآلام غير عضوية المنشأ. والهستيريا من الأمراض النفسية الكثيرة الانتشار وتكون نسبتها عالية أبان الحروب والنكبات. كما أن النساء يصبن بها أكثر من الرجال.

ولهذا المرض صورتان، الهستيريا التحولية، والهستيريا الانفصالية.

ففي **الهستيريا التحولية:** يكثر المريض الشكوى من الآلام الجسدية التي تنتقل من عضو إلى آخر. حتى أن بعض أعضاء الجسم قد تفقد قدرتها على القيام بوظائفها فقد يصاب المريض بالشلل أو العمى أو القدرة على الكلام. أما الهستيريا الانفصالية فقد تبدو بشكل حالات مثل فقدان الذاكرة، النسوة، التجوال النومي، التوهان الهستيريا.

أسباب الإصابة بالهستيريا :

١- الوراثة: وخاصة لدى أبناء المصابين بالأمراض العقلية.

قد نجد الوسواسيون يسرفون في الإصرار على النظافة مثلاً والتمسك بالقيم الأخلاقية بشكل يتجاوز الحدود.

السكون والعتمة واعتدال الجو والحرارة.
-زيارة المرافق الصحية لافراغ المستقيم والمثانة قبل النوم.

٥- الفوبيا (أو الرهاب)

Phobia

مرض الرهاب أو الفوبيا هو مرض نفسي ويعني الخوف الشديد والمتواصل من مواقف أو نشاطات أو أجسام معينة أو أشخاص. هذا الخوف الشديد والمتواصل يجعل الشخص المصاب عادة يعيش في ضيق وضجر. فوبيا القلق (أو الخوف اللامنطقي) يكون فيها المريض مدركاً تماماً بأن الخوف الذي يصيبه غير منطقي.

فوبيا الخوف تتميز عن الأنواع الأخرى من أمراض القلق اللامنطقي، بأنها تحدث في مواقف متعلقة بأشياء أو ظروف معينة. وأعراضها غالباً ما تكون : الخفقان السريع في دقات القلب، نغص في المعدة، غثيان ، إسهال، التبول بكثرة وفي فترات متقاربة ، الشعور بالاختناق، احمرار الوجه (تدفق الدم بكثرة في منطقة الوجه)، التعرق، الارتعاش الشديد والإعياء بعض المرضى بهذا المرض باستطاعتهم التعايش معه وهي النسبة الشائعة، وذلك بتجنب المواقف أو الأجسام التي تسبب الخوف.

العاجون النفسيون صنفوا هذا المرض إلى ثلاث أنواع:

النوع الأول : وهو الرهاب البسيط وهو الخوف من أجسام أو مواقف معينة مثل الخوف من الحيوانات أو الفراغات المتقاربة أو المرتفعات.

-إخلاء البال من الشواغل والهموم ، والاستعانة على صرف الذهن عنها بالقراءة الملائمة قبل الإخلاء إلى النوم مع التهيؤ له بالاسترخاء التام في الوضع الذي يكفي ويكفل راحة الجسم .

ماذا عن أدوية النوم ؟

ينصح معظم الأطباء باللجوء إلى الوسائل الطبيعية للحصول على نوم هادئ. ولكن في بعض الأحيان يلجأ الطبيب إلى حبوب النوم لفترة محدودة. أدوية البنزوديازيبين مثل Benzodiazepine كالميميام Calmepam و الزولام Zolam هي الأفضل ولكن يجب استخدامها لفترة محدودة ٢-٣ أيام و بالجرعة القليلة المؤثرة بإشراف الطبيب.

من النادر وصف أدوية النوم بصورة مستمرة و لكن قد يلجأ الطبيب إلى ذلك لحالات معينة من الأرق المزمن

٤- الوسواس Obsession

عصاب يتخذ شكل فكرة تتسلط على الفرد بحيث لا يستطيع الفكك منها. ورغم أن الفرد يحاول بكل طاقته أن يبعد هذه الفكرة ويقاومها إلا أنها تلازمه. ما يميز المصابين بعصاب الوسواس التردد المستمر والشك في قدراتهم.

فاعليتها بكونها من أفضل الطرق وهي جعل المريض أن يواجه العامل مواجهة مباشرة و متكررة حتى يشعر بأن لا يوجد أي خطر ينتج عن الشيء المسبب للخوف، و بهذه الطريقة يزول الخوف تدريجياً حتى يختفي.

وهناك طرق أخرى لمعالجة هذا المرض و هي عن طريق تناول أدوية القلق أو تخفيف التوتر و التي تستخدم كمسكن، و كذلك الأدوية المضادة للاكتئاب التي أثبتت نفعها في معالجة هذا المرض .

٦- الكآبة (أو الاكتئاب) Depression

نوع من الحزن يتميز بالانقباض والشعور بالضيق مصحوباً بخمود الهمة وضعف في العزيمة فيوجه المريض عدوانه نحو ذاته فتجده وكأنه يتوق إلى عقاب نفسه.

أسباب الكآبة :

يستعمل البعض الكحول للخروج من النوبة الكآبة الا انها في الحقيقة تزيد من حدة الكآبة

١- **الوراثة** تعتبر من اهم الأسباب ولايعرف إلى الآن الأسلوب الدقيق لنقل المورثة المسؤولة عن الكآبة ويعتقد انها قد تنتقل بواسطة مورثات جسمية مهيمنة او مورثات جنسية محمولة على الكروموسوم X.

٢- **الخلل في توازن الناقلات العصبية** Neurotransmitters المسؤولة عن تنظيم الأيعازات العصبية في خلايا الدماغ ومن اهم الناقلات العصبية التي ان نقصت فستؤدي الى ظهور اعراض وعلامات الكآبة هي مادة

النوع الثاني : هو رهاب الخلاء وهو الخوف من الأماكن العامة المفتوحة مثل الحافلات العامة ومراكز التسوق المكتظة وهي صعب الهروب منها مما يجعل المريض تدريجياً أن يصبح حبيس المنزل.

النوع الثالث : هو الرهاب الاجتماعي و هنا يخاف المريض من أن يظهر دون المستوى الاجتماعي أو الفكري أو أن يشعر بالإحراج في المواقف الاجتماعية.

النوع الأول (خصوصاً الخوف من الحيوانات) يبدأ في مرحلة الطفولة ويستمر حتى مرحلة البلوغ، أما رهاب الخلاء فهو عادة يبدأ في أواخر مرحلة المراهقة أو بداية مرحلة البلوغ. أما النوع الثالث فعادة يرتبط بمرحلة المراهقة فقط.

على الرغم من أن مرضى رهاب الخلاء كثيراً ما يكونوا من المترددين الشائعين لدى الطبيب النفسي إلا أن الرهاب البسيط هو الأكثر انتشاراً. فهذا المرض بشكل عام يشكل نسبة ٥ إلى ١٠ أشخاص لكل مئة شخص. الرهاب البسيط ورهاب الخلاء يصيب النساء أكثر مما يصيب الرجال. أما بالنسبة لمرض الرهاب الاجتماعي فهو غير معروف تحديدا النسبة التي يشكلها لدى المصابين. يقول الأطباء النفسيين بأن مرض الفوبيا بمختلف أنواعه ينتقل عبر الوراثة. تقنيات المعالجة السلوكية أثبتت فاعليتها في معالجة مرض الرهاب و خصوصاً في النوع الأول و الثالث من هذا المرض. أحد هذه الطرق هي اضعاف عامل الخوف وهو جعل المريض أن يواجه العامل الذي يسبب الخوف تدريجياً. و الطريقة الأخرى هي العلاج بالمواجهة المباشرة و هذه الطريقة أثبتت

هذا يؤدي الى نسبة اعلى من انزيم مونوامين او كسيديز *Monoamine Oxidase* التي تقوم بتدمير بعض الناقلات العصبية في خلايا الدماغ التي لها دور مهم في الحفاظ على المعدل الطبيعي لمزاج الإنسان.

٦- فترة مابعد الولادة في الامهات نتيجة للاضطرابات التي تحصل لمستويات الهرمونات في جسم المرأة الحاملة بعد الولادة يصاب عادة ١٠% من النساء باعراض الكآبة في هذه الفترة.

٧- امراض وعاهات جسمية هناك قائمة طويلة من الأمراض الجسمية التي تؤدي الى الكآبة اما نتيجة للطبيعة المزمنة للمرض او الطبيعة الحرجة للمرض او نتيجة لاستعمال ادوية معينة في العلاج تؤدي بصورة غير مباشرة الى ظهور اعراض الكآبة.

العلاج الدوائي :

فيما يلي قائمة بالادوية التي استعملت تاريخيا في علاج الكآبة بدءا من اقدم انواع الأدوية علما انه في الوقت الحالي تستعمل الأدوية التي ترفع من نسبة مادة السيروتونين كعلاج اولي:

١- مانع الأكسيديز الأميني الأحادي مثل نارديل و بارنيت و سيلجلين قد تُسْتَخْدَم الآن فقط إذا كانت الأدوية الأخرى عديمة الجدوى لأن هناك احتمالية التفاعلات القاتلة بين طبقة النواء هذه و الأطعمة المعينة مثل الجبن وقائمة طويلة من المواد الغذائية الأخرى وهناك نوع جديد معروف كمانع عكسي لأكسيداز أميني أحادي يتبع مادة كيميائيّة محمّدة جداً و لا يتطلّب نظام غذائيّ خاصاً واسمه ترانيل

السيروتونين التي تم التركيز عليها مؤخرا حيث تعتبر الأدوية التي تساهم في رفع نسبة مادة السيروتونين من اكثر الأدوية انتشارا في العالم حاليا لعلاج الكآبة.

٣- عوامل تؤثر خارجية ومن اهمها فقدان شخص عزيز و فقدان مستوى اجتماعي او اقتصادي معين والشعور بالذنب نتيجة للاحساس بخرق ضوابط اجتماعية او دينية و الانفصال من علاقة عاطفية و القيام بوظيفة معينة تكون اما تحت او فوق قدرات الشخص و العيش مع شخص كئيب اخر. لآتؤدي هذه العوامل الخارجية في جميع الأحيان الى الأصابة بما يسمى نوبة الأكتئاب الكبرى وانما تؤثر فقط على الأشخاص الذين يملكون عاملي الوراثة و الخلل في توازن الناقلات العصبية.

٤- الكحول و بعض الأدوية ويعتبر تناول المشروبات الروحية عاملا مهما في الكآبة ومن الأخطاء الشائعة التي يرتكبها الإنسان ذو عوامل تؤثر خارجية هو اللجوء الى المشروبات الكحولية للتخلص من حزنهم ويساعد الكحول بصورة اولية للوصول الى نوع من حالة الأبتهاج او نسيان المشاكل الا ان سلسلة من العمليات الكيماوية بعد ساعات من تناول الكحول تحدث في الكبد وتؤدي الى تكوين مواد تسبب الكآبة. وهناك مجموعة من الأدوية التي تسبب الكآبة بالاضافة الى الكحول.

٥- جنس الأناث مجرد كون الفرد من جنس الأناث يعتبر عامل خطر للاصابة بالكآبة ويرجع هذا الى الكروموسوم الجنسي X التي تملك الأناث زوجا منها على عكس الذكور الذين يملكون زوج الكروموسوم XY وقد اثبتت بعض التجارب ان

اسم الدواء	الشكل الدوائي	المادة الفعالة	اسم الدواء
Lustral	10Tab	Sertraline HCL50mg	لوسترال
Moodapex	Tab ١٠	mg٥٠ ..	مودابكس
Serlift	10 Tab	.. 50m	سيرليفنت
Sesrine	Tab ١٠	mg٥٠ ..	سيسرين
Sirto	10 Tab	.. 50m	سيرتو
Prozac	Cap ١٤	Fluoxetine HCL20mg	بروزاك كبسول
Prozac Disp.	7 Tab	.. 20m	بروزاك فوار
Octozac	Cap ١٠	m٢٠ ..	أوكتوزاك
Philozac 10	10 Cap	.. 20m	فيلوزاك ١٠
Philozac 20	Cap ١٠	mg٢٠ ..	فيلوزاك ٢٠
Flutin	14 Cap	.. 20m	فلوتين
Fluoxetine	Cap ١٠	mg٢٠ ..	فلوكستين
Fluozac	20 Cap	.. 10m	فلوزاك
Depreban	Cap ١٠	mg٢٠ ..	ديبربان
Cipram	14 Tab	Citalopram HBR 20mg	سيبرام
Sedopram	Tab ٧	m٢٠ ..	سيوبرام
Citalo	10 Tab	.. 20mg	سيتالو

سيبرومين *Tranlylcypromine* الموجود في دواء بارنيتيل { *Parnetil tab.* }.

٢- مضادات للاكتئاب ثلاثي الحلقات (ترياسيكلين) و تتضمن مثل هذه الأدوية كأميتريبتالين *Amitriptyline* و كلوميبرامين *Clomipramine* و اميبرامين *Imipramine* ولكنها تستخدم نادرا في الوقت الحاضر بسبب الاعراض الجانبية الكثيرة مثل تسارع نبضات القلب والدوخة وجفاف الاغشية المخاطية في الفم واعراض جانبية اخرى

Tryptizol 10	100Tab.	5.00	١٠ تريبتيزول
Tryptizol 25	30 Tab.	3.50	٢٥ تريبتيزول
Tofranil 10	50 Tab.	1.50	١٠ توفرانيل
Tofranil 25	50 Tab.	3.50	٢٥ توفرانيل

٣- *SSRIS* } *Selective Serotonin*

Reuptake Inhibitors : هي الأدوية التي ترفع نسبة مادة السيروتونين وتعتبر هذه الأدوية من اكثر الأدوية المستعملة في الوقت الحاضر وتكمن فكرتها في منع اعادة امتصاص السيروتونين الذي يعتبر احد الناقلات العصبية وبالتالي ازدياد نسبتها ومن الانواع الشائعة لهذه النوع من الأدوية بروزاك و باكسيل و زولوفت و افيسور.

الجدول التالي يحتوى على أدوية *SSRIS* الموجودة في السوق المصري :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	المادة الفعالة	اسم الدواء
Cipramax	Tab ٧	mg٢٠ ..	سيبراماكس
Cipralext	14Tab	Escitalopram 10 mg.	سيبرالكس
Cipra-pro	7Tab.	.. 10mg	سيبرا- برو
Faverin 50	20Tab	Fluvoxamin 50mg	فافرين ٥٠
Faverin 100	10Tab	.. 100mg	فافرين ١٠٠
Seroxat	20Tab	Paroxetine 20mg.	سيروكسات
Xandol	10Tab	.. 20mg	زاندول
Paxetin	10Tab	.. 20m	باكستين
Efexor 37.5	28Tab	Venlafaxine 37.50mg	إفكسور ٣٧.٥
Efexor 75	28Tab	75mg	إفكسور ٧٥

٤- أدوية اخرى مثل ريمرون و ترازودون و بروبون و هذه الأدوية لاتتنتمي الى الفصائل الثلاثة المذكورة.

الحلاج النفسي :

المشكلة الرئيسية في استعمال اي دواء لعلاج الكآبة انها تتطلب وقتا من ٤ الى ٦ اسابيع لتبدأ مفعولها وفي احيان كثيرة لا يظهر اي تحسن من

ساعات طويلة دون حراك. أو أن يأتي بحركة معينة كأن يرفع يده مثلاً ويبقى على هذه الحالة عدة ساعات.

٣ - **الفصام البسيط** : عدم قدرة المريض على التمييز.

٤ - **الاضطهادية**: يبدو المريض فيها مضطرباً إذ يعرب عن أوهام غريبة.

٨- الجنون Mania

الجنون هو التغيرات العقلية التي تطرأ على بعض الناس فتخرجهم عن دائرة العقل وهو أقسام: منها المايخوليا وهي التي كانت معروفة بالسوداء أول درجات الجنون وأعراضها دوام الاكتئاب وشدة الاهتمام بالنفس وزعم الإنسان بأنه مصاب بجملة أمراض قتالة، ومنها المونومانيا أي الجنون بشيء واحد وهي حالة يجن فيها الإنسان بشيء أو أشياء محدودة ويتعقل ما عدا ذلك وذلك كالكبر والعجب وحب القتل والوسوسة، ومنها ألمانيا وهي أن يجن الشخص جنوناً عاماً مع هياج شديد ومنها الذهول، وهي أن تضعف قوى

الإنسان العقلية ضعفاً تدريجياً، ومنها البله وهي حالة طبيعية لا مكتسبة منشأها عدم تكامل خلقة المخ من صغر الرأس أو غيرها وأكثر من هم هكذا يكونون بكما أو غير تامي الكلام. أقوى أسباب الجنون انقماع النفس عن مطلوبها بسطة قاهرة والغيط البالغ حده النهائي والفرع الفجائي والغيرة والوسوسة والعشق وفقد ما لا يمكن استرداده مما يكون عزيزاً على النفس جداً. وأكثر المصابين به النساء لشدة إحساسهن. وعد من أسبابه الضرب على الرأس والسقوط عليه

جراء استعمال دواء معين فيضطر الطبيب الى تجربة نوع اخر من الدواء ولكن في كل الأحوال الدواء وحده لن يكون له مفعولا اذا لم يتم محاولة لحل المشاكل و التوترات الخارجية او بعض الصفات في شخصية الإنسان فعلاج الكآبة هو مجهود جماعي يشارك فيه الطبيب و الباحث الأجتماعي و المريض نفسه الذي من المفروض ان يكون دوره قياديا.

هناك عدة انواع من العلاج النفسي واهمها:

- ❖ العلاج السلوكي المعرفي
- ❖ علاج الإيقاع الشخصي المتناسق.
- ❖ علاج التنظيم العائلي
- ❖ وهناك **علاج بالصدمات الكهربائية** ولها تأثير سريع جدا في تحسن الكآبة الشديدة مقارنة بالوقت الذي يستغرقه الأدوية ولا يُعرف حتى اليوم بالضبط الوسيلة التي عن طريقها تتمكن الرجة الكهربائية من تحسين اعراض الكآبة.

٧- الفصام Schizophrenia

الفصام أو الشيزوفرينيا، أحد الأمراض المستعصية على العلاج وهو على صور عديدة فقد يكون حاداً أو مزمناً.

أسبابه : عوامل وراثية - البيئة.
وهو أنواع عديدة منها:

١ - **الهبيرية** : تتميز هذه الحالة بميل المريض إلى النكوص والعودة إلى مرحلة طفولته حيث تبدو عليه البلادة واضطراب التفكير.

٢ - **الكتاتونية** : يتميز سلوك المريض في هذه الحالة بالتبيس الجسمي والنفسي فقد يقف المريض

ومرض الأذن والمرض الشديد وشرب الأشرطة المخدرة

وارتداد العرق فجأة واحتباس الحيض والرعاف وقد يكون وراثياً.

معالجة هذا الداء تكون على حسب درجاته ففي المالمخوليا تكفي الرياضة والسفر وسماع الأنغام وتطلب السرور مع الحماية والراحة

٩- الصرع (Epilepsy)

الصرع هو حالة عصبية تحدث من وقت لآخر اختلال وقتي في النشاط الكهربائي الطبيعي للمخ . وينشأ النشاط الكهربائي الطبيعي للمخ من مرور ملايين الشحنات الكهربائية البسيطة من بين الخلايا العصبية في المخ وأثناء انتشارها إلى جميع أجزاء الجسم ، وهذا النمط الطبيعي من النشاط الكهربائي من الممكن أن يختل بسبب انطلاق شحنات كهربائية شاذة منقطعة لها تأثير كهربائي أقوى من تأثير الشحنات العادية . ويكون لهذه الشحنات تأثير على وعى الإنسان وحركة جسمه وأحاسيسه لمدة قصيرة من الزمن وهذه التغيرات الفيزيائية تسمى تشنجات صرعية ولذلك يسمى الصرع أحيانا **بالاضطراب التشنجي** . وقد تحدث نوبات من النشاط الكهربائي غير الطبيعي في منطقة محددة من المخ وتسمى النوبة حينئذ **بالنوبة الصرعية الجزئية أو النوبة الصرعية النوعية** . وأحيانا يحدث اختلال كهربائي بجميع خلايا المخ وهنا يحدث ما يسمى **بالنوبة الصرعية العامة أو الكبرى** . ولا يرجع النشاط الطبيعي للمخ إلا بعد استقرار النشاط الكهربائي الطبيعي . ومن الممكن أن تكون العوامل التي

تؤدي إلى مرض الصرع موجودة منذ الولادة ، أو قد تحدث في سن متأخر بسبب حدوث إصابات أو عدوى أو حدوث تركيبات غير طبيعية في المخ أو التعرض لبعض المواد السامة أو لأسباب أخرى غير معروفة حالياً . وهناك العديد من الأمراض أو الإصابات الشديدة التي تؤثر على المخ لدرجة إحداث نوبة تشنجيه واحدة . وعندما تستمر نوبات التشنج بدون وجود سبب عضوي ظاهر أو عندما يكون تأثير المرض الذي أدى إلى التشنج لا يمكن إصلاحه فهنا نطلق على المرض اسم **الصرع** .

ويؤثر الصرع على الناس في جميع الأعمار والأجناس والبلدان ويحدث مرض الصرع كذلك في الحيوانات مثل الكلاب والقطط والأرانب والفئران .

ما هو الفرق بين التشنج والصرع ؟؟

التشنج عرض من أعراض الصرع ، أما الصرع فهو استعداد المخ لإنتاج شحنات مفاجئة من الطاقة الكهربائية التي تخل بعمل الوظائف الأخرى للمخ . أن حدوث نوبة تشنج واحدة في شخص ما لا تعنى بالضرورة أن هذا الشخص يعاني من الصرع . أن ارتفاع درجة الحرارة أو حدوث أصابه شديدة للرأس أو نقص الأكسجين وعوامل عديدة أخرى من الممكن أن تؤدي إلى حدوث نوبة تشنج واحدة .

أما الصرع فهو مرض أو إصابة دائمة وهو يؤثر على الأجهزة والأماكن الحساسة بالمخ التي تنظم عمل ومرور الطاقة الكهربائية في مناطق المخ المختلفة وينتج عن ذلك اختلال في النشاط الكهربائي وحدث نوبات متكررة من التشنج .

من هو الطبيب المتخصص في علاج الصرع ؟

أطباء الأمراض العصبية والنفسية وأطباء الأطفال وجراحين الأعصاب وأطباء الأمراض الباطنية كل أولئك الأطباء يستطيعون علاج حالات الصرع . أما الحالات المستعصية في العلاج فإن علاجها يكون في أقسام الأمراض العصبية في المستشفيات العامة أو الجامعية أو في الأقسام العصبية في المستشفيات الخاصة.

هل الصرع مرض معدٍ ؟

لا .. الصرع مرض لا ينتقل بالعدوى ٠٠٠ ولا يمكن أن ينتقل الصرع إليك من أى مريض مصاب بالمرض .

ما هي العوامل التي تؤدي للصرع ؟

من كل ٧ من ١٠ من مرضى الصرع لم يتم معرفة سبب المرض . أما النسبة الباقية فإن السبب يكون واحد من العوامل التي تؤثر على عمل المخ ... و على سبيل المثال فإن إصابات الرأس أو نقص الأكسجين للمولود أثناء الولادة من الممكن أن تصيب جهاز التحكم في النشاط الكهربائي بالمخ . وهناك أسباب أخرى مثل أورام المخ والأمراض الوراثية والتسمم بالرصاص والالتهابات السحائية والمخية .

ودائماً ينظر للصرع على أنه من أمراض الطفولة ولكن من الممكن أن يحدث في أي سن من سنين العمر ويلاحظ أن حوالي ٣٠ % من الحالات الجديدة تحدث في سن الطفولة ، خصوصاً في الطفولة المبكرة وفي سن المراهقة . وهناك فترة زمنية أخرى يكثر فيها حدوث الصرع وهي سن الخامسة والستون من العمر .

كيف يتم تشخيص مرض الصرع ؟

إن أهم أداة في التشخيص هي التاريخ المرضي الدقيق للمريض ويتم ذلك بمساعدة من الأسرة والملاحظات التي تدونها عن حالة المريض والوصف الدقيق للنوبة . أما الأداة الثانية فهي رسم المخ الكهربائي وهو جهاز يسجل بدقة النشاط الكهربائي للمخ وذلك بواسطة أسلاك تثبت على رأس المريض وفيه تسجل الإشارات الكهربائية للخلايا العصبية على هيئة موجات كهربائية . والموجات الكهربائية خلال نوبات الصرع أو ما بين النوبات يكون لها نمط خاص يساعد الطبيب على معرفة هل المريض يعاني من الصرع أم لا . كما يتم الاستعانة بالأشعة المقطعية والرنين المغناطيسي للبحث عن وجود أي إصابات بالمخ والتي من الممكن أن تؤدي إلى الصرع .

كيف يستطيع المريض تجنب حدوث نوبات تشنج أخرى ؟؟

المريض يستطيع المساعدة في التحكم في نوبات التشنج بواسطة الانتظام في العلاج بدقة والمحافظة على مواعيد نوم منتظمة وتجنب التوترات والمجهودات الشاقة والاتصال المستمر مع الطبيب المعالج .

كيف يتم علاج مرض الصرع ؟

يتم علاج الصرع بعدة طرق أهمها العلاج بالعقاقير المضادة للتشنج ، ونادراً ما تلجأ للجراحة كعلاج للنوبات الصرعية المتكررة . والعلاج بالعقاقير هو الخيار الأول والأساسي . وهناك العديد من العقاقير المضادة للصرع . وهذه العقاقير تستطيع التحكم في أشكال الصرع المختلفة . والمرضى الذين يعانون من أكثر من

نادرًا ما ينشأ مرض الصرع عن أسباب وراثية . وهناك بعض الحالات القليلة التي ترتبط فيها أنماط معينة من الموجات الكهربائية للمخ بنوع معين من نوبات الصرع والتي تعتبر وراثية وإذا كان أحد الوالدين مصابًا بهذا الصرع الوراثي، فإن إمكانية تعرض الطفل لمرض الصرع هو تقريبًا ١٠ % ، (نسبة الأطفال الذين يولدون لأباء وأمهات لا يعانون من مرض الصرع ويصابون بهذا المرض هي من ١-٢%). ولذلك فإذا كنت تعاني من الصرع فإننا نقترح أن يتم إجراء فحص وراثي بواسطة طبيبك المعالج لمعرفة مدى احتمال إصابة طفلك بهذا المرض في المستقبل.

أما إذا كان كلا الوالدين يعاني من الصرع الوراثي، فإن النسبة تزداد بالنسبة للأطفال حيث تصبح إمكانية الإصابة هي ٤ : ١ . ومن المفيد أن نلاحظ أنه حتى إذا كان الطفل قد ورث هذا النوع من الصرع، فإن إمكانية التحكم فيه بنجاح باستخدام الأدوية كبيرة. ويجب أن نعلم أن الصرع لا يعوق التطور الطبيعي للشخصية **ماذا يجب عمله للمريض أثناء النوبة ؟** قد تكون لحظات فقدان الوعي أثناء النوبة قصيرة جدًا وبالتالي فهناك القليل الذي يمكن عمله للمريض أثناءها

وفيما يلي بعض الإرشادات البسيطة حول ما يجب عمله :

- لا تحاول أن تتحكم في حركات المريض

نوع من أنواع الصرع قد يحتاجون لاستخدام أكثر من نوع من أنواع العقاقير ذلك بالرغم من محاولة الأطباء الاعتماد على نوع واحد من العقاقير للتحكم في المرض . ولكي تعمل هذه العقاقير المضادة للصرع يجب أن نصل بجرعة العلاج لمستوى معين في الدم حتى تقوم هذه العقاقير بعملها في التحكم في المرض كما يجب أن نحافظ على هذا المستوى في الدم باستمرار ولذلك يجب الحرص على تناول الدواء بانتظام والالتزام الكامل بتعليمات الطبيب المعالج لأن الهدف من العلاج هو الوصول إلى التحكم في المرض بإذن الله مع عدم حدوث أي أعراض سلبية من تناول تلك العقاقير مثل النوم الزائد والأعراض السلبية الأخرى .

هل يشفى مرض الصرع ؟

في الكثير من الأحيان يتغلب الأطفال على مرضهم وفي العديد من الحالات يتغلبون على هذا المرض حين يصلون سن البلوغ ولكن في بعض الحالات يستمر الصرع مدى الحياة ولا توجد أي وسيلة للتنبؤ بما يحدث في كل حالة فردية . وإذا كانت النوبة لم تعاود الطفل لعدة سنوات فمن المحتمل أن يقرر الطبيب إيقاف الدواء ليرى أثر ذلك . فإذا حدث أن عاودت الطفل النوبة فلا داعي للقلق والخوف ... لأنه في جميع الأحوال يمكن التحكم في المرض مرة أخرى وذلك بالعودة لاستعمال العقاقير المضادة للصرع.

ما هو دور الوراثة في مرض الصرع ؟

بالزهايمر القدرة على التعرف على الأماكن ، أو من يحبونهم ، ولا يستطيعون الاهتمام بأنفسهم. كما أن المرض يستمر بين ثمانية إلى عشر سنوات، بالرغم من أن بعض المصابين به ، قد يموتون في مرحلة مبكرة ، أو قد يعيشون لفترة ٢٠ عاما. ويمكن للعلاج أن يساعد على إبطاء تطور الزهايمر ، ولكن لا يمكن الشفاء من المرض ، الذي سمي باسم العالم الألماني الذي اكتشفه عام ١٩٠٦. ويكتشف المرض بوجود رقع plaques ، وكتل tangles حول وداخل خلايا المخ. وتتكون الرقع من نوع من البروتين الموجود بالمخ ، بينما تتكون الكتل داخل الخلايا العصبية بفعل تشوه يصيب بروتينا آخر، وذلك بحسب ما أفادت وكالة رويترز. وبموت الخلايا العصبية ، ينقلص المخ ، ويفقد مظهره المتجدد.

١١ - الصرع الهستيرى

غالبا نسمع أن شخص ما مصاب بالهستيريا او بالصرع الهستيرى ..

حالات الصرع من الحالات التي نسمع عنها وتحصل في بعض البيوت والأماكن العامة لأسباب عدة منها عضوية مرضية- وغالبا نفسية هستيرية- ولكن سأطرق إلى الحالات الشائعة وهي الصرع الهستيرى مع وضع مقارنة بينها وبين الصرع العضوي.

الصرع الهستيرى :

- امنع المريض من إيذاء نفسه - مد جسمه على الأرض أو في الفراش وأبعد أي أدوات حادة أو قطع أثاث عن متناول يده .
- ضع المريض على جانبه وأجعل الرأس مائلاً قليلاً إلى الخلف للسماح للعاب بالخروج ولتمكينه من التنفس .
- لا تحاول إعطاؤه أي دواء أثناء النوبة ولا تحاول إيقافه منها .
- تذكر دائماً أن المريض يكون بعد النوبة مرهقاً وخائفاً ٠٠٠ حاول أن تهدئ من روعه قدر استطاعتك .

١٠ - ألزهايمر Alzheimer

الزهايمر هو مرض يصيب المخ و يتطور ليفقد الإنسان ذاكرته و قدرته علي التركيز و التعلم. و قد يتطور الزهايمر ليحدث تغييرات في شخصية المريض فيصبح أكثر عصبية أو قد يُصاب بالهلوسة أو حالة من حالات الجنون المؤقت. ولا يوجد حتي الآن علاج لهذا المرض الخطير الا أن الأبحاث في هذا المجال تتقدم من عام لآخر. كما أثبتت الأبحاث أن العناية بالمريض و الوقوف بجانبه تؤدي إلي أفضل النتائج مع الأدوية المتاحة.

ولا يعرف العلماء بعد سبب المرض، بالرغم من اعتبار التقدم بالسن أحد العوامل الرئيسية المؤدية له. كما أن المرض يتضاعف كل خمس سنوات بين الأفراد الذين تعدوا سن الـ ٦٥، فيما نجد نصف الذين تعدوا سن الـ ٨٥ سنة مصابين به. ويبدأ الزهايمر بإصابة المريض بفقدان غامض للذاكرة ، ويتطور سريعا، ويفقد المصابون

بدايته	غير محدد	يبدأ في حالة ذهول
أعراضه	هياج غير محدد	نوبة توتر وبعدها تشنجات
لون الجلد	طبيعي	أزرق
الزمن	غير محدد	يتراوح من ٣-٥ دقائق
إيذاء النفس	يتجنب إيذاء نفسه ولا يتبول أثناء النوبة	يقع على الأرض فيؤذي نفسه وقد يكسر وقد يتبول أثناء النوبة
اسبابه	هدف لاشعوري	أمراض عضوية تؤثر على وظيفة المخ.
علاجه	نفسي وسلوكي ومهدئات	مضادات صرع



هو رد فعل لاشعوري للضغوط النفسية كما أنه لا يحدث إلا بوجود الآخرين لمحاولة لفت انتباههم وله هدف من حدوثه كما أنه يظهر في الشخصيات الهستيرية والتي تتميز بتقلب المزاج وتحب الظهور أمام الآخرين مثل الشهرة ولفت الأنظار كما أنها تحدث كثيراً في الأماكن العامة.

مثال على ذلك " في برامج المسابقات نشوف اثنين من المتسابقين أمام الجمهور متحمسين ومنتظرين نتايجهم بوقت ظهور النتيجة نلاحظ الخسران يقع على الأرض هذا هو الصرع الهستيري وطبعاً قليلاً ماتحصل وذلك للتوضيح"

و لكن ما هي أعراضه ؟

الأعراض الحسية : العمى , الصم , فقد الشم , فقد احساس اللسان , فقد احساس اللمس المعروفه بالتمميل .

الأعراض الحركية : الشلل , تشنجات , فقد النطق , صعوبة البلع , بكاء في أغلب الحالات .

العلاج :

طمأنة المريض , اعطاؤه كيس من البلاستيك للتنفس فيه .

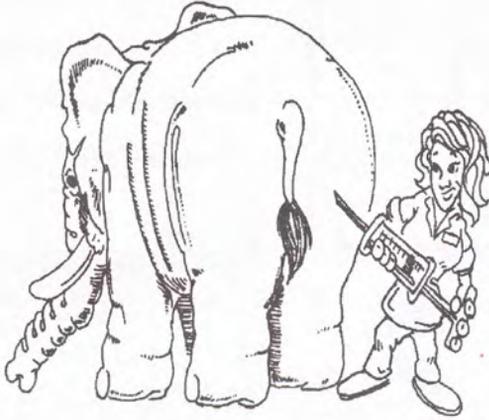
المقارنة بين الصرع الهستيري والعضوي

الصرع العضوي	الصرع الهستيري	
يحدث في أي وقت وحتى أثناء النوم	يحدث أمام الناس	وقته
يفقد المريض وعيه	لا يفقد الوعي	حالة الوعي

الفصل السابع عشر (أمراض مختلفة وعلاجها)

يحتوي هذا الفصل على معلومات عامة عن :

- ١- النقرس الحاد والمزمن
- ٢- الصداع
- ٣- الصداع النصفي
- ٤- الدوار الحركي
- ٥- نقص الوزن غير المعتاد
- ٦- تليف الكبد
- ٧- الأورام و السرطانات أسبابها وطرق الوقاية منها



﴿ انتيفلام Antiflam ، بوتافين Potafen

بريستافلام ١٠٠ مجم Bristaflam

٢- يعطى اقراص تحتوى على مادة

الوبيورينول *Allopurinol* الطاردة لحمض

اليورك ٣٠٠ مجم ٢-٣ مرات يومياً حتى انضباط

نسبة اليورك فى الدم ويعرف ذلك بعمل تحليل دم

، الادوية المحتوية على الوبيورينول مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
No-Uric 300	50tab.	نو-يوريك ٣٠٠ أقراص
١٠٠-No-Uric	.tab ٢٠	نو-يوريك ١٠٠ أقراص
Zyloric 100	30 tab.	زيلوريك ١٠٠ أقراص
Zyloric 300	.tab ٣٠	زيلوريك ٣٠٠ أقراص

٣- يمكن اعطاء مستحضر يحتوى على مادة

كولشيسين Colchicine فى حالة النقرس الحاد

مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Colmediten	10 tab.	كولميديتين
Colchicine	.tab ١٠	كولشيسين
Solvinal	10Sachets	سولفينال فوار
Uricol Plus	sachets ١٢	يوريكول بلس فوار
Urosolvine	12 eff. Sachets	يوروسولفين فوار
Urivin	10 eff. Sachets	يوريفين فوار
UR-AID	6 sachets	يور-ايد فوار
Uralyt - U	.Eff	يوراليت-يو

يوراليت يو *Urafyte-U* فوار الطارد لحمض اليورك

﴿٥٥٠٠﴾

Gout -١- النقرس

R/ Bristaflam tab.

قرص عند اللزوم أو عند الشعور بالم

R/ Urosolvine eff

فوار ٣ مرات يومياً بعد الأكل

R/ Zyloric 300 tab.

قرص مرتين يومياً

مع شرب مياه بكثرة + عدم تناول اللحوم الحمراء والكبد و السبانخ و المشروبات الغامقة و الشاى و القهوة و الكولا

يحدث النقرس الحاد او المزمن نتيجة زيادة حامض اليوريك (البوليك) فى الدم عن ٧مجم لكل ١٠٠ملى دم وينتج عنه ترسب بلورات اليورات الابرية الشكل فى الانسجة والمفاصل محدثة آلاماً شديدة خاصة فى الاصبع الاكبر للرجل وباقى المفاصل .من المأكولات التى تزيد من حامض البوليك فى الجسم :- اللحوم الحمراء ، الكبد ، السبانخ ، والمشروبات الغامقة أيضاً تزيد من هذا الحامض مثل الشاى والقهوة والكولا .لذلك الامتناع عن تناول هذه الاشياء يعتبر جزء اساسى من العلاج .

الادوية المقتولة لعلاج النقرس الحاد والمزمن : ١-

يمكن اعطاء مسكن قوى للالم اذا كان المريض يعانى من الم فى اصابع رجليه او القدمين او الكعبين نتيجة اليورك ..تعطى اقراص تحتوى على مادة الديكلوفيناك بوتاسيوم اقراص ٥٠مجم ٢-٣ مرات يومياً مثل :

٢ - الصداع Headache

صداعاً.

ما هو الصداع وكيف يكون الإحساس به؟

الأدوية والمستحضرات الطبية: هنالك بعض الأدوية التي تستعمل لعلاج بعض الأمراض ومن الأعراض الجانبية لها الصداع مثل دواء النايتروجليسرين المستخدم لعلاج أمراض القلب.

هو الإحساس بآلام في منطقة الرأس وقد يكون الصداع منقطعاً أو مستمراً.. وتختلف مدته على حسب نوعه وأسبابه كما تختلف شدة نوبة الصداع بين ألم خفيف إلى معتدل أو شديد.. وقد يأتي الألم في الجبهة أو الصدغ أو قرب العينين أو في مؤخرة الرأس وقد ينتشر الصداع إلى أحد شقي الوجه أو كليهما.. وقد يصاحب أنواعاً معينة من الصداع أعراض أخرى غير الألم كالغثيان والقيء واضطراب الرؤية والمزاج.

الضغط النفسي: القلق والضغط النفسي وخصوصاً الحالات المزمنة من الاكتئاب والقلق النفسي.

تنظيم وطريقة النوم: وقت الاستيقاظ والنوم ومدة النوم تلعب دوراً مهماً في الإصابة بالصداع وخصوصاً أولئك الذين يعانون من الأرق وعدم انتظام النوم.

أسباب الصداع:

العادات اليومية: مثل التدخين أو التعود على شرب القهوة أو الشاي في وقت محدد قد تسبب صداعاً إذا ما تغير موعد تناولها.

هنالك أسباب كثيرة ومتداخلة في تأثيرها وقد تكون أسباباً عضوية وقد تكون غير عضوية ومنها:

البيئة والأجواء المحيطة: هنالك بعض الناس الذين تسبب لهم التقلبات الجوية صداعاً خصوصاً العواصف وأزيزها المخيف، وتزيد معدلات الإصابة بالصداع في فصلي الربيع والخريف.. كما أن بعض الروائح قد تكون محرضة للصداع مثل دخان السجائر وملطفات الجو، مواد التنظيف، رائحة احتراق الشمع، الرائحة الناتجة من طهي بعض الأطعمة مثل البصل حتى العطور قد تسبب للبعض نوعاً من الصداع.

أنواع الصداع:

+ **صداع عضوي** وهو صداع يحدث بسبب مرض أو إصابة عضوية ونسبة حدوثه تقل عن ١٠% من مجموع حالات الصداع.. الصداع العضوي قد ينشأ عن أسباب عدة.

+ **صداع غير عضوي**، وهو الصداع الذي لا يحدث بسبب مرض أو إصابة ونسبة حدوثه تتجاوز ٩٠% من حالات الصداع. الصداع غير العضوي قد ينشأ بسبب تبدلات فيزيولوجية أو عن تبدلات وظيفية في مناطق معينة من الرأس كالأوعية الدموية والعضلات والتي تنتج عن

الطعام الذي نتناوله: تختلف الأطعمة المسببة للصداع من شخص لآخر وذلك على حسب تحسسه لها ومن أشهر المشروبات المسببة للصداع الخمور والبيرة، الشوكولاتة قد تسبب

الوجه أو السقوط أو الاصابات الرياضية أو بعض العادات الفموية الخاطئة مثل صك الأسنان والضغط عليها بشدة أو قضم الأظافر أو وضع بعض الأدوات داخل الفم مثل الأقلام والمسامير ، كما قد يصاب المفصل الصدغي باختلال نتيجة عدم توازن الاطباق بين الفكين ووجود اختلال فيه.. أو اصابة المفصل بالالتهابات الروماتيزمية أو الأورام اضافة إلى التهاب عصب السن وتسوس الأسنان وتكون الخراجات حول جذورها والتي يعتبر الصداع أحد أهم أعراضها.

*أنواع الصداع غير العضوي:

أكثر أنواع الصداع غير العضوية شيوعاً هي:
 + الصداع اليومي المزمن.
 + صداع الشقيقة migraine
 + صداع التوتر tension headache
 + الصداع العنقودي cluster headache

الصداع اليومي المزمن:

وهو الصداع الذي يصيب الإنسان أكثر من ١٥ يوماً في الشهر وعادة ما يكون نتيجة الازهاق والتعب وعادة ما يصيب شقي الرأس الأيمن والأيسر يحس معه المرء بألم ضاغط ويتركز هذا الألم في الرقبة والجزء الخلفي من الرأس، وضحايا هذا النوع من الصداع يلاحظ عليهم استهلاك كمية كبيرة من المسكنات الأمر الذي يزيد الوضع سوءاً حيث يتعود الجسم على هذا النوع من المسكنات ويصاب بالصداع اذا لم يتناولها ويفضل لو استعيض عن هذه المسكنات بطرق أخرى مثل الاسترخاء وتقليل الجهد

استجابة الجسم لمحرضات تحدث تبدلات في الوظائف.

* أنواع الصداع العضوي:

هناك المئات من الأسباب لحالات الصداع الناتج عن مرض عضوي مثل:

+ ارتفاع ضغط الدم الكبير والحاد.

+ اضطرابات أعضاء الجسم مثل:

اضطرابات العين،التهاب الملتحمة حافة الجفون وغشاء مقلة العين ، خراج أو دمل الجفن عند منبت أو جذر الرموش ، قصر أو انحراف بصر يلاحظ اختفاء الصداع بعد تصحيح الرؤية لدى البعض.

+ النظارات الجديدة ربما تكون من أسباب الصداع بسبب ضغطها على الأصداع أو الأنف.

+ الجلوكوما.

+ التهاب عصب خلف المقلة.

+ التهاب الأذن الوسطى الشائع عند الأطفال.

+ التهاب الجيوب الأنفية.

+ مشاكل الأسنان.

+ الامسك.

+ صداع ما قبل الحيض.

* الصداع الناتج من آلام الأسنان والفكين والفم:

عادة ما تؤدي أمراض واعتلالات المفصل الصدغي إلى حدوث الصداع، والتي تحدث نتيجة الصدمات أو تعرض المفصل للرض أو الكسر أثناء حوادث السيارات، أو التعرض للطمات على

يشكو بعض الناس من صداع مرتبط بالتغير المفاجئ للضغط الجوي. أما التعرض لأشعة الشمس مباشرة ولفترة طويلة قد يسبب صداعاً نابضاً لبعض الأشخاص. وهذا النوع من الصداع يختلف عن صداع الشقيقة الذي يتأثر من وهج الشمس.

صداع الخمر

الكحول تمدد الأوعية الدموية وبالتالي من الممكن أن تسبب صداعاً يسمى صداع الخمر hangover، وهو يصيب متعاطي الخمر في صبيحة اليوم التالي.

صداع الجوع

آلية صداع الجوع أو قلة الطعام لاتزال مجهولة، فالاعتقاد القائل بأن صداع الجوع يحدث بسبب انخفاض نسبة السكر في الدم، كمرض السكرى، لم يتأكد بعد. صداع الجوع يحدث بسبب تأخير أو عدم تناول وجبة من الوجبات أو أكل القليل من الطعام.

صداع الكافيين

يوجد الكافيين في الشاي والقهوة وكثير من المشروبات وله القدرة على تقليص الأوعية الدموية. ولذلك فهو قادر على تخفيف الصداع الذي له علاقة بالأوعية الدموية. فالمدمنون على الكافيين تتكيف الأوعية الدموية لديهم على حالة شبه منقبضة، والإقلاع المفاجئ يسبب تمدداً للأوعية الدموية وبالتالي الصداع. كما أن زيادة كمية الكافيين تسبب صداعاً أيضاً بسبب الجرعة الزائدة. يستخدم الكافيين في أدوية مسكنات الألم

المبذول وعمل بعض التمارين والمساج للجسم.

الشقيقة: سيتم شرحها لاحقاً

صداع التوتر:

يصيب هذا النوع من الصداع الجميع ويشكل نسبة ٩٠% من الصداع الذي يصيب الناس، وتظهر آلامه على هيئة حلقة تحيط بالرأس وتضغط عليه ولا يصاحبه عادة غثيان وعدم تحمل للضوء أو تضايق من الأماكن المضيئة ويستمر من نصف ساعة إلى أسبوع.

الصداع العنقودي:

ويصاحبه ألم شديد يحس به المرء في منطقة خلف العينين ويمتد إلى منطقة الصدغ والأنف والفم. ويصيب الرجال بنسبة ستة مرات أكثر من النساء كما أنه يصيب المدخنين بشكل أكبر، وقد يستمر الصداع من ١٥ دقيقة إلى ثلاث ساعات ثم يهدأ بعدها وبعد مدة يبدأ من جديد وقد يصاب به المرء أكثر من مرة في اليوم الواحد ولهذا سمي بالعنقودي.

أنواع أخرى من الصداع:

صداع الطقس

الطقس البارد والرياح الجافة وأشعة الشمس قد تكون من مسببات الصداع. فالرياح الشديدة البرودة تسبب تقلص عضلات الرأس وبالتالي من الممكن أن تسبب ألماً إما في مقدمة الرأس، الأصداع أو مؤخرة الرأس وذلك حسب مجموعة العضلات المتقلصة. أيضاً عندما تهب رياح جافة

الكمبيوتر ، أو في عدسة المجهر ، أو أثناء القراءة لفترة طويلة ، أو التدقيق في مواد صغيرة قد يسبب صداعاً. ينصح في هذه الحالات الابتعاد عن الشاشة بقدر الإمكان ووضع إضاءة مناسبة وعدم تركيز البصر لفترات طويلة على نقطة ثابتة. وإذا كان السبب عدم وضوح الرؤية فينصح باستشارة طبيب عيون.

صداع النوم

النوم لمدة طويلة أو لمدة قصيرة أو النوم العميق جداً أو اختلاف موعد النوم عن المعتاد اضطراب الساعة البيولوجية- قد يكون سبباً للصداع.

صداع التسوق

الضوضاء والتوتر وحرارة الطقس المرتفعة والجو الخانق وأضواء النيون الفلورية fluorescent- المتألئة أثناء التسوق قد يثير الصداع.

صداع الضجيج

الأصوات المرتفعة لمستوى الضوضاء والضجيج كآلات المصانع أو الموسيقى الصاخبة قد تسبب صداعاً إما بسبب الضجيج أو الانفعال الناتج عنه.

صداع العلكة اللبان

مضغ العلكة لمدة طويلة يؤدي إلى انقباض وتعب في عضلات الفكين وبالتالي ربما يكون سبباً للصداع.

هل من الممكن أن يصيب الصداع الأطفال؟

نعم قد يصيب الصداع الأطفال وكلما تقدم العمر

لتخفيف الصداع الذي له علاقة بالأوعية الدموية ولتحسين امتصاص مسكنات الألم.

صداع الروائح

الروائح القوية النافذة سواء كانت رائحة عطر أم رائحة طهو تستطيع إثارة الصداع أو زيادة شدته عند بعض الأشخاص خاصة المصابون بالشقيقة.

صداع الأدوية

قد ينجم الصداع نتيجة تناول دواء ما كأثر جانبي لذلك الدواء. بعض الأدوية التي تسبب الصداع عند بعض الناس تشمل بعض الأنواع من أقراص منع الحمل ، أدوية معالجة ارتفاع ضغط الدم، أدوية معالجة الصداع أو الأدوية النفسية.

صداع التمارين الرياضية

الممارسة العنيفة للتمارين الرياضية في فصل الصيف أو في المناطق المرتفعة قد تسبب الصداع عند بعض الناس.

صداع السعال

الصداع الناتج عن السعال أو العطس أو الانحناء ربما يشير إلى وجود مشكلة صحية وذلك يستدعي مراجعة الطبيب للتأكد من أن الصداع غير ناتج عن سبب مرضي مثل أورام الدماغ.

صداع الحيض

احتباس السوائل قبل الحيض أو الانفعال قد يثير الصداع عند بعض النساء.

صداع إجهاد العين

التركيز الشديد على شاشة السينما، التلفزيون،

٣- الصداع النصفي (الشقيقة)
Migraine

R/ migranil tab.

٢ قرص عند اللزوم

الشقيقة عبارة عن متلازمة أعراض تسبب عادة ألماً في أحد شقي الرأس يدوم ما بين الساعة والثلاثة أيام ويصاحب هذا الألم عدة أعراض تشمل على اضطرابات بصرية وسمعية وعصبية كالتحسس الزائد من الضوء والصوت، اضطرابات في المعدة كالغثيان والقيء، أو الاثنين معاً. تصاب النساء بالشقيقة أكثر من الرجال.

الاضطرابات البصرية والعصبية والتي عادة تسبق نوبة الشقيقة تكون نتيجة انقطاع الدم عن لحاء الدماغ الذي يحتوي على خلايا عصبية مسؤولة عن الإدراك والكلام والتفكير. الشقيقة مرض يتميز بتمدد الشرايين والأوردة الكبيرة وتقلص الأوعية الدموية الصغيرة التي تنقل الدم من الشرايين إلى الأوردة وبالتالي تمنع وصول الدم إلى لحاء المخ مسببة بذلك اضطرابات بصرية وأحاسيس أخرى.

* ما هي مراحل نوبة الشقيقة؟

لنوبة صداع الشقيقة مراحل:

مرحلة البوادر أو الإنذار المبكر.
مرحلة النسمة أو aura أوري.
مرحلة المعاناة أو الألم.
مرحلة انحسار أو انحلال الألم أو النوبة.
مرحلة ما بعد النوبة.

بالطفل كلما زاد احتمال إصابته بالصداع وعادة ما يكون الصداع الذي يصيب الأطفال نتيجة وجود التهاب في الأذن أو الفم أو اللوزتين أو إصابته بالبرد أو الحمى كما أن سقوط الطفل على رأسه أو تلقيه لضربة على رأسه قد يسبب له ألماً وصداعاً في الرأس.

و أخيراًالعلاج الحقيقي للصداع هو زوال العامل الذي يسببه كالعوامل التي ذكرت .

الادوية المقترحة لتسكين الصداع :

١-اولاً يجب معرفة سبب الصداع وعلاجه ان امكن ذلك .

٢-ثانياً اعطاء ادوية تحتوي على باراسيتامول المسكن للصداع الخفيف والمتوسط ١-٢ قرص عند الحاجة ويمكن اعطاء هذه المادة اثناء فترة الحمل بامان امثال هذه الادوية < ايبومول ، ادول ، بارامول ،بانادول ، بيرامول ، بيرال ، باراسيتامول ، سيتال .

< لحالات الصداع المتوسط والشديد يمكن ايضاً اعطاء احد الادوية الاتية قرص عند اللزوم ، ولكن لا تستخدم للسيدات اثناء الحمل مثل < ادوية تحتوي على كيتوبروفين مثل :

<< كيتوفان ، كيتولجين ، بروفينيد >>

< ادوية تحتوي على جلافينين مثل << جليفانان >>

< ادوية تحتوي على باراسيتامول مع مسكن اخر مثل << سيتافين (باراسيتامول + ايبوبروفين) >>

<< وهذه الادوية لتسكين الالم لحين معرفة السبب الحقيقي وراء الصداع .

أما أعراض النسمة العصبية قد تشتمل على الإحساس بالوخز أو الخدر أو البرودة في الذراع والوجه بما في ذلك الفم واللسان أو إصابة جانب واحد من الجسم بضعف أو حتى شلل وربما تشتمل الأغراض على صعوبة في النطق.

٣- مرحلة المعاناة أو الألم :
عندما تزول العوارض السابقة يبدأ الألم عادة في الصدغ، حول العين، أو الجبهة، يبدأ الألم كانزعاج ويستمر متزايداً إلى أن يصبح وجعاً ثم ألماً نابضاً. صفات وخصائص صداع الشقيقة تكون عرضة للتبدل من صداع ذات طابع عابر إلى صداع مستقر ودائم ويكون عادة في جزء واحد من الرأس، قد يكون الأيمن أو الأيسر، أو قد ينتقل يميناً ويساراً في النوبة الواحدة. عند البعض يبدأ الألم من مؤخرة العنق ويتشعب صاعداً إلى الجبهة أو بالعكس.

بازدياد الألم تزول الشهية، ويبدأ الدوار، والتقيؤ، وتصبح الأصوات والأصوات وروائح معينة غير محتملة.

٤- مرحلة انحسار أو انحلال الألم أو النوبة :
النوم لبعض الوقت يعتبر من أكثر الطرق فاعلية لإنهاء نوبات الشقيقة. أيضاً التقيؤ المصاحب لنوبة الصداع قد ينهي النوبة وبالذات عند الأطفال. كما بدأ الألم ببطء فمعظم حالات الشقيقة تزول ببطء أيضاً.

٥- مرحلة ما بعد النوبة :

يوجد تفاوت شخصي أو فردي بالنسبة لمراحل نوبات الشقيقة، فقد تغطي أي من المراحل على الأخرى أو ربما تتميز بخصائص إضافية.

١- مرحلة البوادر أو الإنذار المبكر:
قد تبدأ مرحلة بوادر النوبة قبل مرحلة المعاناة عند البعض بيوم واحد أو بعدة ساعات وخلالها ربما يشعر المريض بمجموعة من أحاسيس تنذر بقرب حدوث النوبة.. الأحاسيس والعوارض المنذرة والأكثر انتشاراً قد تشتمل على أي من التالي:

+ الإحساس بتعب غير عادي.
+ التثاؤب.
+ تقلبات في المزاج انفعال زائد، كآبة شديدة، أبتهاج، أو تشوش فكري.
+ الرغبة في تناول أطعمة معينة.

٢- مرحلة النسمة:
وفيها يشعر المريض في مرحلة النسمة وبشكل تدريجي أو بطئ باضطرابات بصرية، سمعية أو عصبية تسبق مرحلة الصداع أو الألم بحوالي ٢٠ - ٣٠ دقيقة ويتبعها الصداع خلال ساعة إلى ساعتين. الاضطرابات البصرية هي أكثر أعراض النسمة وقد تشمل مشاهدة أنوار ساطعة وخاطفة أو قوس من النور أو تعتيم وتشوش في مجال الرؤية. بالنسبة للاضطرابات السمعية فإن كثير من المصابين يشكون من سماع أصوات داخل رؤوسهم كالهمس أو الدمدمة، والبعض قد يشعر بدوامة وكان كل شيء يدور به أو من حوله.

٤ - الدوار الحركي

سُميت هذه الحالة بالدوار الحركية نظراً لأنها تحدث نتيجة ركوب السيارات أو القطارات وتسمى أحياناً دوار البحر لأنها تصيب نسبة كبيرة من راكبي السفن البحرية خاصة إذا كانت هناك امواج شديدة ، ومن علاماته الاحساس بالغثيان والرغبة في القيء .

معلومة عامة : من المعروف ان حركة المرئ الطبيعية من اعلى الى اسفل فانت عندما تبلع الطعام فانه يتحرك من البلعوم الى المعدة لاسفل ولا يرتد لفمك لاعلى ، وفي حالة الغثيان فان حركة المرئ تتوقف والغثيان غالباً يسبق القيء ومن الطبيعي ان نقول انه في حالة القيء ان حركة المرئ تنعكس ويتحرك

من اسفل الى اعلى ، وهذا ما يحدث فى جميع حالات القيء

وكيف تعمل الادوية المضادة للقيء ؟

تعمل الادوية المضادة للقيء باعادة الحركة الطبيعية للمرئ

الادوية المقترحة لعلاج الدوار الحركي

يمكن اعطاء درامامين Drammamine او اقراص سلطان Sultan قبل السفر بساعة ، وهذه الادوية تمنع حدوث القيء وكذلك لها تأثير مهدئ

تختلف آثار ما بعد النوبة من شخص إلى شخص ولكن معظم المصابين يشعرون بالإعياء أو الإنهاك والبعض ينتابه شعور بالراحة أو البهجة.

ما هي أنواع الشقيقة؟

يوجد نوعان أساسيان للشقيقة هما :-
١- الشقيقة العادية أو الشائعة وتتميز بخلوها من النسيم أو الأورة، وهو النوع الشائع من الشقيقة. والنوع الثاني هو ٢- الشقيقة الكلاسيكية التقليدية وتتميز بوجود النسيم، وهذا النوع من الشقيقة يوجد منه عدة أنواع فرعية غير شائعة أو نادرة الحدوث.

الصداع النصفي له اسباب عديدة مثل الاضطرابات النفسية، قليل من السيدات التى تتناول اقراص منع الحمل ، الا ان الصداع النصفي مثل الصداع الكلى معظم حالاته غير معروف سببها ، ولم يتوصل العلم حتى الان الى تغطية تشخيص جميع حالات الصداع التى يتعرض لها بنو البشر ، وعلى كل فان علاج حالات الصداع النصفي اياً كان سببها واحد .

الادوية المقترحة لعلاج الصداع النصفي :

يمكن استعمال ادوية تحتوى على مادة الارجوتامين ergotamine مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Amigraine	20 tab	أميجران
Migranil	tab ٢٠	ميجرنيل
Metograin	20 tab	ميثوجرين
NoMigrain	tab ٢٠	نوميجران
Spasmomigrain	20 tab	سبازموميجران

وللعلاج والوقاية يمكن استعمال سيبيليوم كبسول . Sebelium

٥- نقص الوزن غير المعلل

نقص الوزن مظهر مرضي لمجموعة كبيرة من الأمراض الحادة أو المزمنة، ويحدث في نطاق واسع من الحالات تشمل الأمراض الاستقلابية والغدية، وحالات التسمم الدوائي، والأورام الخبيثة، والاضطرابات النفسية.

أهم أسباب نقص الوزن:

أ - نقص الوزن مع شهية طبيعية أو مزداة:

١- السكري.

٢- فرط نشاط الدرق.

ب - نقص الوزن مع شهية ضعيفة:

١ - الحمى.

٢- الاضطرابات النفسوية.

٣- الأسباب الغذائية.

٤- اضطرابات الفم والبلعوم.

٥- تأثير دوائي.

٦ - الأورام الخبيثة.

ج - انقطاع الشهية ونقص الوزن كعرض:

١ - الأمراض الانتانية.

٢- الاضطرابات الاستقلابية: (نقص نشاط

النخامية - فرط نشاط الدرق - داء أديسون) .

٣ - أمراض الدم: (فقر الدم بجميع أنواعه - الورم

اللفاوي وبيضايات الدم) .

٤- أمراض الكلى.

٥- حالات سوء الامتصاص (الاسهال).

٦ - أمراض الكبد: (التهاب الكبد الحاد-التهاب

الكبد المزمن وتشمع الكبد)

٧- الأمراض الخبيثة: (سرطان المعدة - سرطان

الكولون - سرطان المعثكلة - أورام خبيثة

أخرى)

٦- تليف كبدى Liver cirrhosis

تليف كبدى يطلق عليه تشمع الكبد عندما يصاب الكبد بأضرار حيث التليف يحل محل الأنسجة السليمة به مما يعوقه عن العمل جيدا . وهذا التليف يظهر بعد عدة سنوات من إتهاب الكبد حيث تحيط الأنسجة المتليفة بالخلايا السليمة مما يجعل الأنسجة تصبح كالعقد . وهذه الأنسجة العقدية يمكنها إغلاق القنوات المرارية وجعلها متورمة مما يجعل السائل المراري يرتد للكبد ومجري الدم . كما أن هذه الأنسجة العقدية يمكنها منع تدفق الدم من الأمعاء للكبد مما يزيد الضغط في الأوردة التي تتصل بهذه المنطقة وتمدها بالدم ولاسيما منطقة الوريد البابي . وهذه الحالة يطلق عليها ارتفاع الضغط البابي *hypertension portal* مما يجعل الماء يتراكم في الجسم ويحدث نزيفا دمويا من الأوردة المنتفخة في القناة الهضمية . وأسباب تليف الكبد عديدة وقد يكون لأسباب غير معلومة وقد يستغرق تليف الكبد لمدة ٢٠ عاما . ومن الأسباب التي تعجل بظهوره شرب الخمر لسنوات أو بسبب إتهاب كبدى فيروسى مزمن (بي أو سي) . وهناك أدوية كالأستامينوفين *acetaminophen* (بانادول وأبيمول وبارامول) والأيبوبروفين والكيبتوبروفين ونابروكسين تتسبب في تعجيل تدمير الكبد لو كان مثليا وتزيد من مخاطر النزيف الوريدي لوكانت الأوردة متضخمة في القناة الهضمية . وأعراض تليف الكبد الحاد , كف اليد تصبح حمراء لتمدد الشعيرات الدموية بها وتجمعات دموية تحت الجلد

المريض لاكتلوز لمنع تكوين الأمونيا وسموم البكتريا بالأمعاء الغليظة مع الإقلال من تناول البروتينات في حالة سوء حالة الكبد. لأنه لن يستطيع إستغلالها علي الوجه السليم وقد يحولها لسموم . كما يمكن تناول *metronidazole or neomycin*, لمحاربة السموم بالدم . مع تجنب المهدئات أو المنومات فقد تزيد التشوش العقلي سوءا . وأهم ما يتبعه مريض الإلتهاب الكبدي هو الإقلاع عن شرب الخمر حتي ولو كانت ليست السبب في التليف . والإقلال من تناول ملح الطعام الذي يتعارض مع مرض الإستسقاء يعتبر أحد مضاعفات التليف الكبدي . والإقلاع عن التدخين يساعد علي تحسن الصحة لو أن المريض سوف يزرع له كبد . وقد ينصحك الطبيب بتناول الفيتامينات المتعددة مع تجنب تناول عنصر حديد زائد . ومطلوب لمريض التليف الكبدي تنظيف الأسنان يوميا حتي لا يصاب بالعدوي (خراج) . والمريض يأخذ جرعة وقائية سنوية من مصل الإنفلونزا . لأن الإصابة بالبرد تزيد الحالة سوءا . ولقد وجد أن خلاصة عشب *milk thistle* (موجود بمصر حاليا) تحمي الكبد من الإلتهاب . لكنها لا تصلح التلف ولا يعالج العدوي بفيروس *B* أو *C* . وعلي المريض تجنب تناول الأعشاب من العطار فقد تجعل الحالة أكثر سوءا ولاسيما نبات كافا *Kava* الذي له تأثير سيء علي أمراض الكبد .

وتبدو الشعيرات عنكبوتية وتظهر في الصدر والكفين وظهور الإستسقاء حيث تتجمع السوائل بتجويف البطن وتورم القدمين والساقين . والمريض يظهر عليه الإستسقاء *ascites* (إمتلاء البطن بالماء) وقد يهدد حياة المريض , إذا لم يضبطه ويتغلب عليه , بالإقلال من الملح وتناول مدرات البول *furosemide* و *spironolactone* أو إتباع البزل *Paracentesis* بإبرة خاصة لتصفية الماء من تجويف البطن في حالة عدم الإستجابة لمدرات البول . أو الطعام يكون خاليا من الملح , مع تناول حقن مضادات حيوية في حالة وجود عدوي بكتيرية بالغشاء البريتوني بالبطن . وقد يلجأ المريض لشق البطن للتخلص من الماء الزائد . وقد يحدث لمريض التليف نزيف وريدي في الجهاز الهضمي مما يهدد حياته . لهذا عليه تجنب تناول الأسبرين وأدوية المسكنات كالبروفين والكيروفان والنبروكسين . وللتغلب علي إحتمال وقوع النزيف الوريدي نتيجة لإرتفاع الضغط البابي *portal hypertension* يمكن للمريض تناول مغلقات بيتا (*propranolol and nadolol*) . كما يمكن للمريض تناول أدوية قابضة للأوعية الدموية *Vasoconstrictor medications* لوقف النزيف الفجائي حيث تقلل تدفق الدم من الأوردة البابية وتضييقها مؤقتا . ومن بين هذه الأدوية *octreotide, and vapreotide, Somatostatin* . وهناك عمليات جراحية بالمنظير لوقف النزيف . وفي حالة ظهور خلل في التفكير نتيجة لتراكم السموم بالدم ونفايات البكتريا بالأمعاء الغليظة وعدم تمكن الكبد من التخلص منها , حيث تؤثر علي وظائف المخ . ولعلاج هذه الحالة يتناول

٧- الأورام و السرطانات أسبابها و طرق الوقاية منها

بوسيط كالأوعية الدموية أو الليمفاوية.

* ما الأسباب التي تساعد على حدوث الأورام؟

عموما السن والنوع فبعض الأورام تحدث في فترات أعمار معينة سواء في الكبار أو الصغار وكذلك ذكر أم أنثى، وتوجد بعض العوامل الأخرى خصوصاً العوامل الوراثية والأورام التي تحدث بين الأقارب وهذه تمثل نسبة ضئيلة لا تتعدى ٥-١٠% من حالات الأورام.

* ما أسباب السرطان «المسرطنات»؟

لا تزال الأبحاث العلمية مستمرة لبيان أسباب الأورام الخبيثة ويمكن تقسيمهم إلى:-
١- مواد كيميائية
٢- التعرض للإشعاع
٣- بعض الأمراض والفيروسات.

* هل يمكن الوقاية من المسرطنات الكيميائية؟

طبعاً ويمكن تجنبها وهي تشمل المواد الكيميائية الناتجة من كثرة قلي أو شواء الطعام كاللحوم والأسماك وكذلك التعرض لمادة «نتروز أمين» والتي قد تؤدي إلى سرطان الجهاز الهضمي «المرىء المعدة...» وكذلك التعرض «لصبغات الانيلين» المستخدمة في صناعة المطاط والجلود وكذلك مصانع الأصباغ وأعمال السباكة التي تؤدي إلى سرطان بالمثانة.

التعرض للمواد الهيدروكربونية «اروماتيك امين» في التدخين ومواد البنزين تؤدي إلى سرطان بالرئتين والجهاز التنفسي وكما هو الحال بالتعرض لأبخرة المعادن كالكصدير والنيكل. وقد تتكون المواد الكيميائية الضارة «افلاتوكسين»

ما طبيعة الأورام؟

الورم هو التضخم أو التورم وهو أحد ثلاثة أنواع :-

+ إما حميد «وتكون الخلايا مشابهة لخلايا الجسم الطبيعية وغالبا محاط بجدار أو كيس والعلاج يكون بإزالته جراحيا مع عدم ارتجاعه مرة أخرى»

+ وإما متوسط «وهو بنفس مواصفات الحميد ولكنه يتخلل فيما حوله من أنسجة الجسم الطبيعية ويتم استئصاله بمنطقة أمان حول الورم لضمان عدم ارتجاعه مرة أخرى»

+ ولكن الأورام الخبيثة «تكون الخلايا فيها غير مشابهة لخلايا الجسم الطبيعية ووظيفتها الأساسية هي التكاثر والانتشار إما مباشرة فيما حولها من أنسجة أو عن طريق الأوعية الدموية أو الليمفاوية ليصيب أجزاء أخرى بعيدة عن الورم الأصلي كالكبد والعظام والمخ والرئتين.»

* كيف يتكون الورم؟

لتكوين الورم فإنه يمر بخطوات عديدة ويمكن عموماً تقسيمها لمرحلتين أساسيتين.

١- مرحلة التحول وتتم بفترة طويلة قبل حدوث الورم ويبدأ التحول من النواة بطفرة في الجينات نتيجة لعدة عوامل إما وراثية أو التعرض لمواد كيميائية أو إشعاعية أو بعض أنواع الفيروسات.

٢- المرحلة الثانية وهي التضاعف ويتم فيها التغيير في سلوك الخلية فيحدث التكاثر والتضاعف في العدد الكلي وكذلك الانتشار إما مباشر أو

بجمنتوزا.»

***هل الأمراض والفيروسات تؤدي إلى السرطان؟**

ليست جميع الأنواع، فبعض الأمراض المزمنة كالقبد الوبائي «ب أو ج» وكذلك بعض أنواع الفيروسات قد تؤدي لأورام سرطانية كفيروس «اتش بي في» الذي يؤدي لسرطان عنق الرحم وفيروس «اي بي في» الذي يؤدي لأورام بالغدد الليمفاوية أو فيروس «ار ان ايه» يسبب اللوكيميا.

***هل الغذاء يمكن ان يكون ضاراً بالصحة؟**

فعلاً بعض أنواع الغذاء كالطعام المصنع كاللانشون والأجبان المطبوخة والبيتزا أو الوجبات السريعة الجاهزة كالفراخ المحمر والهمبرجر قد يسبب خطورة لصحة الإنسان وخصوصاً الأطفال.

***هل ممكن لهذه الأغذية ان تسبب السرطان؟**

نعم، فالدراسات الحديثة أثبتت وجود بعض المواد المسببة للسرطان كمادة «فيورانس» ومادة «الديوكسين» «الفوجبات السريعة كفاتر البيتزا» والأيس كريم التي تؤثر على الأطفال خصوصاً قبل سن الخمس سنوات.

***هل الزيت والسمن الصناعي المستخدم**

باستمرار للقلبي مضر؟

نعم فالزيت أو السمن الصناعي والزيوت المهدرجة بمرور الهيدروجين داخل الزيت ليصل إلى درجة التجمد والتي تستخدم لقلبي البطاطس أو الدجاج فعند تسخينها تنتج سموماً وأنواعاً غير طبيعية من الدهون تؤدي إلى تدمير الجهاز

نتيجة نمو بعض الفطريات بسبب سوء تخزين الحبوب كالقمح وتصل هذه المادة عن طريق الدقيق المستخدم في إنتاج الخبز.

بعض الأدوية الكيميائية والهورمونات والأدوية المثبطة للمناعة قد تؤدي لأورام سرطانية. التعرض للاسبستوس وصناعات البلاستيك قد تؤدي لأورام بالصدر.

***ما أنواع الإشعاع الضار بالجسم ويؤدي لأورام**

سرطانية؟

الاشعاعات المؤينة والموجات الكهرومغناطيسية الناتجة من خطوط الكهرباء ذات الفولت العالي قد تؤثر على المنازل القريبة منها لتكون مشبعة بمجالات كهربائية أقوى من المجالات الكهربائية الموجودة في المنازل العادية وقد وجد ارتفاع نسبة إصابة الأطفال باللوكيميا في هذه المناطق عنها في غيرها ولكن بالرغم من وجود ارتفاع نسبة إصابة الأطفال باللوكيميا في هذه المناطق عنها في غيرها ولكن بالرغم من وجود هذا الخطر إلا انه لم يثبت بالدليل العلمي الواضح سبب هذه العلاقة حتى الآن، والتعرض للأشعة السينية وأشعة جاما والاشعاعات الجزيئية قد تؤدي إلى أورام بالغدد الليمفاوية أو لوكيميا الدم كما في التعرض للاشعاعات النووية وكذلك بعض عمال المناجم يمكن تعرضهم لهذه الاشعاعات وتؤدي إلى سرطان بالرئة.

أما الأشعة فوق البنفسجية فتسبب سرطان الجلد إذا تم التعرض لها بدرجة كبيرة وخصوصاً في الحالات التي تعاني من خلل في إصلاح الحمض النووي «دي ان ايه» كحالات «زيزو ديرما

*** ما طرق الوقاية من السرطان؟**

تجنب جميع الأسباب المعروفة التي قد تؤدي إلى ارتفاع نسب الإصابة بالسرطان قدر المستطاع. التوازن في الغذاء والإقلال من الأغذية المقلية والمشوية والإكثار من الخضروات والفواكه الطازجة وكذلك من الأغذية التي تقي من الأورام كالثوم والبصل والكرنب والقرنبيط وحب البركة والطماطم.

استخدام مضادات الأكسدة والفيتامينات تؤدي إلى الإقلال من احتمالات الإصابة بالسرطان كفيتامين أ ومشتقاته يقلل الإصابة بسرطان الجلد والمثانة والرئة والثدي والفم.

فيتامين E ومادة سيلينيوم تقلل الإصابة بأورام الجهاز الهضمي والرئة والبروستاتا.

الكالسيوم وجرعات قليلة من الاسبرين تقي القولون من الأورام لأنها تقلل مادة

البروستاجلاندين في الغشاء المخاطي للقولون والتي تؤدي إلى ارتفاع معدل الإصابة بسرطان القولون.

المناعي، هذا بالإضافة إلى ان الإفراط في تناول البطاطس المقلية في الزيت والخبز المحروق قد يؤدي إلى السرطان حيث تحتوي على مادة الاكريلاميد التي تسبب السرطان إذا تعرض لها المستهلك بنسبة عالية، فقد أثبتت بعض الدراسات المصرية ان نسبة الاكريلاميد تصل إلى ٣ أجزاء من المليون عند فحص عينات البطاطس التي تم تحميرها في المعمل لمدة ٥ دقائق اما الخبز المحروق فقد يصل إلى النسبة إلى ٥ أجزاء في المليون، علماً بأن النسبة الآمنة لتعرض المستهلك للاكريلاميد هي ١٢ ميكروجراماً في اليوم فقط وهي أقل بكثير من التي نتعرض لها في غذائنا.

*** ما خطورة هذه النشويات المحترقة؟**

النشويات المحترقة تولد مواد ضارة قد تؤدي إلى سرطان الجهاز الهضمي والقولون، فالمطلوب منا التوعية وخصوصاً للأطفال حيث أنهم الأكثر عرضة للمخاطر وكذلك الرقابة على الأغذية بقدرة علمية عالية الدقة لقياس هذه المواد الكيميائية والإقلال من تناول البطاطس المقلية واللحوم والدجاج والمعالج بدرجات حرارة عالية، فهذا التوازن مطلوب في كل شيء.

*** هل تغذية الأطفال ذات المكسبات اللون والطعم**

والراحة مضرّة؟

نعم لأن معظمها مواد كيميائية وغير طبيعية وتؤثر على صحة الأطفال خصوصاً لأن خلايا الجهاز المناعي للأطفال في مرحلة نمو فتكون الخلايا أكثر عرضة لطفرات الجينات عنها في كبار السن.

الفصل الثامن عشر: معلومات عن التحاليل الطبية

يحتوى هذا الفصل على الأتى :

- ١- فحص وظائف الكبد
- ٢- فحص وظائف الكلى
- ٣- تحليل صورة الدهون الكيميائية
- ٤- الفحوصات الخاصة بمرض السكر
- ٥- تحاليل الدم
- ٦- الأشعة الصوتية للحامل
- ٧- الفحص الطبى قبل الزواج
- ٨- تحاليل هرمونات الغدة الدرقية
- ٩- هرمون الغدة الجار الدرقية

مستوى البروتين في الدم يتراوح ما بين ٦ - ٨ جم لكل ١٠٠ مليلتر دم (٦٠ - ٨٠ جم / لتر) .
يختلف تركيز البروتين باختلاف تركيز مكوناته المناظرة .

(ب) **الالبومين : (Albumin - Alb)**
يعتبر الالبومين المكون الرئيس للبروتين الكلي ويتم تصنيعه في الكبد .

مستوى الالبومين في الدم يتراوح ما بين ٣.٥ - ٥.٥ جم / ١٠٠ مليلتر دم (٣٥ - ٥٥ جم / لتر) .

اسباب ارتفاع مستوى الالبومين في الدم :
يرتفع مستوى الالبومين في الدم الحالات التالية :-

- حالات التجفاف Dehydration ، وذلك لفقد كمية من السوائل مثل ما

يحدث في القيء المستمر والاسهال الشديد .
- الصدمة العصبية .

- تركيز الدم Haemoconcentraion
- حقن كمية كبيرة من الالبومين عن طريق الوريد .

اسباب نقصان تركيز الالبومين في الدم :
- سوء التغذية .

- امراض سوء الامتصاص .
- التهابات الكلى الحادة والمزمنة .
- كسل الكبد الحاد و المزمن .
- الحروق .
- احتشاء عضلة القلب .

(ج) **الجلوبولين : Globulin**

١- فحص وظائف الكبد

Tests liver function

يتم تقسيم وظائف الكبد إلى ثلاث وظائف رئيسية :

١- وظائف تعتمد على قدرة الكبد التصنيعية مثل البروتين الكلي والالبومين

٢- وظائف تعتمد على سلامة خلايا الكبد ، وتسمى بانزيمات الكبد وهي الانزيمات الموجودة داخل خلايا الكبد مثل اسبرتات امينو ترانسفيراز ، و انزيم الانين امينو ترانسفيراز ، و انزيم جاما ج ت ، و انزيم نازعة الهيدروجين من لاكتات .

٣- وظائف تعتمد على القدرة الاستخراجية للكبد ، مثل الفوسفاتاز القلوي ، و البيليروبين .

أولاً: وظائف تعتمد على القدرة التصنيعية للكبد (Synthetic Functions) :

(أ) **البروتين الكلي في البلازما : Total (Protein - Tp)**

يتحكم تركيز البروتين في تحديد الضغط الاسموزي للبلازما ، ويتأثر هذا التركيز بالحالة الغذائية ووظيفة الكبد ، و وظيفة الكلى و حدوث بعض الامراض مثل الخلل في التمثيل الغذائي .
إن التغيرات في أجزاء البروتين الكلي يمكن أن تحدد نوع المرض .

ويشمل البروتين الكلي في البلازما الالبومين و الجلوبيولين والفيبرينوجين و لكن يفتقر السيرم إلى الفيبرينوجين حيث يدخل في عملية تجلط الدم .

مستوى البروتين في الدم يتراوح ما بين ٦ - ٨ جم لكل ١٠٠ مليلتر دم (٦٠ - ٨٠ جم / لتر) .
يختلف تركيز البروتين باختلاف تركيز مكوناته المناظرة .

(ب) **الالبومين : (Albumin - Alb)**
يعتبر الالبومين المكون الرئيس للبروتين الكلي ويتم تصنيعه في الكبد .

مستوى الالبومين في الدم يتراوح ما بين ٣.٥ - ٥.٥ جم / ١٠٠ مليلتر دم (٣٥ - ٥٥ جم / لتر) .

اسباب ارتفاع مستوى الالبومين في الدم:
يرتفع مستوى الالبومين في الدم الحالات التالية :-

- حالات التجفاف Dehydration ، وذلك لفقد كمية من السوائل مثل ما

يحدث في القيء المستمر والاسهال الشديد .
- الصدمة العصبية .

- تركيز الدم Haemoconcentraion
- حقن كمية كبيرة من الالبومين عن طريق الوريد .

اسباب نقصان تركيز الالبومين في الدم:
- سوء التغذية .

- امراض سوء الامتصاص .
- التهابات الكلى الحادة والمزمنة .
- كسل الكبد الحاد و المزمن .
- الحروق .
- احتشاء عضلة القلب .

(ج) **الجلوبولين : Globulin**

١- فحص وظائف الكبد

Tests liver function

يتم تقسيم وظائف الكبد إلى ثلاث وظائف رئيسية :

١- وظائف تعتمد على قدرة الكبد التصنيعية مثل البروتين الكلي والالبومين

٢- وظائف تعتمد على سلامة خلايا الكبد ، وتسمى بانزيمات الكبد وهي الانزيمات الموجودة داخل خلايا الكبد مثل اسبرتات امينو ترانسفيراز ، و انزيم الانين امينو ترانسفيراز ، و انزيم جاما ج ت ، و انزيم نازعة الهيدروجين من لاكتات .

٣- وظائف تعتمد على القدرة الاستخراجية للكبد ، مثل الفوسفاتاز القلوي ، و البيليروبين .

أولاً: وظائف تعتمد على القدرة التصنيعية للكبد (Synthetic Functions) :

(أ) **البروتين الكلي في البلازما : Total (Protein - Tp)**

يتحكم تركيز البروتين في تحديد الضغط الاسموزي للبلازما ، ويتأثر هذا التركيز بالحالة الغذائية ووظيفة الكبد ، و وظيفة الكلى و حدوث بعض الامراض مثل الخلل في التمثيل الغذائي .
إن التغيرات في أجزاء البروتين الكلي يمكن أن تحدد نوع المرض .

ويشمل البروتين الكلي في البلازما الالبومين و الجلوبيولين والفيبرينوجين و لكن يفتقر السيرم إلى الفيبرينوجين حيث يدخل في عملية تجلط الدم .

ويتم قياسه فقط في البلازما حيث لا يحدث تجلط عكس ما يحدث في الحصول على السيرم الذي لا يحتوي على الفيبرينوجين .

مستوى الفيبرينوجين في البلازما يتراوح ما بين ٠.٢ - ٠.٦ جم / ١٠٠ مليلتر دم (٢ - ٦ جم / لتر) .

اسباب زيادة نسبة الفيبرينوجين :

ترتفع نسبة الفيبرينوجين في الدم في :

- امراض و التهابات الكلى
- الامراض المعدية
- الالتهابات الحادة

اسباب نقصان نسبة الفيبرينوجين في الدم :

يقل مستوى الفيبرينوجين في الدم في :

- حالات التجلط المنتشر داخل الاوعية الدموية
- مثل حالات موت الجنين داخل الرحم لفترة أطول من شهر

- الالتهاب السحائي

- كسل الكبد الحاد والمزمن

- نقص الفيبرينوجين الوراثي

- مرض التيفوئيد

(٢) وظائف تعتمد على سلامة خلايا الكبد :

يوجد بداخل خلايا الكبد بعض الإنزيمات مثل (

Y.GT) و (ALT/GPT) و

(AST/GOT) ولذلك تسمى هذه الوظائف

بإنزيمات الكبد

Liver Enzymes .

اسباب ارتفاع (زيادة) مستوى انزيمات الكبد في

الدم :

يعتبر الجلوبيولين ثاني مكونات البروتين ، ويشمل

الاجزاء التالية : الالفا و البيتا

B-Globulin ، ويتم تصنيعهما بواسطة الكبد ،

واخيراً الجاما ويتم تصنيعه بواسطة خلايا البلازما

Plasma Cells الموجودة في الانسجة

الليمفاوية ويعتبر هذ النوع المسؤول الاول عن

ارتفاع الجلوبيولين في الدم لأنه يكوّن الجزء

الأكبر من الجلوبيولين .

إن مستوى الجلوبيولين في الدم يتراوح ما بين ٢

- ٣.٦ جم / ١٠٠ مليلتر دم (٢٠ - ٣٦ جم /

لتر) .

اسباب زيادة تركيز الجلوبيولين :

يزداد تركيز الجلوبيولين في الدم في :

- امراض الكبد و التهاب الكبد الوبائي

- امراض الجهاز الليمفاوي

- امراض الجهاز المناعي والامراض المعدية

الحادة والمزمنة

- حالات الإصابة بالبلهارسيا والملاريا والليشمانيا.

اسباب قلة تركيز الجلوبيولين :

يقل مستوى الجلوبيولين في الدم في :

- امراض سوء التغذية

- افتقار الجاما جلوبيولين **Y-Globulin** الوراثية

- نقصان الجاما جلوبيولين المكتسبة

- امراض سرطان الدم الليمفاوية

(د) الفيبرينوجين : Fibrinogen

يتكون الفيبرينوجين في الكبد ويعتبر من أهم

العوامل اللازمة لعملية تجلط الدم حيث يتحول إلى

الفيبرين **Fibrin** وهو شبكة الجلطة الاخيرة .

Gamma Glutamyl Transferase (γ -GT)
[]

يوجد هذا الانزيم في خلايا الكبد و الكلى و البنكرياس ، النسبة الطبيعية لهذا الانزيم في الدم أقل من ٣٠ مل وحدة دولية لكل مليلتر دم في الذكور وأقل من ٢٥ مل وحدة دولية لكل مليلتر دم في الإناث . وأقل من ٥٠ مل مل وحدة دولية لكل مليلتر دم في فترة البلوغ .

ترتفع \uparrow هذه النسبة في :-

- امراض الكبد المختلفة الحادة والمزمنة و تليف الكبد و سرطان الكبد

- امراض الكبد الناتجة عن تناول الكحول

- التهاب البنكرياس (نادراً)

(٣) وظائف تعتمد على القدرة

الإستخراجية للكبد :

Excretory Function

(أ) أنزيم الفوسفاتاز القلوي (ALP) :

Alkaline Phosphatase -Alp

ينشأ انزيم الفوسفاتاز القلوي من العظام ويوجد بكثرة في العظام خاصة اثناء النمو ويوجد ايضاً بالكبد و المشيمة و الامعاء، وفي السيرم يكون هذا الإنزيم خليط من أماكن نشأته وهذا مايسمى بـ " شبيهات الانزيم " Isoenzymes التي يمكن تمييزها بالفصل الكهربائي .

ومن مسمى هذا الأنزيم نستنتج أنه يقوم بوظيفته في وسط قلوي حيث إن الأس الهيدروجيني (PH) أكثر من ٧

إن مستوى هذا الانزيم الطبيعي بالدم يختلف باختلاف الطريقة المستخدمة لقياسه ، ولكن عامة يتراوح ما بين ٢٤ - ٧١ وحدة دولية / لتر دم وذلك عند درجة حرارة (٣٠ م) ، وفي الاطفال

ترتفع \uparrow مستويات أنزيمات الكبد في الدم في الامراض المصاحبة لتلف وتكسير خلايا الكبد وخلايا الانسجة الاخرى التي توجد بداخلها

(أ) انزيم أسبرتات أمينو ترانسفيراز (AST/GOT)

[Aspartate Aminotransferase AST (GOT)]

و إنزيم الانين امينو ترانسفيراز (ALT/GPT)

Alanine Aminotransferase ALT() [(GPT

تنشأ هذه الانزيمات من أنسجة عديدة خاصة الكبد والقلب و العضلات .

يتراوح المستوى الطبيعي لـ (GPT) من صفر إلى ٤٥ وحدة دولية / لتر .

يتراوح نسبة (GOT) من صفر إلى ٤١ وحدة دولية / لتر .

يرتفع \uparrow مستوى هذه الأنزيمات في التهاب و تليف الكبد .

يرتفع (GPT) في الحالات الحادة حيث يوجد في السيتوبلازم ثم يليه الـ (GOT) الذي يوجد في الميتوكوندريا و السيتوبلازم ، ولذلك يكون أكثر ارتفاعاً في الحالات المزمنة و احتشاء عضلة القلب (Myocardial Infarction) ، وترتفع نسبة الـ (GOT) كذلك في حالات ضمور العضلات و التهابها .

يقل \downarrow مستوى هذه الإنزيمات في حالات نقص فيتامين " ب ٦ " و الفشل الكلوي و أثناء الحمل .

(ب) انزيم جاما . ج ت (Y - GT) :

في سن النمو ترتفع هذه النسبة حتى ٣٥٠ وحدة دولية / لتر

اسباب ارتفاع تركيز انزيم الفوسفاتاز القلوي :

يرتفع ↑ تركيز الانزيم في الحالات التالية:-

- في الاطفال أثناء النمو الطبيعي للعظام ، وهذا ما يسمى بـ الارتفاع الفسيولوجي للأنزيم .

- امراض نمو العظام مثل حالات فرط وظيفة الغدة جار الدرقية (Hyperparathyroidism)، و الكساح في الاطفال و لين العظام في الكبار و تكلسم العظم (Ossification).

- انسداد القنوات الكبدية و المرارية التي تحدث نتيجة لحصوات مرارية أو ضيق او ورم سرطاني .

- امراض الكبد خاصة الالتهاب الكبدي الوبائي أو تسمم الكبد ببعض الادوية مثل الكلوربرومازين Chlorpromazine و ميثيل التستستيرون Methyl Testosterone .

- اثناء الحمل ، ويعتبر مثال أيضاً لـ الارتفاع الفسيولوجي للأنزيم

- فرط نشاط الغدة الدرقية

يقل ↓ مستوى الانزيم في :

- حالات قصور وظيفة الغدة جار الدرقية Hypoparathyroidism .

- اثناء وقوف نمو الطفل Growth Retardation .

(ب) البيليروبين : Bilirubin

ينتج البيليروبين من هدم الهيموجلوبين بعد تكسر كريات الدم الحمراء وذلك في نهاية فترة حياتها ، ثم يرتبط مع حمض الجلوكورونيك Glucuronic Acid في الكبد ليتحول إلى ثنائي جلوكورونات

البيليروبين القابل للذوبان في الماء ثم يخرج عن طريق الكبد مع الصفراء في القنوات المرارية، ولذلك يوجد نوعان من البيليروبين هما البيليروبين غير

المباشر (ID - BIL) Indirect Bilirubin وهو ما قبل الارتباط وغير قابل للذوبان في الماء ، والبيليروبين المباشر (D - BIL) Direct Bilirubin وهو ما بعد الارتباط وهو قابل للذوبان في الماء .

مجموع النوعين يطلق عليه البيليروبين الكلي (

Total Bilirubin (T- BIL

يتراوح المستوى الطبيعي لـ البيليروبين الكلي ما بين ٣.٥-١٩ ميكرومول/لتر

يصل المستوى الطبيعي لـ البيليروبين المباشر إلى ٧ ميكرومول /لتر.

اسباب زيادة او ارتفاع البيليروبين عن المستوى الطبيعي :-

يزداد مستوى البيليروبين في ثلاث حالات مختلفة :

- امراض الكبد المؤدية إلى عدم قدرته الكافية على ارتباط واستخراج البيليروبين ويؤدي ذلك إلى ارتفاع البيليروبين المباشر وغير المباشر ، ويسمى هذا النوع بـ " الصفراء الخلوية الكبدية " Hepatocellular Jaundice .

- انسداد القنوات المرارية ، مما يؤدي إلى استرجاع البيليروبين المباشر إلى الكبد ومنه إلى الدم مما يؤدي إلى ارتفاع هذا النوع من البيليروبين ويسمى هذا المرض بـ " الصفراء الانسدادية " Obstructive Jaundice .

البولينا هي الناتج الرئيسي والنهائي لعمليات التمثيل الغذائي للبروتينات في الثدييات ، وتتكون البولينا في الكبد ثم تمر في الدم إلى الكلى حيث تخرج مع البول .

وتدخل في تكوين اليوريا من الامونيا (NH₃) السامة التي تتكون من هدم الأحماض الامينية .

رغم أن مستوى البولينا في الدم يعتبر مؤشراً غير حساس للوظيفة الكلوية إلا أن سهولة القياس جعلته من الاختبارات الشائعة وعدم حساسية هذا الاختبار في أنه يجب أن تُفقد أكثر من ٥٠% من وظيفة الكبيبات الكلوية حتى يتأثر مستوى البولينا في الدم ، زيادة على ذلك فهناك اسباب كثيرة غير كلوية المنشأ يمكن أن تسبب ارتفاع البولينا في الدم ، كما أن مستوى البولينا في الدم يتأثر بالبروتينات في الغذاء وكمية الرشح الكبيبي في الكلى .

مستوى البولينا في الدم يتراوح ما بين ٢٠ - ٤٠ مجم / ١٠٠ مليلتر دم (٣.٥ - ٧ ملليمول / لتر)

مستوى نيتروجينا البولينا في الدم Blood Urea Nitrogen (BUN) يتراوح ما بين ٨ - ٢٥ مجم / ١٠٠ مليلتر دم (٠.٩ - ٨.٩ ملليمول / لتر)

مستوى تركيز البولينا في البول يتراوح ما بين ٢٠ - ٤٠ مجم / ١٠٠ مليلتر دم ، وفي الاطفال الرضع ما بين ٥ - ١٥ مجم / ١٠٠ مليلتر دم ، والاولاد من ٥ - ٢٠ مجم / ١٠٠ مليلتر دم .

اسباب ارتفاع مستوى البولينا في الدم :

يزداد مستوى البولينا في الدم في الحالات التالية :
الالتهاب الكلوي الحاد والمزمن

- تكسر كريات الدم الحمراء أكثر من قدرة الكبد على ارتباط البيليروبين مما يؤدي إلى زيادة البيليروبين غير المباشر في الدم ، ويحدث ذلك في الأمراض المؤدية إلى تكسر كريات الدم الحمراء ، ويسمى هذا النوع بـ " صفراء تكسر كريات الدم الحمراء Haemolytic " ، ويحدث هذا النوع أيضاً في الاطفال حديثي الولادة نتيجة لنقص نشاط أو غياب نشاطية الانزيم الخاص بعملية الارتباط ، ويسمى هذا النوع " الصفراء الطبيعية الوليدية " أو " يرقان حديثو الولادة Physiological Neonatal Jaundice " وتحدث في الأسبوع الاول بعد الولادة .

ملاحظات :

- الارتفاع المضطرب في البيليروبين المباشر وكذلك الفوسفاتاز القلوي وبنفس النسبة يشير إلى إنسداد القنوات الصفراوية وكذلك إلتهاب القنوات الصفراوية .

- الإرتفاع في البيليروبين يكون أكثر من الارتفاع في الفوسفاتاز القلوي في التهاب الكبد الوبائي وكذلك تكسر الدم .

٢ - فحص وظائف الكلى

Tests kideny function

تلعب التحاليل الطبية دوراً هاماً جداً في تقييم الوظيفة الكلوية في كثير من الامراض التي تصيب الكلية ، كما تقوم بمتابعة مرضى الكلى والتنبيه بانذار الحالة المرضية لديهم وهذه التحاليل هي:

(١) قياس البولينا (Urea) :

الفشل الكلوي

الانسداد البولي

النزيف المعدي المعوي

الصددمات العصبية وهبوط الغدة فوق الكلوية

حالات التجفاف ، وذلك لفقد كمية كبيرة من السوائل مثل الذي يحدث في القيء المستمر والاسهال الشديد

التسمم بالزئبق وبعض الاملاح المعدنية الثقيلة الاخرى

اسباب انخفاض مستوى البولينا في الدم:

يتناقص مستوى البولينا في الدم في الحالات التالية :

- امراض الكبد المتقدمة ، وفي هذه الحالة تتكون مادة الامونيا ويفشل الكبد في تحويلها إلى بولينا نظراً لشدة المرض ، وتتضاعف الخطورة في وجود تركيز عالي من البولينا ، لأن الامونيا غاز سام جداً ، وهي تنتشر في الجسم كله وأثرها الشديد يكون على المخ حيث يؤدي إلى شلل تام للمخ وفي حالة شلل المخ الناتج من زيادة نسبة الامونيا يدخل المريض في حالة غيبوبة Coma Hepatic منقطعة ، لكن مع زيادة نسبة الامونيا في الدم قد يؤدي إلى دخول المريض في غيبوبة طويلة قد تؤدي إلى الوفاة

- زيادة معدل الغسيل الكلوي الصناعي Hemodialysis وهذا يؤثر على نسبة البولينا في الدم ، حيث تقل إلى أن تصل إلى أقل من المعدل الطبيعي .

- الهزال Cachexia مثل امراض السل وسوء التغذية Malnutrition والمجاعة Starvation

اسباب زيادة تركيز البولينا في البول :

يزداد تركيز البولينا في البول عند تناول وجبات غنية بالبروتينات، وفي الحالات المصاحبة لزيادة هدم البروتينات في الجسم مثل الحمى ومرض السكر غير المعالج وفرط الغدة الدرقية .

اسباب نقصان تركيز نسبة البولينا في البول : نقل نسبة البولينا في البول عند تناول وجبات فقيرة من البروتينات ، وفي حالات بناء البروتينات مثل الحمل والرضاعة ، وفي حالات الفشل الكبدي و الفشل الكلوي .

(٢) قياس الكرياتينين Creatinine :

يعتبر قياس الكرياتينين مؤشراً أكثر صدقاً على سلامة وظيفة الكلية من قياس البولينا في الدم وهو كرياتين لا مائي Creatine Anhydrous حيث ينتج من فوسفات الكرياتين Phosphocreatine بعد فقد مجموعة الفوسفات ثم يمر بالدم إلى الكلى ليخرج مع البول ويتناسب تركيزه بالدم و البول تناسباً طردياً مع حجم عضلات الجسم و لا يتأثر بالأكل، وتركيزه ثابت طوال الـ ٢٤ ساعة ، لذلك يعتبر المقياس الأمثل لاختبار وظيفة الكلية .

مستوى الكرياتينين في الدم يتراوح ما بين ٠.٥ - ١.٥ مجم لكل ١٠٠ مليلتر دم (٦٠ - ١٢٣ ميكرومول / لتر)

تركيز الكرياتينين في البول حوالي ١.٥ جم / ٢٤ ساعة في الذكور

أما تركيز الكرياتينين في البول حوالي ١.٠ جم / ٢٤ ساعة في الإناث نظراً لاختلاف حجم العضلات في كل من الذكر والانثى

ازدياد مستوى الكرياتينين في الدم قد ينتج عن :

- حالات الفشل الكلوي الحاد والمزمن

- الانسداد البولي

هو الناتج النهائي لعملية التمثيل الغذائي للبيورين Purine في الانسان ، ويدخل البيورين في تركيب الأحماض النووية ويشمل الأدينين Adinine و الجوانين Guanine.

يتغير مستوى حمض البوليك في الدم من ساعة إلى أخرى ، ومن يوم إلى يوم آخر، كما أن عوامل كثيرة تؤثر على حمض البوليك منها الصيام الطويل ونوعية الطعام .

مستوى حمض اليوريك اسيد في الدم يتراوح ما بين ٣ - ٧ مجم لكل ١٠٠ مليلتر دم في الذكور (٠.١٨ - ٠.٥٣ مليمول / لتراً) وفي الاناث يتراوح مستوى حمض البوليك ما بين ٢ - ٦ مجم مليلتر دم (٠.١٥ - ٠.٤٥ مليمول / لتراً)

يخرج حمض البوليك عن طريق الكلى حيث إن حوالي ٨٠ % من حمض اليوريك اسيد المتكون في الجسم يخرج مع البول ، والجزء المتبقي يخرج مع الصفراء .

تتراوح كمية حمض يوريك اسيد الخارجة مع البول ما بين ٣٠٠ - ٧٠٠ مجم / ٢٤ ساعة (٢.١ - ٣.٦ مليمول / ٢٤ ساعة)

نصف هذه الكمية تأتي من ايض البيورين الخارجي (من الاكل) والنصف الاخر من البيورين الداخلي (خلايا الجسم) ، ولذلك يجب عند قياس كمية حمض البوليك في البول أن يكون الطعام خالياً من البيورين قبل وخلال الـ ٢٤ ساعة الخاصة بتجميع البول .

يزداد مستوى حمض اليوريك في الدم في الحالات التالية :

- مرض النقرس Gout

بينما نسبة الكرياتينين الاقل من ٠.٥ جم / ١٠٠ مليلتر دم لا تعني أي أهمية تشخيصية.

(٣) تصفية الكرياتينين

: Creatinine Clearance Test

يعتبر هذ التحليل أدق من التحليلين السابقين حيث يكشف عن وظيفة الكلى في الـ ٢٤ ساعة الماضية ، ويربط أيضاً بين نسبة الكرياتينين في كل من الدم والبول خلال الـ ٢٤ ساعة .

تتراوح نسبته في الذكور ما بين ٩٠ - ١٤٠ مليلتر / دقيقة

بينما تتراوح نسبته في الاناث ما بين ٨٠ - ١٢٥ مليلتر / دقيقة

وتعبر عن سرعة معدل الرشيع الكبيبي في الكلى يتم حساب (c) Creatinine Clearance كما يلي :

$$C = \frac{Uc \times Tv}{Sc \times 60 \times 24}$$

حيث أن

Uc مستوى الكرياتينين في البول

Sc مستوى الكرياتينين في السيرم

Tv حجم البول المُجمَع في الـ 24 ساعة

24 ساعة هي عدد ساعات اليوم

60 هو عدد الدقائق في الساعة الواحدة

تتخفص تصفية الكرياتينين في جميع الحالات التي

تتخفص فيها وظيفة الكلية مثل :

- استنزاف الماء Depletion Water

- هبوط الضغط

- ضيق الشريان الكلوي

(٤) قياس حمض البوليك (حمض البول)

اليوريك اسيد (Uric Acid

حرارة الغرفة الطبيعية) ويطلق عليها الزيوت، وتشارك جميع الدهون في خاصية واحدة هي الذوبان في المذيبات العضوية كـ الايثر ولا تنوب في الماء ولكنها تختلف في خواصها الاخرى مما يجعل تناولها بالحديث كمجموعة واحدة صعباً لذلك نقسم الدهون إلى مجموعات صغيرة ومنها : الجليسيريدات الثلاثية (Triglyceride)، الأحماض الدهنية (Acids Fatty)، الشموع (Waxes)، الستيرويدات (Steroid)، التربينات (Terpenes) وغيرها كثير تشمل الدهون الكلية اربع مجموعات رئيسية يمكن تمييزها من التمثيل الغذائي للدهون وهذه المجموعات هي الكوليسـتيروول (Cholesterol)، الجليسيريدات الثلاثية (Triglyceride)، الـدهون الفوسفاتية (Phospholipids) و الأحماض الدهنية (Acids Fatty) وهناك طرق معقدة تنظم انطلاق الدهون من الانسجة الى الدم والعكس يتراوح المستوى الطبيعي للدهون الكلية بالدم بين ٤٥٠ - ١٠٠٠ مجم / ١٠٠ ملليتر دم (٤.٥ - ١٠ جم لتر دم)

ويتم قياس الدهون الكلية في الدم بطريقتين أحدهما تعتمد على طريقة كيميائية لقياسها وأخرى تعتمد على قياس مكوناتها ثم حساب المجموع، ويرتفع مستوى الدهون الكلية بالدم عند ارتفاع واحد أو أكثر من مكوناته وينخفض مستواه في الدم عند حدوث العكس.

(أ) تحليل الكوليسترول { CHO } :

- حالات تسمم الحمل وما قبلها
Eclampsia & Pre -Eclampsia
- سرطان الدم Leukaemia
- عقاقير علاج سرطان الدم
- الفشل الكلوي
- النوع الاول من مرض تخزين الجليكوجين
Glycogen Storage Disease - Type 1
- فرط نشاط الغدة الدرقية
- في بعض المدمنين على الكحول
Alcoholism

يقل مستوى حمض اليوريك أسيد في الدم في :

- حالات الالتهاب الكبدى الحاد
- بتناول عقار الالوبيورينول Allpurinol و البروبينيسيد Probenicid والكورتيزون.
يزداد تركيز حمض البوليك في البول في حالات مرض النقرس الناتج هم التمثيل الغذائي وفي أي مرض مصاحب لزيادة تكوين حمض البوليك بينما يقل تركيز حمض البوليك في البول في امراض الكلى

٣- تحليل صورة الدهون الكيميائية

أولاً: تحليل الدهون الكلية Lipids Total

تعتبر الدهون إحدى مجموعات المركبات العضوية الرئيسية والتي لها قيمة غذائية عالية وظيفتها الرئيسية في الخلايا الحية هي تكوين المكونات التركيبية للأغشية وخرن الطاقة للخلية، والدهون إما حيوانية (صلبة في درجة حرارة الغرفة الاعتيادية) أو نباتية (سائلة عند درجة

- الانيميد
- سوء التغذية
ملحوظة هامة : هناك علاقة وثيقة بين ارتفاع الكوليسترول في الدم وحدوث مرض تصلب الشرايين حيث يترسب الكوليستيرول مع بعض الدهون الاخرى على جدار الشرايين التاجية المغذية لعضلات القلب مما يؤدي في الحالات الشديدة منها إلى احتشاء عضلات القلب.

يبين الجدول التالي المستوى الطبيعي للكوليستيرول في الدم حسب العمر :-

العمر	المعدل الطبيعي
1 - 20 سنة	120 - 230 مجم / ١٠٠ مل
٢١ - ٣٠ سنة	١٢٠ - ٢٤٠ مجم / ١٠٠ مل
31 - 40 سنة	140 - 260 مجم / ١٠٠ مل
٤١ - ٥٠ سنة	١٥٠ - ٢٩٠ مجم / ١٠٠ مل
51 - 60 سنة	160 - 300 مجم / ١٠٠ مل

(ب) تحليل الجليسيريدات الثلاثية "TG" :

تُحمل ٩٠ % من الجليسيريدات الثلاثية على الكيلومكرون (Chylomicron) (وهي البروتينات الدهنية التي تقوم بحمل الجليسيريدات الثلاثية في الدم من الامعاء الدقيقة إلى الانسجة الدهنية) و ١٠ % تُحمل على البروتينات الدهنية شديدة انخفاض الكثافة (Low Very Density Lipoprotein - VLDL) ودائماً تتعرض الجليسيريدات الثلاثية إلى بناء وهمم، واحترق هذه المركبات يمد الجسم بطاقة كبيرة يستخدمها الجسم عند نقص المواد الكربوهيدراتية

يبين الجدول التالي مستوى الجليسيريدات الثلاثية في الدم حسب العمر :-

الكوليسترول عبارة عن مركب عضوي دهني من فصيلة الاستيرويدات وله اهمية حيوية كبيرة حيث يدخل في تركيب الاغشية البلازمية المغلفة للخلايا بصورة رئيسية، لذلك تقوم الخلايا بتصنيعه إذا لم يحصل عليه الجسم من مصدر خارجي، كذلك يعد الكوليسترول مصدراً أساسياً للاستيرويدات الاخرى في الجسم مثل الهرمونات الجنسية وفيتامين "د" وحمض الصفراء (Bile Acids) .

يدخل الكوليسترول في تركيب البروتينات الدهنية (Lipoproteins) الموجودة بالدم والتي وظيفتها نقل الدهون المختلفة من الدم لاجزاء الجسم المختلفة سواء لأكسبتها للحصول على الطاقة أو لتخزينها في بعض الخلايا كالخلايا الدهنية . يتحدد تركيز الكوليستيرول بعوامل ايضية تتأثر بالوراثة والتغذية ووظائف هرمونية وأيضاً بسلامة الاعضاء الحيوية مثل الكبد والكلية، ويرتبط التمثيل الغذائي (الايض) للكوليستيرول تماماً بايض الدهون .

يرتفع مستوى الكوليستيرول في الدم في الحالات التالية :

- الزيادة في تناول المواد الدهنية خاصة التي تحتوي على كوليستيرول
- قصور وظيفة الغدة الدرقية
- الصفران الانسدادي
- مرض البول السكري غير المعالج
- مرض فرط بروتينات الدم الدهنية

بينما ينخفض مستوى الكوليستيرول في الدم في الحالات التالية :

- التهاب الكبد الحاد
- احياناً في مرض فرط وظيفة الغدة الدرقية

سواء لأكسديتها للحصول على الطاقة أو لتخزينها في بعض الخلايا كخلايا الدهنية توجد اربعة انواع رئيسية من البروتينات الدهنية في البلازما تحتوي على نسب مختلفة من الجليسيريدات الثلاثية وبروتينات الكوليستيرول واستر الكوليستيرول والدهون الفوسفاتية، وكل نوع من هذه البروتينات له وظيفة مختلفة عن الآخر غير أنها تتشابه كلها بدرجة كبيرة في التركيب وقد قسمت تبعاً لكثافتها كالتالي :

الكلو ميكرونات (Chylomicrons)
- البروتينات الدهنية شديدة انخفاض الكثافة (VLDL

- البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة (LDL - Lipoproteins Low Density
- البروتينات الدهنية عالية الكثافة (HDL - High Lipoproteins Density

واهم تحليلين نقوم بهما في المختبر بالنسبة للبروتينات الدهنية هما :-

(أ) البروتينات الدهنية عالية الكثافة (HDL - High Density Lipoproteins)

يعتبر HDL من مشتقات البروتينات الدهنية ويسمى أيضاً البروتينات الدهنية من نوع الفا (α lipoprotein -) ويحتوي على ٢٥ % - ٤٥ % من الكوليستيرول بالإضافة إلى الدهون الفوسفاتية يحمل HDL الكوليستيرول من الدم إلى الكبد حيث يتم ايضه واستخراجه من العصارة الصفراوية وهذا يعني أن زيادة نسبة HDL في الدم تؤدي إلى نقص مستوى الكوليستيرول في الدم مما يمنع

العمر	المعدل الطبيعي
١ - ٣٠ سنة	10 - 140 مجم / ١٠٠ مل
٣١ - ٤٠ سنة	10 - 150 مجم / ١٠٠ مل
٤١ - ٥٠ سنة	10 - 160 مجم / ١٠٠ مل
٥١ - ٦٠ سنة	10 - 170 مجم / ١٠٠ مل

يزداد مستوى الجليسيريدات الثلاثية في الدم في الحالات التالية :

- كثرة تناول المواد الكربوهيدائية والمواد ذات السعرات الحرارية العالية، حيث تتحول في الجسم إلى الجليسيريدات الثلاثية
- امراض الكلى، حيث يزداد كل من الكوليستيرول و الجليسيريدات الثلاثية و الدهون الفوسفاتية
- مرض البول السكري غير المعالج
- التهاب البنكرياس الحاد
- مرض النقرس
- الكثير من امراض الكبد

وينخفض مستوى الجليسيريدات الثلاثية في الدم في :

- سوء التغذية ونقصها
- نقص البيتا ليبوبروتين الوراثي (وهو مرض وراثي يأتي من نقص البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة LDL وراثياً) ملحوظة هامة :-

زيادة مستوى الجليسيريدات الثلاثية في الجسم يمكن ان يؤدي إلى تراكمها وترسبها في خلايا الكبد مسبباً مرض الكبد الدهني (Liver Fatty)
ثانياً : تحليل البروتينات الدهنية Lipoproteins Analysis

البروتينات الدهنية هي بروتينات وظيفتها نقل الدهون المختلفة من الدم لأعضاء الجسم المختلفة

إنداز مرتفع من الخطورة	درجة متوسطة من الخطورة	الحالة الطبيعية	الجنس	
أقل من ٣٥	35 - 55	أعلى من 55	ذكر	البروتينات الدهنية عالية الكثافة
أقل من 45	45 - 65	أعلى من 65	انثى	HDL-Chol mg/100ml
أعلى من 190	150 - 190	أقل من 150	ذكر	البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة
_____	_____	_____	انثى	LDL-Chol mg/100ml
أكبر من 5.9	3.8 - 5.9	أقل من 3.8	ذكر	نسبة الكوليسترول الكلى إلى - LDL Chol
أكبر من 4.6	3.1 - 4.6	أقل من 3.1	انثى	

٤- الفحوصات الخاصة بمرض السكر

١- تحليل السكر في الدم والبول :

يوجد عدة طرق للكشف عن السكر في الدم

والبول منها :

- اعتماداً على قوة الاختزال الخاصة بالسكر (الجلوكوز) فإنه يمكن استخدام محلول فهلينج (Fehling) أو بندكت (Benedict) للكشف عن الجلوكوز في البول حيث يتحول لونهما الأزرق إلى راسب أحمر مع التسخين .

- استخدام الشرائط (Strips) التي تحتوي على أنزيم أوكسيد الجلوكوز (Glucose Oxidase) وهذا التحليل أشمل وأدق من سابقه .

- استخدام أجهزة تحليل الجلوكوز (Glucose Analyzer) وهذه تعتمد على إختزال الجلوكوز بواسطة إنزيم (Glucose Oxidase) وخروج الاكسجين الذي يتم تقديره عن طريق قياس قطب الأوكسجين

حدوث مرض تصلب الشرايين وهذا ما يسمى أحياناً الكوليسترول الجيد أو الحميد .

مستوى الـ HDL في الإناث أكثر منه في الذكور لأن هرمون الاستروجين يزيد من تكوين البروتين الخاص بحمل الكوليسترول على الـ HDL ولذلك تكون الإناث أقل تعرضاً لمرض تصلب الشرايين، ولكن مع تقدم السن يقل مستوى الـ HDL مما يؤدي إلى تعرضهن أكثر لمرض تصلب الشرايين .

يزداد مستوى HDL عند الرياضيين بينما يقل عند المصابين بالسمنة والمدخنين .

مستوى HDL الطبيعي يزيد على ٤٠ مجم / ١٠٠ ملليتر دم (٠.٨٣ إلى ٢.٥ ملليمول / لتر)

(ب) البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة (LDL - Low Density Lipoproteins)

يعتبر من البروتينات الدهنية ويسمى أيضاً البروتينات الدهنية من نوع بيتا (β - Lipoproteins) وهو المسؤول عن حمل الكوليسترول في الدم، حيث يحتوي على ٥٠ - ٧٥ % منه، ولذلك فإن ازدياد مستوى LDL يؤدي إلى زيادة نسبة الإصابة بمرض تصلب الشرايين، ولذلك يطلق عليه البعض الكوليسترول السيء أو الخبيث، وهناك علاقة عكسية بين مستوى LDL والـ HDL في الدم

مستوى الـ LDL الطبيعي في الدم يقل عن ١٨٠ مجم / ١٠٠ ملليتر (٠.٥ - ٣.٨٨ ملليمول / لتر) .

يبين الجدول التالي مستوى البروتينات الدهنية عالية و منخفضة الكثافة وكذلك الكوليستيرول الكلي للذكر والانثى :

٥- تحاليل الدم

توجد مجموعة كبيرة من التحاليل التي يحتاج المريض لكي يعملها والتي تساعد الطبيب إما في التوصل إلى التشخيص أو مدى نشاط المرض أو لمعرفة مدى تأثير العلاجات على الجسم لكي يحاول الطبيب تجنبها أو التقليل منها .

١- تحاليل الدم لمعرفة عدد خلايا

الدم CBC : (تسمى صورة الدم)

وهذا التحليل يساعد الطبيب لمعرفة عدد خلايا الدم المختلفة مثل عدد كريات الدم البيضاء , مستوى الهيموجلوبين في الدم , أو عدد الصفائح الدموية , و التي يحتاج الطبيب إلى معرفتها لكي تساعده في التشخيص في بعض الحالات حيث في بعض الحالات يقل عدد هذه الخلايا والتي قد تدل على نوع المرض , أو لمعرفة مدى تأثير المرض على الجسم أو لمعرفة تأثير العلاجات على الجسم حيث بعض الأنواع من العلاجات قد تؤثر على عدد الخلايا هذه وقد يكون هذا التحليل هو الطريقة الوحيدة لمعرفة تأثير العلاج على الجسم

٢- تحليل مستوى عامل الترسب بالدم

CRP & ESR

هذا التحليل مهم في متابعة الأمراض الروماتزمية وفي كثير من الأمراض الأخرى .

٦- الأشعة الصوتية للحامل



إن اكتشاف الأشعة

(Oxygen Electrode) ومن ثم قياسه إلكترونياً بواسطة هذه الأجهزة، وتعتبر هذه الطريقة من أدق الطرق في تحليل الجلوكوز في المختبرات الطبية .

٢- تحليل السكر العشوائي (Random Blood Glucose) :

فائدته فقط أنه يعطي فكرة عامة عن مستوى السكر في دم المريض حيث يتم تحليل العينة في أي وقت خلال اليوم ، وتؤخذ نتائج هذا التحليل إلى الطبيب ليقوم بتقويم حالة المريض .

٣- تحليل سكر الصائم (Fasting Blood Glucose) :

يجرى هذا التحليل على المريض بحيث يكون صائماً من ٨ - ١٢ ساعة علماً أن المستوى الطبيعي للسكر في الدم يتراوح ما بين ٧٠ - ١١٠ مجم لكل ١٠٠ مليلتر دم، فإذا زادت النسبة عن ١٢٠ فهذا مؤشر لحدوث الإصابة بالسكر في المستقبل، وإذا تجاوزت ١٣٠ فهذا يعتبر مريضاً بالسكر، ويتم التأكد من ذلك بإعادة التحليل لفترتين أو ٣ فترات متباعدة على الأقل بفواصل اسبوع بين كل قياس

٤- تحليل السكر بعد ساعتين من الأكل (Glucose Post Prandial Blood) :

يتم هذا التحليل على المريض بعد وجبة طبيعية (أو ٧٥ جرام جلوكوز) ثم نقيس له السكر في الدم بعد ساعتين من الأكل ، وفائدة هذا التحليل أنه يعطينا فكرة عن مستقبل حدوث مرض السكر عند هذا المريض . فإذا تجاوزت النسبة ١٤٠مجم بعد ساعتين من الأكل فهذا يدل على ان هناك خللاً في عودة السكر إلى مستواه الطبيعي .

مرض وراثية يصيبالأطراف فانه من المهم تنبيه الفني لكي يركز بشكل اكبر على الأطراف لكي يتأكد أنها سليمة.

في كثير من الأحيان لا يكتشف عيوب خلقية في الجنين إلا بعد أن يولد. و هذا ليس بالنادر بل هو شائع و السبب يرجع إلى عدة أمور، منها عدم دقة الفني الذي أجرى الفحص، أو لوجود صعوبات فنية عن الكشف، كأن تكون كمية السائل المحيط بالجنين قليلة، أو لصعوبة وصول الأشعة الصوتية إليه كسقف الحلق في حالة الحلق المشقوق (Cleft palate).

حديثا أنتجت أنواع متطورة من الأشعة الصوتية ذات الأبعاد الثلاثية. و التي يمكننا إظهار ملامح الوجه و تستطيع التأكد من وجود بعض العيوب الخلقية بشك أكثر دقة سابقاتها من الأشعات .

٧- الفحص الطبى قبل الزواج

التعرف على المرض أو الداء قبل الحمل أو الزواج سيمكن في حالات كثيرة معالجته أو تجنب عواقبه ومضاعفاته أو على الأقل سيكون الزوجان على علم بتبعاته وأخطاره . كما أن لقاء راغبي الزواج أو الحمل بالطبيب يكون فرصة للإجابة عن كافة استفساراتهم وإعطائهم النصح والإرشادات المناسبة بناء على التاريخ المرضي والعائلي لكل منهم ، كذلك إعطاء النصح عن الفهم الصحيح لطبيعة الدورة الشهرية ووقت حدوث الحمل وكذلك تنظيم الأسرة للراغبين في ذلك.

ودواعي الفحوصات والاستشارات كثيرة نوجز منها فيما يلي:

الصوتية و إثبات استخدامها بشكل امن حيث لم يثبت علميا أنها مضره للجنين و لا تسبب عيوب خلقية خلال الحمل فتح أفاق كبيرة لتصوير الجنين و الكشف عليه للتأكد من عدة أمور .



تُستخدم الأشعة الصوتية خلال الحمل بشكل روتيني و يمكنها القيام بما يلي:

تحديد عمر الجنين بشكل دقيق خاصة إذا أجريت في الأشهر الأولى من الحمل. الكشف عن مكان المشيمة الكشف عن كمية السائل المحيط بالجنين(السائل الأمينيوسي).

الكشف على القلب للكشف عن نبضة

الكشف عن عدد الاجنة

الكشف عن حجم الجنين و طوله

الكشف عن أعضاء الجسم (المخ، القلب، العمود الفقري، الكلى، الأطراف) .

و لكن علينا التذكر أن الأشعة الصوتية لا تكشف عن وظيفة المخ مثلا و لا تكشف عن وجود مرض وراثي إذا لم يكن مصحوبا بعيوب خلقية و عندما تكون هناك علامات الجسدية للمرض ، كما أن الأشعة الصوتية تعتمد بشكل كبير على خبرة الفني الذي يقوم بها، فكلما كان الفني ضالعا أمكنه أن يكشف عن الكثير من الأمور، كما أن الفني يستفيد من المعلومات التي ترد إليه، فإذا كان مثلا هناك شك في أطراف الجنين أو كان في العائلة

حمض الفوليك قبل الحمل حيث يقلل من نسبة تشوهات الأنبوب العصبي للجنين ، والإقلاع عن **التدخين** والإقلال من تناول القهوة لما لها من آثار سيئة على الإخصاب ونمو الجنين.

٧- تقييم التاريخ العائلي لزوجي المستقبل من وجود بعض الأمراض أو التشوهات الخلقية والوراثية التي قد تنتقل إلى أطفالهم مثل فقر الدم المنجلي، والتلاسيميا، وضمور العضلات و الهيموفيليا وكذلك بعض تشوهات القلب والأنبوب العصبي والشفة الأرنبية والسكري والصرع.

وفي كثير من الحالات يمكن اكتشاف المرض من تحاليل الزوجين أو مبكرا أثناء الحمل بالحصول على عينة من خلايا المشيمة أو السائل المحيط بالجنين أو باستخدام الموجات فوق الصوتية، وفي أحيان أخرى لا يتم اكتشاف العيب إلا متأخرا.

ما أهم الفحوصات التي تجرى للعروسين؟!

أهم الفحوصات التي تجرى للعروسين هي:

١- صورة دم لتشخيص **أمراض فقر الدم** مع تحديد نوع الهيموجلوبين في بعض الحالات للتعرف على فقر الدم المنجلي أو التلاسيميا.

٢- التعرف على كمية الأجسام المضادة **للحصبة الألمانية** مع إعطاء التطعيم قبل الحمل في حالة عدم وجود مناعة.

٣- الكشف عن **التهاب الكبد بالفيروس (ب)** والنصح بإعطاء اللقاح في حالة عدم وجود مناعة.

٤- الكشف عن **مرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز)** في بعض الحالات وبإقرار من طالب الفحص.

١- تقدم سن الزوجة لأكثر من ٥٣ سنة عند الحمل تصحبه زيادة نسبة تسمم الحمل ووفيات الأطفال وزيادة نسبة الولادات القيصرية وكذلك نسبة الأطفال المولودين بخلل بالكوروموسومات مقارنة بمن هن في سن العشرين.

٢- أمراض طبية للأُم مثل **السكري** حيث يجب الوصول إلى معدل طبيعي للسكر في الدم قبل الحمل وإلا ازدادت نسبة حدوث تشوهات الجنين ، كما أن بعض حالات مرض القلب يجب أن تكون مستقرة تماما قبل حدوث الحمل ، وفي بعضها قد لا ننصح بالحمل على الإطلاق حيث يهدد حياة الأُم.

٣- وفي أمراض أخرى مثل **زيادة إفراز الغدة الدرقية** أو الصرع أو مع استعمال أدوية ضد تخثر الدم فيجب الوصول إلى نوعية العلاج الملائم للحمل حيث إن بعض هذه الأدوية تلحق ضررا شديدا بالجنين.

كما أن أمراض **فقر الدم المنجلي و التلاسيميا** قد تورث للجنين في صورتها الشديدة إذا كان كلا الزوجين مصابا بالمرض نفسه أو حاملا له.

٤- من المهم التأكد من عامل روسوس (فصائل الدم السالبة) عند الزوجة والتي قد تحتاج إلى علاج ومتابعة معينة أثناء الحمل وبعد الولادة.

٥- بعض أمراض جهاز المناعة أو الإصابة ببعض الفيروسات أو أمراض الجهاز التناسلي للزوجين.

٦- إعطاء بعض النصائح التي تتعلق بالنظام الغذائي وخصوصا لمن يمارس الرياضة بشكل عنيف أو من يتبعن حمية غذائية شديدة أو الملتزمات بالغذاء النباتي ، كما ننصح بإعطاء

+ يوجد في دم بعض الناس عامل اسمه " ريسوس rh " هؤلاء الناس يسمون ايجابي للار- اتش ، و الذين لا يوجد بدمهم هذا العامل يسمون سلبى للار - اتش .

+ لو حملت امرأة سلبية للار-اتش بجنين ورث عن والده الايجابية للار - اتش تتكون في دم الأم أجسام مضادة لعامل rh تظل هذه الأجسام المضادة فى دمها .

+ فلو حملت بعد ذلك تهاجم هذه الأجسام دم الجنين الجديد (لو ورث هو الأخر الايجابية للار - اتش من والده) فيتحلل دمه و يموت .

+ و توجد حقنة يعطيها الطبيب للأم لتبطل مفعول الأجسام المضادة التى تكونت فى دمها عقب حملها الأول و بذلك لا يحدث مكروه للأجنة التى تحملها بعد ذلك .

+ يجب أن يعرف الخطيبان فصائل دمها ليستعدا لو كانت الخطيبة سلبية و الخطيب ايجابي للار - اتش .

+ أما إذا إتفقا فى الفصيلة (الاثنان سلبيان أو ايجابيان) أو كانت الخطيبة ايجابية و الخطيب سلبى فلا حاجة لأخذ الحقنة المضادة بعد الولادة .

٨- تحاليل هرمونات الغدة الدرقية

Thyroid Hormones

توجد الغدة الدرقية (Thyroid Gland) في الجزء الامامي من الرقبة، وتحتوي على خلايا معينة تسمى الخلايا الجريبية (Follicular Cells) والتي تقوم بتصنيع وإفراز نوعين اساسيين من الهرمونات هما:-

٥- الكشف عن بعض الأمراض الجنسية مثل الزهري و السيلان في حالات مختارة.

٦- فحص خلايا عنق الرحم لمن سبق لهن الزواج أو المتزوجات.

٧- فحص الثدي مع عمل أشعة لحالات مختارة.

٨- فحص اختياري لمرض السل.

٩- فحص انتقائي لطفيل التوكسوبلازما.

١٠- فحص لحالات مختارة للكشف عن فيروسات الهربس و السيتوميكالفيرس و الفاريسيللا.

١١- فحوص للكروموسومات عند الضرورة.

١٢- فحص للسائل المنوي للزوج وعمل مزرعة إذا وجد ما يستدعي ذلك.

١٣- فحص بعض الهرمونات إذا وجد ما يستدعي.

أشعة تليفزيونية للبنات :- للتأكد من وجود رحم كامل التكوين و عدم وجود أى عيوب خلقية أو ألياف فى الرحم أو أكياس على المبيض (تكيس المبايض) ... إلخ و التى قد تمنع التبويض و الإنجاب .

فحص السائل المنوي للرجل :- يعتبر سليماً إذا توافرت فيه الشروط التالية

+ كميته من ٢-٥ سم مكعب .

+ عدد الحيوانات المنوية من ٢٠ - ١٠٠ مليون حيوان منوى بكل سم مكعب .

+ ٦٠ % على الأقل بصورة طبيعية غير مشوهة

+ يظل نصفها على الأقل محتفظاً بحيويته بعد مرور ٤ ساعات .

تحليل فصائل الدم rh :

البروتينات (Catabolic Protein) مما يؤدي إلى نقص

النيتروجين (Balance Negative Nitrogen) وضعف في العضلات وزيادة إخراج المواد النيتروجينية غير البروتينية في البول وزيادة نسبة الكرياتينين في البول.

٤. تلعب الهرمونات دوراً في عملية النمو البدني والنمو الجنسي (الحيوانات المنوية في الرجل).

٥. للهرمونات أهمية في نمو الأجنة أثناء الحمل ويؤدي نقصها إلى تشوهات خلقية وحالات التقزم (Cretinism) فتولد الأجنة قصيرة القامة ومصابة بتشوهات خلقية.

٦. التأثيرات الأخرى: تزيد هرمونات الغدة الدرقية من استهلاك الاكسجين في جميع أنسجة الجسم ما عدا الغدة الدرقية نفسها، ورفع درجة حرارة الجسم وتُستغل هذه الظاهرة وهي توليد الحرارة (Thermogenesis) في قياس نشاط الغدة الدرقية ويحدث الارتفاع في درجة الحرارة نتيجة للزيادة في العمليات الايضية في الجسم، وتساعد هذه الهرمونات على تحويل الكاروتينات إلى فيتامين "أ" وتساعد أيضاً على إمتصاص فيتامين "ب".

بعض الامراض المصاحبة لإختلالات

الغدة الدرقية :

(١) مرض قصور وظيفة الغدة الدرقية (Hypothyroidism) :

يمتاز الاشخاص المصابون بهذ المرض بانخفاض ملحوظ في درجة الحرارة وسرعة الايض داخل الجسم، كما ينخفض تركيز T4 ويزداد تركيز الكوليستيرول في الدم، وعادة يصاحب هذه

⊖ T4 (الثيروكسين) (Tetraiodothyronine- Thyroxine)

⊖ T3 (تـــراي ايوثيرونيـن) (Triiodothyronine)

وتحتوي هذه الهرمونات على عنصر اليود، الذي يعتمد على الغذاء كمصدر اساسي له، ويستقر معظم اليود المأخوذ من الغذاء في الغدة الدرقية ويدخل في تصنيع هرموناتها بحيث يحوي الجسم الحي على ميكانيكيات عدة تعمل على امتصاص اليود واخزله وتخزينه في الغدة الدرقية .

ولهذه الهرمونات (T3 و T4) تأثيرات على بعض العمليات التالية :

١. التأثير على ايض الكربوهيدرات: تزيد هرمونات الغدة الدرقية من مستوى الجلوكوز في الدم مع أنها تزيد من أكسدة الجلوكوز في الانسجة ولكن زيادة امتصاص الجلوكوز وزيادة تحويل الجليكوجين إلى الجلوكوز يفوق زيادة هذه الأكسدة .

٢. التأثير على ايض الدهون: تزيد هذه الهرمونات من تكسير الدهون مما يؤدي إلى زيادة نسبة الأحماض الدهنية في الدم وبالتالي زيادة تكوين الاجسام الكيتونية، وتساعد هرمونات الغدة الدرقية كذلك على أكسدة الكوليستيرول إلى الأحماض المرارية (Bile Acids) في الكبد مما يؤدي إلى نقصان مستوى الكوليستيرول في الدم.

٣. التأثير على ايض البروتينات: تساعد هرمون الغدة الدرقية بجرعات فسيولوجية على تكوين البروتين (Anabolic Protein) ولكن تؤدي الجرعات الكبيرة من هذه الهرمونات إلى تكسر

يمتاز التمثيل الغذائي للبروتينات بنقص النيتروجين كما ينقص وزن الشخص المصاب ويزداد تركيز T4 في الدم ويرتفع في بعض الحالات تركيز T3 بدلاً من T4 ويعرف هذا المرض عموماً بإنسام درقي (Thyrototoxicosis)، وقد يصاحب هذا المرض بعض الحالات مثل مرض جرافز (Graves Disease) الذي يتميز بجحوظ العينين.

الاختبارات التي تحدد وظيفة الغدة الدرقية:

١. اختبار هرمون T3 و T4 :

ليس من الضروري أن ينعكس مستوى الثيروكسين (T4) الكلي على وظيفته الفسيولوجية لأن مستويات الثيروكسين تتغير باختلاف تركيز البروتينات الحاملة (Thyroxine- Binding Globulin and Prealbumn) وهذه البروتينات تتأثر بالحالات الفسيولوجية مثل الحمل وتناول حبوب منع الحمل أو أي مركبات تحتوي على الاستروجين.

ومستوى T4 الكلي الطبيعي في الدم يتراوح ما بين ٥-١٢ ميكروجرام/١٠٠ ملليتراً (٦٥-١٥٦ نانومول / لتر).

ومستوى T3 الطبيعي في الدم يتراوح مت بين ٠.٠٧-٠.١٧ ميكروجرام / ١٠٠ ملليتر دم (٠.٩١ - ٢.٢ نانومول/لتر)

وهناك حالات ترتفع فيها مستوى T3 و T4 وحالات أخرى يقل كل منهما وسنعرض كلا الحالتين كالتالي:

حالات ارتفاع مستوى كل من T3 و T4 في الدم: (أ) فرط وظيفة الغدة الدرقية.

المرض تأخر في النمو عند الاطفال ، ويسمى هذا المرض عند المولدين التقزم وهي حالة مرضية خلقية ناشئة عن فقدان الافراز الدرقي أو اضطرابه، حيث يتأخر المولود عقلياً كما يتشوه خلقياً ويصير قصيراً ، ويمكن أن ينشأ مرض التقزم عند غياب الغدد نفسها إضافة إلى انخفاض T4 و T3

أما عند الكبار فإن المرض يسمى بالخرب (Myxoedema) وهو مرض جلدي ناشيء عن قصور الغدة الدرقية ، ويمتاز المصابون بهذا المرض بجفاف الجلد وفقدان النشاط العضلي والجسدي.

وقد يكون مرض قصور وظيفة الغدة الدرقية أولي (Primary) أو ثانوي (Secondary) والسبب في قصور الغدة الدرقية الاولي يعود لمرض الغدة الدرقية نفسها، وفي هذه الحالة فإن نسبة الهرمون المنبه للغدة الدرقية (TSH) يرتفع في الدم وبالتالي تتضخم الغدة .

وإذا كان المرض ثانوي فهو نتيجة لمرض في الغدة النخامية ، وفي هذه الحالة يقل تركيز هرمون (TSH) في الدم

(ب) مرض فرط وظيفة الغدة الدرقية (Hyperthyroidism):

تزداد في هذه الحالة سرعة التمثيل الغذائي (الايض) في الجسم بمعدل ٤٠-٦٠%، ويصاحبها مرض نقص الكوليستيرول في الدم (Hypocholesterolaemia) وكذلك ارتفاع مستوى الجلوكوز في الدم (Hyperglycaemia) وظهوره في البول (Glucosuria).

يعتبر هذا الحساب مقياساً للأجزاء غير المُحمّلة من الجلوبيولين الحامل للثيروكسين، فإذا أُضيف (T3) المشع إلى سيرم المريض فإن جزءاً منه يصبح مرتبطاً بالبروتين ويبقى الجزء الآخر حراً، ثم يُمتص هذا الجزء الحر على (Resin) (هي مادة مماثلة تُعد كيميائياً لأغراض صناعية) ويمكن فصله من السيرم لأن نسبة (T3) الممتصت على

(Resin) تتناسب عكسياً مع الجزء الخالي من البروتين الحامل. وهذه النسبة تتراوح طبيعياً بين ٢٥-٣٥%

نحصل على قيمة مرتفعة في حالة فرط وظيفة الغدة الدرقية وفي الحالات المصاحبة لـ انخفاض مستوى الجلوبيولين الحامل للثيروكسين أيضاً بدون أي تغيير في وظيفة الغدة الدرقية. ونلاحظ انخفاض قيمة هذه النسبة في حالة قصور وظيفة الغدة الدرقية وفي الحالات المصاحبة لـ ارتفاع مستوى الجلوبيولين الحامل للثيروكسين أيضاً بدون أي تغيير في وظيفة الغدة الدرقية.

قياس T4 الحر (FT4I - Free Thyroxine) :

يعتبر هذا القياس مقياساً لكمية (T4) الحر من السيرم ونحصل عليه بضرب قيمة (T4) بنسبة (T3) الممتصة على الـ (RT3 u) Rein

نحصل على قيم مرتفعة في حالات فرط وظيفة الغدة الدرقية، ونحصل على قيم منخفضة في حالات قصور وظيفتها بصرف النظر عن أي تغيير في مستوى الجلوبيولين الحامل للثيروكسين في الدم.

٣. الهرمون الهنبة للغدة الدرقية (TSH) (Thyroid Stimulating Hormone) :

(ب) ارتفاع مستوى البروتين في الحامل للثيروكسين (Thyroxine - Binding (TBG Protein (ج) مرض جرافز. (د) اثناء التهاب الغدة الدرقية النشط. (هـ) تسمم الغدة الدرقية بواسطة T3 حالات انخفاض مستوى كل من T3 و T4 في الدم:

(أ) قصور وظيفة الغدة الدرقية. (ب) انخفاض مستوى البروتين الحامل للثيروكسين. (ج) بعد الاستئصال الجزئي أو الكلي للغدة الدرقية.

٦. اختبار الثيروكسين الحر (T4 Free) :

يعتمد النشاط الايضي لهرمون (T4) على تركيز الـ (T4) الحر (غير المحمول على بروتين). ويتراوح المستوى الطبيعي لهذا الهرمون الحر ما بين ٠.٠٨-٢.٤ نانوجرام/١٠٠مليتر (٠.٠١-٠.٠٣ نانومول/لتر).

يرتفع ↑ مستوى هذا الهرمون في حالة فرط وظيفة الغدة الدرقية وفي حالة إصابتها بالتهاب نشط أيضاً وينخفض ↓ مستواه في حالة قصور وظيفة الغدة الدرقية، ويفيد قياس الثيروكسين الحر في تأكيد تشخيص فرط نشاط الغدة الدرقية حينما يكون الارتفاع في الثيروكسين الكلي على الحدود العليا من المعدل الطبيعي.

حساب نسبة T3 الممتصة على الـ (Resin (Resin T3 uptake - RT3 U) :

٩- هرمون الغدة جار الدرقية
Parathyroid Hormone

توجد غدتا جار الدرقية على جانبي الغدة الدرقية ، وتفرز هذه الغدد هرمون الغدة جار الدرقية Parathyroid Hormone-PTH والخلايا المفرزة تُعرف بخلايا شيف(Chief-Cells).

ويعتبر هرمون الغدة جار الدرقية(PTH) من الهرمونات البروتينية، حيث يتكون من سلسلة متعددة الببتيدات، يتم تنظيم إفراز هرمون (PTH) عن طريق تركيز أيونات الكالسيوم(++)Ca في الدم لوجود علاقة عكسية بينهما.

وظائف هرمون الغدة جار الدرقية (PTH):

يؤثر هرمون (PTH) على تركيز الكالسيوم في الجسم حيث يزيد تركيز الهرمون بسبب تأثيره المباشر على الكلية والعظام وتأثيره غير المباشر على امتصاص الأمعاء للكالسيوم، ويقلل تركيز الفوسفور بسبب التأثير المباشر للهرمون على ترشيح الكلية

وأهم وظائف هذا الهرمون هي:

١- التأثير على الكليتين:

يؤثر هرمون (PTH) على الكلية بزيادة امتصاصها للكالسيوم، وزيادة إفرازها للبوليتاسيوم والفوسفور وحمض الكربونيك ($HCO_3, Pi, K+$)، ونقص إفراز أيون الهيدروجين والأمونيا (H^+, NH_4).

تخضع المواقع الناقلة للصوديوم والكالسيوم والواقعة في الأنابيب البعيدة (Distal Renal Tubule)، لتأثير زيادة امتصاص الكالسيوم، أما تأثير الهرمون على الفوسفور فيمكن في تثبيطه لنقل الفوسفات في موقعين مختلفين أحدهما في

يُفرز هذا الهرمون من الفص الأمامي للغدة النخامية (Anterior Pituitary Gland) الموجودة في قاع المخ بعد وصول إشارة لها من الهايبوثلامس (Hypothalamus) (ماتحت السرير البصري - في الدماغ المتوسط) ويعمل هذا الهرمون على تنشيط دخول اليود للغدة الدرقية لتصنيع هرمونات T3 و T4 والغرض من هذا التحليل هو تحديد موضع ونوع المرض الذي يصيب الغدة الدرقية.

وتتراوح نسبته الطبيعية في الدم من ٠.٥-٥ممل وحدة دولية/لترًا.

ونلاحظ ارتفاع مستوى هرمون TSH بعد استئصال الغدة الدرقية الجزئي، وفي حالات قصور وظيفة الغدة الدرقية الابتدائي والتي ينتج عنها مرض الخبز ، وكذلك في حالات نادرة مثل فرط وظيفة الغدة الدرقية نتيجة لخلل في الهايبوثلامس والغدة النخامية.

عموماً فإن قياس هرمون

(TSH) يفيد في الحالات التالية :

- قصور الغدة الدرقية الوراثي.
- التفريق بين قصور الغدة الدرقية الاولي والثانوي.
- إثبات قصور الغدة الدرقية الأولي (إذا كانت الاعراض قليلة).
- أثناء اختبار قصور الغدة النخامية لأي سبب.

وهناك علاقة بين هرمون الغدة جار الدرقية ومستوى الكالسيوم في الدم حيث يعتبر فرط وقصور وظيفة الغدة جار الدرقية من أهم اسباب ارتفاع وانخفاض مستوى الكالسيوم في الدم ، ويؤدي نقص الكالسيوم في الدم إلى زيادة افراز هرمون (PTH) عن طريق اثاره الغدة جار الدرقية.

وبفقد تحليل هرمون (PTH) في الحالات الاتية :

1. لتأكيد تشخيص فرط نشاط الغدة الدرقية الاولى
2. للفرقة ما بين فرط نشاط الغدة الدرقية الاولى وجميع الحالات الاخرى التي تؤدي إلى ارتفاع الكالسيوم في الدم.

وعلى ذلك تشخيص فرط الغدة الدرقية الاولى يعتمد على:

1. ارتفاع الكالسيوم في الدم.
 2. انخفاض الفوسفور في الدم.
 3. ارتفاع انزيم الفوسفاتاز القلوي (Alkaline Phosphatase)
- إن ارتفاع الكالسيوم في الدم في نفس الوقت الذي يوجد فيه ارتفاع هرمون (PTH) يكاد أن يكون دليلاً واضحاً لتشخيص فرط نشاط الغدة الدرقية الاولى.

الأنابيب البعيدة والآخر في الأنابيب القريبة للكلية (Tubule Proximal Renal)، وبالتالي يقل تركيز الفوسفور في الدم مقابل زيادة تركيز الكالسيوم.

٢- التأثير على العظام:

لهذا الهرمون أربعة تأثيرات على العظام، تتضمن جميع أنواع الخلايا العظمية:

- (أ) تثبيط تصنيع الكولاجين (Collagen) في عملية تكوين العظام (Osteogenesis) التي تتم عن طريق الخلايا المكونة (Osteoblast).
- (ب) زيادة قدرة العظام على الامتصاص.
- (ت) زيادة تحلل العظام (Osteolysis) عن طريق الخلايا الأكلة (Osteoblast) (ث) يزيد من سرعة نضوج أسلاف الخلايا في عملية تحلل الخلايا العظمية (Osteoclast) وعملية تصنيع الخلايا العظمية (osteoblast).

ونتيجة لهذه التأثيرات تقل قدرة العظام على الارتباط والإحتفاظ بالكالسيوم وتبدأ العظام بالتآكل (في الحالة المرضية).

٣- التأثير على الامعاء (Gastrointestinal Tract) :

كما ذكرت سابقاً يتم التأثير على الامعاء بزيادة امتصاص الكالسيوم والفوسفور ثم انطلاقه الى الدم، يحصل هذا نتيجة التأثير عن طريق تنشيط فيتامين "د".

ويختلف مستوى هذا الهرمون في الدم باختلاف طرق قياسه ولكن بطريقة النظائر المشعة (RIA) .

يتراوح مستوى الهرمون من ٣٠-٨٣ بيكروجرام/ لتر.

الفصل التاسع عشر (الإسعافات الأولية)

ما هي الإسعافات الأولية؟

ج- اجمع أكبر قدر من المعلومات عن الحادث :
عن طريق النظر الى الشخص ..والاحتفاظ
باهتمام المصاب وأن ينظر الى عينيك ..التكلم
بطريق هادئة وإيجابية وتعريف المصاب بنفسك
..سؤال المصاب اذا كان يمكنك المساعدة
..مراقبة الناس ..أنظر بنفسك لتعرف ما يحدث
..الاستماع لما يقوله الناس .

التقييم البدئي للمصاب (المسح الأولي) :

هي الخطوات التي تتبع للتقدم لاسعاف مصاب
ومن خلالها يتم التعرف
على العوامل التي تهدد حياة هذا المصاب وقد
يستغرق اجراء المسح الأولي عدة ثواني ويشتمل
على ثلاث خطوات :

1- تفحص المكان وخلوه من أى أخطار عليك أو
على المصاب Check .

2- تطلب المساعدة Call

3- تسعف المصاب Care

اسعاف المصاب

ابدأ بتقييم لدرجة وعي المصاب واستجابته لما
حوله عن طريق :
☺ درجة الوعي :

للتأكد مما اذا كان المصاب واعيا ويكون عن
طريق الآتى :

⇨ هذه و أسأله عما اذا كان بخير (مع مراعاة
عدم تحريكه) .

⇨ اذا استطاع الرد أو التعبير فيعتبر واعيا .

⇨ اذا لم يستطع فاطلب من أحد المارة الاتصال
بالاسعاف ، ولا تترك المصاب بمفرده وابدأ بالتأكد

الإسعافات الأولية عبارة عن الرعاية الفورية
التي تقدم الى المصاب قبل وصول الاسعاف أو
المساعدة الطبية .

ما هو الهدف من الاسعافات الأولية؟

- 1- ابقاء المصاب أو المريض على قيد الحياة حتى
يحضر الطبيب .
- 2- تخفيف الألم بوسائل بسيطة .
- 3- منع حدوث المضاعفات نتيجة الاصابة أو
المرض .

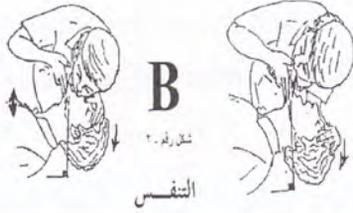
ما هي الهادى، العامة للاسعافات الأولية؟

- 1- القدرة على تقديم الرعاية السريعة للمصابين .
- 2- القدرة على الاحتفاظ بالهدوء .
- 3- السيطرة التامة على الموقف .
- 4- محاولة المسعف أن يشرح ما يقوم به للمصاب
وأهله كي يطمئنوا .
- 5- الالمام بالمكان والحدث :
- 6- عاين المكان :هل المكان آمن ؟ ماذا حدث ؟ كم
عدد

المصابين بمكان الحادث ؟ لا تحاول عمل أى
شئ لست مدربا عليه .

أ - اقترب من المصاب : حاول معرفة ما حدث
ب- ابحث عن مصابين آخرين .

٣- إذا كان المصاب لا يتنفس فيجب البدء فوراً في إعطاء تنفس صناعي عن طريق الفم للفم أو الفم للفم ثلاثاً



B

شماره ٢
التنفس

C - Circulation

الدورة الدموية : (شكل رقم ٣) -

يجب التأكد من أن قلب المصاب ينبض وذلك عن طريق جس النبض على جانبي الرقبة في البالغ والطفل أو منتصف العضد الداخلي للرضيع .

■ في حالة عدم وجود نبض ، يحتاج الأمر الى البدء في انعاش القلب والتنفس ■ ويجب أيضاً ملاحظة وجود أي نزيف حاد عن طريق فحص جسم المصاب كله



C

قياس النبض (السدورة الدموية)

وملاحظة اذا كانت الملابس متشربة بالدم وفي هذه الحالة يجب التحكم في النزيف عن طريق ربط فوق أماكن بأى رباط .

■ ويجب ملاحظة أعراض الصدمة مثل : رطوبة الجلد و برودته ، شحوب اللون ، عرق غزير ، ضعف النبض مع ازدياد سرعته .

من عدم انسداد الممر الهوائي وملاحظة التنفس وحس النبض وذلك بتطبيق سلسلة الحروف الابدجية الأجنبية A.B.C.D.E

A - Airway

الممر الهوائي : (شكل رقم ١)

يجب التأكد من أن المصاب لديه ممر هوائي مفتوح .

● فإذا كان يتكلم أو واع فهذا معناه أن ممر الهواء مفتوح .

● وإذا كان المصاب فاقد الوعي فطريقة فتح ممر الهواء تكون عن طريق دفع الرأس للخلف بقدر المستطاع مع رفع الذقن الى أعلى أما في حالة توقع حدوث إصابة بالرقبة فطريقة الفتح تكون عن طريق رفع الفك السفلي الى أعلى من الزاويتين بأصابع اليدين دون تحريك العنق..

أحيانا قد يحدث انسداد لممر الهواء بواسطة طعام أو سوائل أو أي جسم غريب ، وفي هذه الحالة يحتاج الأمر الى ازالة الانسداد أولاً .

B - Breathing

التنفس : (شكل رقم ٢)

يجب التأكد من أن المصاب يتنفس .

يجب أيضاً ملاحظة وجود أي صعوبة في التنفس أو صدور أصوات تنفس غير طبيعية وإذا كان المصاب فاقد الوعي فيجب :

١- الحفاظ على المسلك الهوائي مفتوح .

٢- سماع زفير المصاب من فم وأنف المصاب و رؤية ارتفاع وانخفاض صدر المصاب أي ملاحظة التنفس .

D - Disability

الاعاقة : -

١- الاعاقة الذهنية : يجب التأكد بعد ذلك من مستوى أو درجة وعى المصاب ، ونبدأ التقييم بهز الكتفين برفق كما ذكر من قبل ثم نسأل هل أنت بخير ؟ ما اسمك؟

نلاحظ هل ردوده منطقية ؟ هل يستجيب للصوت ؟ هل يستجيب للألم عند قرص حزمة الأذن ؟ أم هو فى غيبوبة ؟

٢- الاعاقة الجسمية : اذا كان منتبها ويرد على الأسئلة يسأل عن أماكن الألم وأى اعاقة فى تحريك أطرافه ، ونبدأ بقدرته على تحريك القدم الى الذراع الى الرأس وتجنب تحريك أى أجزاء مصابة.

E- Expousure

كشف الاصابات :

✍ كشف أماكن الاصابة سواء بقص أو خلع الملابس .

✍ لا تنس فحص الجسم من الخلف .

✍ فى حالات الحروق لا تنزع الملابس الملتصقة بشدة .

✍ ابدأ بالتعامل مع الاصابات فوراً و خصوصاً النزيف الغزير حتى لا يسبب صدمة قد تؤدى الى الوفاة .

١ - الأزمات القلبية (الذبحة

الصدرية)

Angina pectoris

ان النوبة القلبية تحدث غالباً نتيجة لحدوث إنسداد بأحد الشرايين التاجية التى تغذى عضلة القلب بواسطة جلطة أو أى شىء عائماً فى الدم أو نتيجة ضيق شديد أو تصلب بأحد هذه الشرايين ،

وهذه النوبة القلبية من الممكن أن تحدث لأول مرة أو أن تكون متكررة لعدة مرات سابقة .

ماهى أسبابها ؟

عدم التوازن بين ما تحتاجه عضلة القلب من أكسجين و ما يصل إليها حيث تحدث الذبحة الصدرية عندما يكون معدل ما يصل عضلة القلب من الأكسجين أقل مما تحتاجه لى تقوم بوظائفها بمعنى نقص نصيب عضلة القلب من الأوكسجين .

ينشأ هذا النقص من حرمان عضلة القلب من الدم الذى يحمل الأكسجين إليها نتيجة ضيق فى الشرايين التاجية التى تغذى هذه العضلة بالدم المحمل بالأكسجين وبالتالى نقص نصيب عضلة القلب من الأكسجين أو لإستنشاق هواء تضاعل معدل الأكسجين فيه

و لذلك ننصح المصاب بالذبحة بالإبتعاد عن الاجهاد البدنى و بذل أى مجهود حتى لا تزداد كمية ما تحتاجه عضلة القلب من الأكسجين عن ما يصل إليها مما يؤدى الى حدوث الذبحة .

ماهى أعراضها ؟

١- آلام حادة وضاعطة فى منتصف الصدر وراء عظمة القص ،وقد ينتشعب الألم الى أحد الكتفين أو كليهما وكذلك الابط والسطح الداخلى لأحد الذراعين أو كليهما حتى الاصبعين الخنصر والبنصر من اليد التى يتفرع لها الألم ، كذلك قد يصعد الألم حتى الرقبة والفك السفلى ، أيضاً قد يحدث الألم بين عظمى اللوح بظهر المصاب .

٢- الشعور بقصور فى التنفس مع عرق بارد وزيادة فى سرعة البنض .

٣- الشعور بالانهاك الشديد وعدم القدرة على عمل أى شىء .

- ١- صدمة كهربائية
- ٢- غرق .
- ٣- اختناق .
- ٤- جرعات زائدة من الأدوية .
- ٥- الإصابات التي تنتج عن الحوادث بصفة عامة .
- ٦- حساسية شديدة قد تحدث من قرصات أو لسعات بعض الحشرات كالنحلة مثلا
- ٧- حالات مرضية بالقلب مثال ذلك: الأزمات القلبية .

ما هي العلامات التي تؤكد الإصابة بتوقف القلب المفاجيء ؟

- ١- فقدان الوعي
- ٢- توقف التنفس
- ٣- توقف النبض

متى يتم التوقف عن عملية الانعاش ؟

- ١- عندما تعود الدورة الدموية والتنفس .
- ٢- عندما يحضر الفريق الطبي للإسعاف
- ٣- الأرهاق الشديد للمسعف .

٤- يكون وجه المريض شاحبا والشفتان والأظافر بهما زرقة واضحة ، أيضا من الممكن حدوث غثيان مع الألم أعلى البطن ثم قيء مصاحب للنوبة القلبية .

ما هي الإسعافات الأولية ؟

- ١- إجعل المريض يستريح ، إما تمدده على سرير أو تجعله يجلس بوضع نصف جالس وتتكىء ظهره على حائط أو أى شيء حتى تقلل من المجهود المبذول على عضلة القلب .
- ٢- فك الملابس الضاغطة على جسمه .
- ٣- إجعل له يستحب قرص من أقراص " النيتروجلسرين " تحت لسانه حتى يزول الألم و لكن ذلك تحت إرشاد طبيب ثم توجه به إلى المستشفى .

٢- انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتها المفاجئة

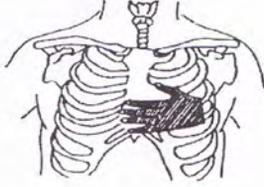
ان الهدف من تعلم انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتهما المفاجئة ، هو المحافظة على وظائف الجسم الحيوية حتى يحض الفريق الطبي

ما هو توقف القلب ؟

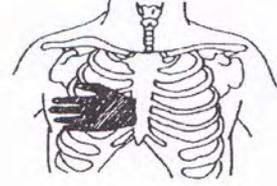
هو توقف الجهاز التنفسي والدورة الدموية عن العمل مما يؤدي الى عدم وصول الأوكسجين الى المخ وفقدان المصاب لوعيه ، ويجب التدخل السريع لانعاش المصاب خلال ٣ الى ٥ دقائق وذلك للاقلال من نسبة حدوث المضاعفات مثل تلف خلايا الجسم وخاصة خلايا المخ.

ما هي أسباب توقف القلب المفاجيء ؟

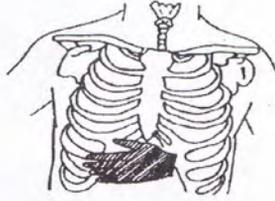
الأضرار المحتملة حدوثها أثناء عملية الانعاش :



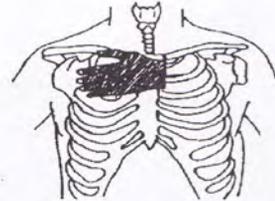
(ب) أقصى اليسار
كسر الضلوع يؤدي الى تمسك الرئة والقلب



(أ) أقصى اليمين
كسر الضلوع يؤدي الى تمسك الرئة

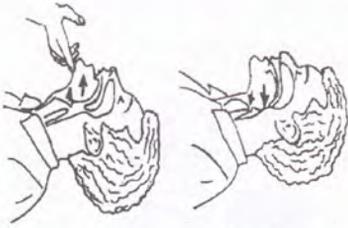


(د) منخفض جداً
كسر الغضروف الخنجرى يؤدي الى تمسك الكبد



(ج) عالي جداً
كسر عظمة الترقوة

الأوضاع الخاطئة ليد المسعف على صدر المصاب



٦- قرب وجهك وأذنيك من فم وأنف المصاب لتقوم بملاحظة حركة الصدر، وتحسس واسمع صوت التنفس الخارج على أحد الخدين للتأكد مما إذا كان التنفس مستمرا أو أنه قد توقف (أنظر الشكل التالي).



٧- استمر في فتح الممرات الهوائية حتى لا يسد اللسان الممرات الهوائية .

٨- أحكم وضع فمك على فم المصاب مع سد أنف المصاب باليد الموضوعة على الجبهة حتى لا يتسرب الهواء الداخل واعطى ٢ زفير متتاليين ولاحظ ارتفاع الصدر أثناء الزفير (أنظر الشكل



التالي).

٩- دع الزفير يخرج من المصاب حيث احتجاز الزفير يؤدي الى انتفاخ البطن واحتمال حدوث قيء مؤخرا .

انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتهما لشخص بالغ بواسطة مسعف واحد .

عملية انعاش القلب والتنفس يجب تتم في أسرع وقت ممكن (١-٣ دقائق) بحيث لايزيد الوقت بين الاصابة والانتقاذ على (٣-٥ دقائق) فان كل دقيقة تأخير في انقاذه تؤدي الى اصابة الشخص بضمور خلايا المخ مما يؤدي الى الغيبوبة أو الشلل بعد اسعافه .

ما هي الخطوات التي يتم بواسطتها انعاش المصاب؟

١- هز كتف المصاب بلطف للتأكد من فقدان الوعي .

٢- اصرخ بصوت عال (هل أنت بخير؟) للتأكد من فقدان الوعي .

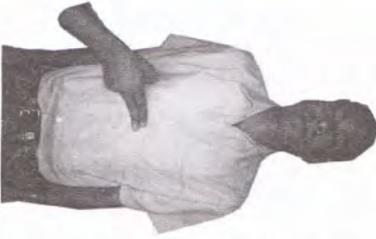
٣- اطلب المساعدة من الغير بطلب الاسعاف

حيث أنه اذا تركت المصاب لاحضار مساعدة بنفسك فهذا يؤدي الى ضياع الوقت

٤- لف المصاب بحيث ينام على ظهره مع مراعاة اسناد الرقبة والرأس لبدء عملية الانعاش (أنظر الشكل التالي) .



٥- اثن رأس المصاب للخلف باليد اليسرى مثلا مع رفع الذقن لأعلى باليد اليمنى حتى لا يسد اللسان الممرات الهوائية (أنظر الشكل التالي)



١٦- ضع مؤخرة عظمة اليد الأخرى بجوار الاصبعين (انظر الشكل التالي)



١٧- ضع اليد الأولى على الثانية (انظر الشكل



التالي)



١٨- اضغط على القفص الصدري حتى ينضغط من ٤ الى ٥ سم مع مراعاة الأتي: ٥٠% ضغط ، ٥٠% انبساط ، حتى يسمح بملء وتفريغ القلب بانتظام .

أ- أن يكون الضغط من الكتف عموديا ، لتجنب مضاعفات اصابة الصدر بالكسور (انظر الشكل التالي).

١٠- انظر الى حركة الصدر واستمع الى صوت الزفير الخارج من المصاب بعد اعطاء كل زفير منك للتأكد من أن الهواء قد خرج .

١١- افحص الشريان السباتي بالرقبة وذلك بوضع اصبعين على التجويف الواقع بين تفاحة آدم والعضلة المارة بالرقبة للتأكد من أن الدورة الدموية لم تتوقف بعد (انظر الشكل التالي) .



١٢- اذا وجد نبض بالمصاب ولكن لا يوجد تنفس اعط ١٢ زفير .

١٣- اذا لم تحس النبض ، اركع بجوار كتف المصاب للاستعداد لاجراء تدليك خارجي للقلب .

١٤- ضع الاصبعين الوسطى والسبابة على أسفل الصدر و تحسس حافة القفص الصدري صاعدا الى منتصفه حتى تصل الى الغضروف الخنجرى المتصل بأسفل عظمة القص (انظر الشكل التالي)



١٥- ضع الاصبعين الوسطى والسبابة على الغضروف الخنجرى (انظر الشكل التالي) .

☺ إذا حضر شخص لمساعدتك اطلب منه استدعاء الإسعاف ويجب على المساعد إبلاغ الإسعاف بالآتي :

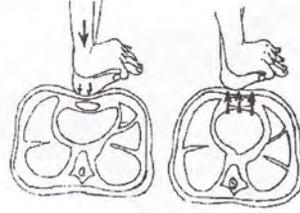
- 1 عنوان المصاب .
- 2 ماذا حدث للحالة (أزمة قلبية _ سكتة قلبية _ حادث تصادم ...)
- 3 رقم التليفون الذى يتكلم منه .
- 4 عدد المصابين الذين يحتاجون لإسعاف .
- 5 حالة المصابين وقت البلاغ .

ويجب على المبلغ وضع سماعة التليفون فى نهاية الحديث بعد أن يضعها الشخص الذى يتلقى البلاغ ،حتى يتأكد تماما أن الشخص الذى يتلقى البلاغ قد اكتفى بالمعلومات اللازمة.

أما إذا لم يحضر أى شخص لمساعدتك ، أستمروا فى عمل انعاش القلب والتنفس لمدة دقيقة ثم أسرع لاستدعاء أى شخص لطلب الإسعاف والعودة سريعا للمصاب لاستكمال انعاش القلب والتنفس .

خطوات انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتها لطفل (١-٨ سنوات)

تتبع خطوات طريقة الأداء كما هى فى الشخص البالغ من (١-١٥) ... ١٦-ضع يدا واحدة فقط على الجزء المنتصف من عظمة القص بين الحلمتين لأن القفص الصدرى فى الصبى يكون ضعيفا (أنظر الشكل التالى) .



ب - أن يكون الكوعان مستقيمين، حيث أن الكوع المثنى يضعف الضغوطات (انظر الشكل التالى) .



ج- تكون حركة الضغطة من مفصل الفخذ مع استخدام وزن الجسم فى الضغوطات ، حيث هذه الطريقة تؤدى الى يسر بدون مجهود .

١٩-قم باجراء المعدل المناسب لتدليك القلب والتنفس الصناعى بحيث يكون ١٥ ضغطة الى ٢ زفير لكل دورة وتكرر الدورة أربع مرات .

٢٠-لاحظ حركة ارتفاع الصدر أثناء اعطاء الزفير .

٢١-احرص أن يكون معدل الضغوطات فى نهاية الدورات الأربعة (٦٠-٨٠ ضغطة /دقيقة) .

٢٢-افحص الشريان السباتى كل ٤ دورات ، للتأكد من رجوع النبض أو استمرار توقفه

٢٣-إذا وجد نبض اعط ١٢ زفيرا مع فحص النبض من آن الى لآخر .

٢٤-إذا لم يحس النبض ،فاستمر فى تدليك القلب والتنفس الصناعى .



١٧- اضغط بقوة لأسفل تصل (٢-٣ سم) مع مراعاة جميع الارشادات في الشخص البالغ .

١٨- قم بإجراء المعدل المناسب لتدليك القلب و التنفس الصناعي بحيث يكون (٥) ضغطات الى (١) زفير لكل دورة، وتكرر الدورة عشرين مرة

١٩- لاحظ حركة ارتفاع الصدر أثناء اعطاء الزفير .

٢٠- احرص أن يكون معدل الضغوطات فى نهاية الدورات العشرين (١٠٠ ضغطة/دقيقة).

٢١- افحص الشريان السباتي، للتأكد من استمرار توقف النبض أو رجوع النبض

٢٢- اذا وجد نبض اعط ٢٠ زفيراً مع فحص النبض من أن الآخر .

٢٣- اذا لم يحس النبض فاستمر فى تدليك القلب والتنفس الصناعي .

٢٤- افحص الشريان كل دقيقة أى بعد كل (٢٠) دورة ثم اعط تنفساً واحداً مع بداية الدورة التالية ..

كرر دورات تدليك القلب والتنفس الصناعي كما سبق ..

انعاش القلب والتنفس بعد توقف

وظيفةها المفاجئة

لرضيع (أقل من سنة) :

الخطوات التى يتم بواسطتها انعاش المصاب :

١- هز كتف الرضيع للتأكد من فقدان الوعي.

٢- اطلب المساعدة ...

٣- لف الرضيع المصاب بحيث ينام على ظهره مع مراعاة اسناد الرقبة والرأس لبدء عملية الانعاش.

٤- اثن رأس الرضيع للخلف برفق حتى لاتسد مجرى الهواء مرة ثانية وكذلك يمكن أن يتأثر العمود الفقرى بضرر اذا فتحت مجرى الهواء بشدة أو يمكن ثنى رأس المصاب بدفع الفكين للخلف مع رفع الذقن لأعلى، استمر فى فتح الممرات الهوائية (أنظر الشكل التالى)



ملحوظة : اذا كان هناك شك أن الحادث قد تسبب فى اصابة العمود الفقرى (مثل السقوط من مكان مرتفع) يجب اتخاذ الاحتياطات اللازمة لمنع المضاعفات ومراعاة عدم ثنى الرقبة للخلف بشدة أثناء انعاش القلب والتنفس

٥- قرب وجهك وأذنك من فم وأنف



المصاب لتقوم بملاحظة حركة الصدر وتحسس واسمع صوت التنفس الخارج على أحد الخدين

للتأكد مما اذا كان التنفس مستمرا أو أنه قد توقف (أنظر الشكل).

٦- استمر في فتح الممرات الهوائية حتى لا يسد اللسان الممرات الهوائية .

٧- احكم وضع فمك على فم وأنف الرضيع معا لأن المسافة بين الفم والأنف قصيرة وذلك لأن سد الأنف بالأصابع يبعد فم المسعف عن فم الرضيع ويؤدي الى تسرب الهواء للخارج (أنظر الشكل التالي)



٨- اعط ٢ زفير متتالين ولاحظ ارتفاع الصدر أثناء اعطاء الزفير .

٩- دع الزفير يخرج من المصاب حيث احتجاز الزفير يؤدي الى انتفاخ البطن واحتمال حدوث قىء مؤخرا .

١٠- انظر الى حركة الصدر واستمع الى صوت الزفير الخارج من المصاب بعد اعطاء كل زفير منك للتأكد من أن الهواء قد خرج .

١١- افحص الشريان العضدى تحت الابط لأن رقبة الرضيع صغيرة ويصعب تحسس النبض فيها (أنظر الشكل التالي) .



١٢- اذا وجد نبض ولكن لا يوجد تنفس اعط ٢٠ زفيرا .

١٣- اذا لم تحس النبض ضع الرضيع على منضدة أو أى مكان صلب لكى يكون فى متناول يدك وكذلك ليكون التدليك الصناعى للقلب فعالا .

١٤- تخيل خطا وهميا بين الحلمتين .

١٥- ضع ثلاث أصابع أسفل الخط الوهمى مباشرة وارفع الاصبع القريب من الخط الوهمى لكى تكون قريبا الى منتصف عظمة القص واضغط بأصبعين فقط (أنظر الشكل التالي).



١٦- اضغط بقوة لأسفل (١.٥-٢.٥سم) مع مراعاة الارشادات كما فى الشخص البالغ .

١٧- قم باجراء المعدل المناسب لتدليك القلب الى التنفس الصناعى بحيث يكون (٥) ضغطات الى (١) زفير لكل دورة وتكرر الدورة عشرين مرة ولاحظ حركة ارتفاع الصدر أثناء اعطاء الزفير .

١٨- احرص أن يكون معدل الضغوطات فى نهاية الدورات العشرين لا يقل عن ١٠٠ اضعطة/دقيقة.

١٩- افحص الشريان العضدى للتأكد من استمرار توقف النبض أو رجوعه .

٢٠- اذا وجد نبضا اعط ٢٠ زفيرا مع فحص النبض من آن لآخر .

٢١- اذا لم يحس النبض استمر فى انعاش القلب والتنفس وتختصر بالحروف الثلاث التالية .

C.P.R = Cardio Pulmonary Resuscitation

Cardio	قلب
Pulmonary	تنفس
Resuscitation	إنعاش

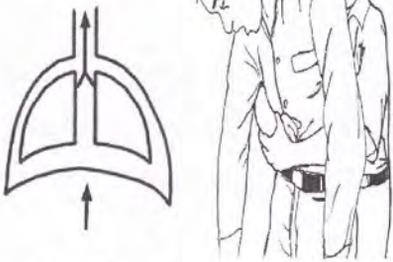
ملخص لعملية إنعاش القلب والتنفس

رضيع	طفل	بالغ	
فوق ١٠٠/ق	فوق ١٠٠/ق	٦٠-٨٠/ق	نبض/دقيقة
١.٥-٢.٥ سم	٢-٣ سم	٣-٥ سم	عمق الضغطة
١/٥	١/٥	٢/١٥	تدليك/تنفس
٢٠/ق	٢٠/ق	٤/ق	عدد الدورات/ق
٢٠/ق	٣٠/ق	١٠-١٢/ق	تنفس/ق
٣/١ ث	٣/١ ث	٥/١ ث	تنفس/ث
٢ إصبع	راحة يد واحدة	راحة اليدين	قوة التدليك
إصبع واحد أسفل الخط	النصف الأسفل	النصف الأسفل	مكان التدليك
الوهى بين الحلمتين	لعظمة القص	لعظمة القص	

٤- إذا لم يستطع الرد عليك أو لا يستطيع أن يسعل (يكح) وبدأ في امسك رقبته (أنظر الشكل التالي)



...اتبع خطوات طريقة هايمليك حتى يلفظ الجسم خارج مجرى الهواء وذلك كالآتي : (أنظر الشكل التالي)



-قف خلف المصاب ولف ذراعيك حول خصره (الوسط) .

-ضع جانب الإبهام من قبضة يدك أمام بطن المصاب فوق السرة مباشرة وأمسك قبضتك باليد الأخرى .

-اضغط الى الداخل و أعلى البطن بدفعات سريعة

-كرر هذه الدفعات السريعة .

ملحوظة : هذه الطريقة لا تتبع في حالة الحامل أو البدین لأنها قد تسبب نزيفا للحوامل و كذا الدفعات قد تضعيح كلها في الطبقة الدهنية دون جدوى في حالة الشخص البدین ...لذلك يتم وضع

٣-انسداد مجرى الهواء المفاجيء

انسداد المسالك التنفسية العليا يمكن أن يؤدي الى فقدان الوعي وتوقف التنفس والقلب أى يمكن أن يؤدي الى الوفاة .

ماهى أسباب انسداد مجرى الهواء ؟

١-انسداد المسالك التنفسية بالطعام أو السوائل مثل القيء أو دم أو افرازات (بلغم) فى حالات التهابات الجهاز التنفسى أو امتلاء المسالك التنفسية بالماء والطين كما يحدث فى حالات الغرق .

٢-ابتلاع جسم غريب مثل النقود، بلى، مسامير كما يحدث مع الأطفال .

٣- سقوط اللسان للخلف وانحشاره فى البلعوم كما فى حالات الغيبوبة عندما تكون رأس المريض مثبتة على الصدر وليست وليست فى الوضع الصحيح على أحد الجانبين .

فتح مجرى الهواء المسدود لمصاب

فى وعى

(شخص بالخ)

١-لاحظ المصاب اذا كان قد شرق أو أحس بالاختناق، للتأكد من أن المجرى الهوائى مسدود

٢-اسأل المصاب عما اذا كان يريد مساعدة ؟

٣-اطلب من المصاب أن يسعل (يكح) حيث أنه اذا كان الانسداد جزئيا للممرات الهوائية ، فان السعال يساعد على طرد الجسم الغريب .

طريقة خطافية مع جذب اللسان و الفك لأسفل

٥- إذا لم تنجح في ازالة الجسم الغريب اعط المصاب تنفس لمرة واحدة لكي يحصل المصاب على بعض الأكسجين ولاحظ ارتفاع الصدر . اذا لم يرتفع الصدر اتبع طريقة هايمليك حتى يلفظ الجسم الغريب خارج مجرى الهواء وذلك كالآتي (أنظر الشكل التالي):



طريقة هايمليك في وضع الإستلقاء على الظهر

+ اجلس على ركبتيك بحيث تحيط بفخذى المصاب .

+ ضع راحة يد واحدة فوق السرة (أو تحت القص الصدرى فى حالة الحامل والشخص البدين) .

+ ضع اليد الأخرى على الأولى و اضغط لأعلى البطن بخمس دفعات سريعة متتالية

٧-كرر الخطوات ٤,٥,٦ الى أن يلفظ الجسم الغريب أو تأتى مساعدة الاسعاف والمختصين .

٨-إذا تمكنت من اخراج الجسم الغريب فابدأ فى اعطاء المصاب عدد ٢ زفير و لاحظ ارتفاع الصدر .

٩- افحص النبض اذا وجدت نبضا اعط المصاب عدد ١٢ زفيراً لمدة دقيقة ، واذا لم يوجد نبض ابدأ بانعاش القلب والتنفس

البيدين على منتصف عظمة القص (أنظر الشكل التالى) .

طريقة هايمليك للحامل و الشخص البدين



فتح مجرى الهواء البسود لهصاب

فاقد الوعي

(شخص بالغ)

١- إذا كان المصاب ملقى على وجهه يجب أن تلقه و تضعه فى وضع الاستلقاء على ظهره لكي تتمكن من فتح مجرى الهواء .

٢- اطلب مساعدة أحد بجوارك بأن يطلب الاسعاف .

٣- اثن رأس المصاب للخلف مع امالة بسيطة على أحد الجانبين حيث من المحتمل أن يخرج الجسم الغريب من تلقاء نفسه عند وقوع المصاب على الأرض .

٤- فى حالة عدم خروج الجسم الغريب ادخل اصبعيك لمسح فم المصاب من الداخل بطريقة خطافية لازالة الجسم الغريب (أنظر الشكل التالى)



١- عدم ازالة الجسم الغريب من فم الطفل دون أن تراه لأن مساحة الفم صغيرة ومن السهل أن يزرغ للداخل مرة ثانية .

٢- اذا كان الطفل بدينا تقوم باجراء خمس دفعات متتالية على الصدر بحيث تضع عقب راحة يد واحدة على منتصف عظمة القص لأن الدفعات في البطن تضيق فاعليتها في الطبقة الدهنية (أنظر الشكل التالي) .



فتح مجرى الهواء المسدود لهصاب في وعيه (رضيع أقل من سنة)

١- لاحظ صعوبة التنفس على الرضيع مع تغير اللون الى الزرقة للتأكد مما اذا كان المجرى الهوائى مسدودا بجسم غريب .

٢- باعد بين فخذى الطفل ووجهه لأسفل بحيث يكون الرأس في مستوى أدنى من الجذع حيث أن الجاذبية تساعد على طرد الجسم الغريب في هذا الوضع .

٣- ضعه على ساعدك و اسنده على فخذك حتى تسنده وتتجنب وقوعه من يدك

٤- قم باجراء (٥ ضربات) على الظهر بقوة بين لوحى الكتفين مستعملا عقب اليد (أنظر الشكل التالي) .

ملحوظة : هذه الطريقة لا تتبع في حالة الحامل أو البدين لأنها قد تسبب نزيفا للحوامل و كذا الدفعات قد تضيق كلها في الطبقة الدهنية دون جدوى في حالة الشخص البدين... لذلك يتم وضع اليدين على منتصف عظمة القص (أنظر الشكل التالي).



طريقة هايمليك في وضع الإستلقاء على الظهر في حالة الحامل أو الشخص البدين

فتح مجرى الهواء المسدود لهصاب في وعيه (صبي ١-٨ سنوات)

تتبع طريقة الأداء كلها كما هي في الشخص البالغ مع اختلاف واحد وهو أن : تركع خلف الصبي أو ترفعه اليك وأنت واقف (لأن الطفل قصير) لتقوم باجراء الدفعات الى أن يلفظ الجسم الغريب (أنظر الشكل التالي)



فتح مجرى الهواء المسدود لهصاب فاقد الوعي (لصبي ١-٨ سنوات)

تتبع طريقة الأداء كلها كما هي في الشخص البالغ فاقد الوعي مع مراعاة :

٤- قم بإجراء (٥ ضربات) على الظهر بقوة بين لوحى الكتفين مستعملاً عقب اليد .

٥- اقلب الرضيع على ظهره مع المحافظة على وضع الرأس فى مستوى أدنى من الجذع حيث أن الجاذبية الأرضية تساعد على جذب الجسم الغريب لأسفل .

٦- ضع اثنين أو ثلاثة من أطراف الأصابع على منتصف عظمة القص بين الحلمتين .

٧- اضغط على صدر الرضيع خمس ضغوطات سريعة للدخال حتى يتحرك الهواء داخل القصبة الهوائية ليطرد الجسم الغريب .

٨- افتح فم الرضيع وانظر داخله اذا رأيت الجسم الغريب التقطه أما اذا لم تراه فلا تحاول إخراجة .

٩- اعط عدد واحد زفير للرضيع و لاحظ ارتفاع الصدر .

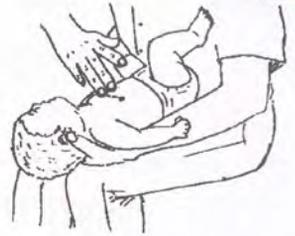
١٠- اذا لم يرتفع الصدر كرر الخطوات (٤-٩) إلى أن يلفظ الجسم الغريب .

١١- إذا تمكنت من إخراج الجسم الغريب فابدأ فى إعطاء الرضيع عدد ٢ زفير و لاحظ ارتفاع الصدر .

١٢- افحص النبض إذا وجدت نبضاً اعط الرضيع عدد ٢٠ زفير لمدة دقيقة أو يستعد التنفس و إذا لم يوجد نبض ابدأ بإنعاش القلب والتنفس .



٥- اقلب الرضيع على ظهره مع المحافظة على وضع الرأس فى مستوى أدنى من الجذع (انظر الشكل التالى)



٦- ضع اثنين أو ثلاثة من أطراف الأصابع على منتصف عظمة القص بين الحلمتين .

٧- اضغط على صدر الرضيع خمس ضغوطات سريعة للدخال حتى يتحرك الهواء داخل القصبة الهوائية ليطرد الجسم الغريب .

٨- كرر الخطوات (٤-٧) الى أن يلفظ الجسم الغريب للخارج .

فتح مجرى الهواء المسدود لهصاب فاقد الوعى (رضيع أقل من سنة)

١- اذا كان الرضيع ملقى على وجهه يجب أن تلفة وتضعه فى وضع الاستلقاء على ظهره لكى تتمكن من فتح مجرى الهواء

٢- اطلب مساعدة أحد بجوارك [ان يطلب الاسعاف .

٣- افتح فم الرضيع وانظر بداخله اذا رأيت الجسم الغريب التقطه أما اذا لم تراه فلا تحاول إخراجة .

٤- الحروق و علاج آثار الحروق

Burns & Burn Scars

معظم المستحضرات الجلدية التى تحتوى على مضادات حيوية يمكن ان تستعمل فى علاج الحروق .

الحروق هي إصابات تنشأ من تعرض الجسم لمؤثر خارجي شديد الحرارة أو لمولد كيميائية كاوية أو للهب المباشر .

ما هي درجات الحروق ؟

تقسم الحروق الى عدة درجات ، الحروق الخفيفة الموجودة على منطقة صغيرة من الجلد ولا تحترق فيها طبقة الجلد العليا تسمى حروق الدرجة الاولى لذلك من السهل علاجها اما حروق الدرجة الثانية فهي التي تحترق فيها الطبقات الخارجية من الجلد مع ظهور فقاعية و ورم ظاهر و شعور بألم شديد مع إمرار خفيف وتحتاج الى عناية في المستشفى اما حروق الدرجة الثالثة فهي التي ينزح فيها الجلد بأكمله ويصل الحرق الى اعماق درجة من الجلد وهي من اخطر انواع الحروق وتحتاج الى العناية المركزة (Intensive Care) **أنظر الصورة رقم ٥٢ في نهاية الكتاب** وفي الحالتين الثانية والثالثة لا يشعر المريض بالم شديد نظرا لاحتراق الاعصاب الموجودة في الجلد والتي تعكس الاحساس بالالم .

ما هي أسباب الحروق ؟

- ١- الحرارة الجافة مثل اللهب .
- ٢- الحرارة الرطبة مثل السوائل الساخنة -٣
- الصعق الكهربائي.
- ٤- الأشعة العميقة .
- ٥- المواد الكيميائية مثل الأحماض و القلويات .

تعليقات هامة :

- ١- لا تنتزع أى شيء ملتصق بالجزء المحترق عند خلع ملابس المصاب بل قص حولها بمقص .

- ٢- لا تضع قطناً طبيياً فوق الحرق مباشرة.
- ٣- لا تضع مشمعا لاصقا لربط الغيار فوق الجزء المحترق .
- ٤- لا تقم بفتح الفقاع الناتجة عن الحروق لأنها تحتوى على سوائل و بلازما مفيدة للحروق .

ما هي العلامات التي تدل على الخطر ؟

- ١- زيادة مساحة الجزء المحترق عن ٢٠ % من مساحة الجسم بالنسبة للبالغين و ١٠ % بالنسبة للأطفال.
- ٢- احتراق الوجه أو اليدين أو الصدر
- ٣- حدوث تدهور في درجة وعى المصاب.

الإسعافات الأولية للحروق :

- ١- وضع الماء البارد على المكان المحترق بسرعة هو من اهم الإسعافات الأولية وذلك لمنع امتداد حرارة الحريق الى الطبقات الداخلية من الجلد وتدميرها ونحذر من وضع ثلج على الحرق لانه قد يحول الحرق الحرارى الى حرق ثلجى .
- ٢- يوضع على المصاب غطاء دافئ وينقل فوراً للمستشفى فى حالة الحروق المنتشرة فى اماكن كبيرة من الجسم ، اما اذا كان الحرق بسيط مثل جزء من اصبع اليد فيقترح التالي :

- ١- يوضع اى مستحضر يحتوى على ليدوكيين كمخدر موضعي لتخفيف الالم الشديد الذى يصاحب احتراق بشرة الجلد
- ٢- يوضع مرهم مضاد حيوى كمطهر للوقاية من تلوث الحرق بالميكروبات مثل توبيفيران او فيوراسين او سيتريميد ويمكن وضع بخاخ يحتوى على مضاد حيوى بيفاسين او تراهي بيوتك

تأتى خلال دقائق قليلة مثل فولتارين جل ، او الفين جل ، رومافين جيل ... الخ

**ثانيا : الإسعافات الأولية للحروق الكبيرة)
حجم الجزء المحترق - حجم كف الإنسان أو
أكثر) :**

١- قم بعمل الإسعافات الأولية لتأمين التنفس و حرية المجرى الهوائى .

٢- غط الجزء المحترق كله بملابس نظيفة أو غيار نظيف .

٣- اعط المصاب جرعات من الماء أو أى مشروب آخر .

٤- إنقل المصاب إلى مركز طبي لتقديم الرعاية الطبية اللازمة .

**ثالثا : الإسعافات الأولية للحروق الناتجة
عن المواد الكيماوية :**

المواد الكيماوية غالبا ما تكون أحماض أو قلويات و هى تصيب الجلد و العين .

١ . إنزع ملابس الشخص المصاب فورا .

٢ . إغسل الجسم بماء غزير لمدة لا تقل عن ٣٠ دقيقة مستخدما الدش أو خرطوم المياه .

٣ . فى حالة إصابة العين تغسل بالماء جيدا و لا تستعمل أى مواد لمعادلة المواد الكيماوية .

٤ . غط المصاب بملاء نظيفة .

٥ . اطلب الإسعاف فورا .

٣- يطهر الحرق يوميا ويوضع كريم مضاد حيوى مثل السابق ذكره

٤- لحماية الحرق من التلوث والاسراع فى التئامه يفضل اعطاء مضاد حيوى عن طريق الفم .

**أولا : الإسعافات الأولية للحروق البسيطة
الناتجة عن الحرارة الجافة و السوائل
الساخنة :**

١- إنقل المصاب بسرعة بعيدا عن مكان الحريق .

٢- انزع من فوق الجزء المصاب الملابس أو الخواتم أو الساعة قبل أن يحدث إنتفاخ فى الجزء المحترق .

٣- إغمس الجزء المحترق فى ماء بارد لمدة ١٠ دقائق أو إلى حين إختفاء الشعور بالألم .

٤- ضع غيارا نظيفا فوق الجزء المحترق لتغطيه .

إذا كانت الملابس أو شعر المصاب مشتعلة بالنيران :

١- ضع المصاب على الأرض مستلقيا على ظهره .

٢- غط المصاب ببطانيه أو سجاده

أو إجعل المصاب يتدحرج على الأرض لكى يطفىء النار .

الحروق البسيطة لا تؤدى الى فتح الجلد) ونسميها بالعامية لسعة نار) ، و اذا كانت مصحوبة بالم شديد واحمرار فيمكن لتخفيف الألم والاحمرار وضع جل مضاد للالتهاب ونتائج

أنواع الجروح المفتوحة وأنواعها :

- ١- السحجات : و هي مجرد كشط الجلد مثل :
الخدوش البسطة أو إحتكاك بأجسام خشنة مثل الأرض و تحدث فى الأطفال غالبا من السقوط على الأرض و لايزيد النزف فى هذه الحالات عن مجرد تسرب بسيط للدم من الشعيرات الدموية و لكن إحتمال حدوث التلوث موجودا فقد يجد الغبار و البكتريا طريقهما الى الأنسجة المفتوحة .
- ٢- الجروح القطعية : و هى جروح قاطعة للأنسجة و عادة تكون منتظمة الحواف و تسببها الأجسام الحادة مثل السكاكين و قطع الزجاج و يكثر النزف من هذه الجروح .
- ٣- الجروح المتتهكة : جروح تسببها أجسام غير حادة و تكون الحواف غير منتظمة مثل معظم إصابات الحوادث المرورية.
- ٤- الجروح النزعية : و هى جروح يحدث فيها انفصال أو تمزق جزء من أنسجة جسم المصاب كإنتزاع الأصبع أو طرف الأذن أو أطراف الجسم
و تحدث عادة نتيجة لعرض الحيوانات أو الإصابات من الحوادث و الآلات و المفرقات و يعقبها عادة نزيف شديد .
و يمكن لبعض الجراحين إعادة الجزء المنتزع إلى مكانه فى الجسم و لذلك يوصى دائما أن يرسل الجزء المنتزع مع المصاب إلى المستشفى بأن يوضع الجزء المنفصل فى محلول ملح تركيزه ٠.٩% و تُلج حتى يصل به المريض إلى المستشفى .

رابعا : الإسعافات الأولية للحروق الكهربائية :



- ١- إنزع الاتصال الكهربائى فورا قبل لمس المصاب .
- ٢- تأكد أن المصاب يتنفس و أن قلبه مازال ينبض و ذلك بإحساس النبض فى أى مكان بالجسم .
- ٣- ابدأ فورا فى عملية الإنعاش للقلب و التنفس إذا لزم الأمر .
- ٤- غط المريض ببطانية نظيفة .

علام اثار الحروق :

الاثار الكبيرة والغائرة فى الجلد تعالج بعمليات ترقيع جراحية ، اما الاثار الخفيفة فيمكن ازلتها او تقليل علاماتها باستعمال مستحضر يساعد على ازالة اثار الحروق والجروح مثل جيل كونتراكتيوبكس Contractubex

٥- الجروح

هى تمزق فى أنسجة الجسم

تنقسم الجروح إلى :

- جروح مغلقة : قد تكون الجروح مغلقة عندما يبقى الجسم سليما و يحدث القطع فى الأنسجة تحت الجلد .
- جروح مفتوحة :** هى الجروح التى يظهر بها قطع خارجى فى الجلد و الجروح المفتوحة عادة ما تكون مصحوبة بنزيف خارجى .



٤. ضع رباطا ضاغطا .

٥. فى حالة عدم توقف النزيف ضع غيارا آخر وأربطه و لا تنزع الغيار السابق لأن الغيار السابق يحتوى على عوامل التجلط (تخثر الدم) و نزعه معناها إزالة عوامل التجلط و بالتالى لا يتوقف النزيف .

٦. إضغظ على الشريان الرئيسى الذى يمد المنطقة بالدم .

فى حالة النزيف الغزير من جرح مفتوح بالذراع تضغظ الشريان العضدى الرئيسى على عظمة الذراع .

فى حالة النزف الغزير من الساق تضغظ على الشريان بضغطة على عظام الحوض و بعد ذلك إنقل المصاب إلى مركز طبي حتى يمكن خياطة الجرح و إعطاؤه مصل التيتانوس .

ملاحظات : فى حالة وضع رباط ضاغظ على أحد الأطراف تأكد دائما أن أصابع اليدين و القدمين دافئه و يمكن للمصاب تحريكهما .

إذا و جدت أصابع الأطراف أخذه فى البرودة فحفف من شدة الرباط لتسمح بسريان الدم فى الأطراف و إنقل المصاب إلى المستشفى فورا .

إسعاف الجروح المفتوحة الصغرى (النزيف من جروح صغيرة) :

٥- الجروح الوخزية " النافذة " : و هى جروح تتسبب من أجسام مدببة مثل المسامير و الشظايا و قد تصل هذه الجروح إلى مسافة عميقة إلى داخل الأنسجة و عادة لا يظهر نزيف خارجى بل نزيف داخلى نتيجة إختراق الجسم المدبب الى الأعضاء الداخلية و هناك إحتمال كبير لنشاط فيروس التيتانوس .

٦- الجروح المغلقة : أو الكدمات تحدث نتيجة الإرتطام بأجسام صلبة غير حادة و قد تودى إلى نزيف فى أوعية دموية تحت الجلد (نزيف داخلى) و لكن يبقى الجلد سليما أو يكون الضرر بسيطا للجلد و نجد المصاب يشكو من ألم و نرى ورما و تلونا فى الانسجة الرخوة .

إسعاف الجروح المغلقة :

- ١- إرفع الذراع أو الساق المصابة بالجروح .
- ٢- ضع كمادات ثلج أو ماء بارد على منطقة الإصابة .
- ٣- إفحص المصاب جيدا باحثا عن كسور أو إصابات .

إسعاف الجروح المفتوحة الكبرى (النزف الغزير من جرح مفتوح) :

١. ضع غيار على الجرح
٢. إضغظ على الجرح حتى يتوقف النزيف .
٣. إرفع الذراع أو الساق المصابة بالجرح فوق مستوى القلب حتى تقلل تدفق الدم إلى مكان النزف و بالتالى تقلل النزيف (أنظر الشكل التالى).

١- اغسل الجرح جيدا بالماء و الصابون و يمكن أن يطهر بمحلول مطهر مثل البيتادين

٢- إذا كان الجرح صغيرا يمكن تركه بدون غطاء و إذا احتاج الأمر يمكن تغطيته بشمع لاصق بعد وضع قطعة صغيرة من الشاش .

٣- تأكد من أن النزيف توقف .

إسعاف النزيف البصاحب لكسر مضاعف (جرح قطعي فى الجلد + كسر فى العظام)

١- ضع غيارا نظيفا أو قطعة ملابس فوق الجرح القطعي و العظمة المكسورة .

٢- ضع كمية كبيرة من الغيارات حول العظمة و إربطها برفق برباط ضاغط.

٣- حافظ على ثبات الجزء المصاب بوضع جبيرة مناسبة مثل مسطرة أو قطعة خشب أو غيرها

٤- تأكد دائما أن أصابع الأطراف دافئة .

٥- انقل المصاب إلى مركز طبي بدون أن تحرك الجزء المصاب .

٦- النزيف Hemorrhage

هو فقدان الجسم كمية كبيرة من الدم خارج الدورة الدموية

ماهى أسباب النزيف ؟

١- أمراض الدم مثل نقص عوامل التى تساعد على التجلط .

٢- الجروح و الإصابات .

٣- أثناء أو بعد العمليات الجراحية

٤- نزيف نتيجة انفجار وعاء دموى مثل حالات

النزيف من قرحة الإثنى عشر - الدرن

الرئوى - دوالي المريء ... إلخ

ماهى مضاعفات النزيف ؟

إن إعطاء الإسعافات الأولية للشخص الذى ينزف يساعده على أن يتحسن بسرعة و يمنع حدوث

المضاعفات التالية

١- فقد الدم . ٢- الصدمة

٣- الألم ٤- التلوث الكهربائى

ماهى أعراض الصدمة ؟

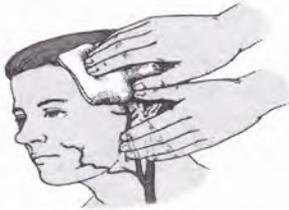
شحوب الوجه - عرق بارد - ضعف شديد - سرعة و ضعف النبض - تنفس بطيء و عميق .

ما أهمية منح هذه المضاعفات ؟

فقد كمية كبيرة من الدم + حدوث تلوث + الصدمة = أضرار

كيف يمكن إيقاف النزيف ؟

١- حاول أن توقف النزف بالضغط على موضع النزيف بضماد نظيف فإذا فشلت فحاول أن توقفه بالضغط بأصابع يديك على مجرى الشريان الذى يغذى العضو الجريح ، أو الوريد الذى يجرى فيه الدم من هذا العضو إذا كان النزف من الوريد (أنظر الشكل التالى) .



٢- إذا لم تتمكن من معسرفة مصدر النزف الشريان أم الوريد فسد الجرح بقطع من الشاش

المريض بأن يرجع رأسه إلى الخلف لأن ذلك قد يجعل الدم يدخل إلى القصبة الهوائية ، ويجب على المريض ألا يبلع الدم لأن بلع الدم سيصيبه بالغثيان .

٢- ضم فتحتي الأنف بالضغط بين الإبهام و السبابة فوق موضع النزف لمدة ١٠ دقائق مع فتح الفم للتنفس و يمكن وضع كمادات ثلج فوق قنطرة الأنف (أنظر الشكل التالي)



ملحوظة : الثلج و الماء البارد يساعد على إنقباض الأوعية الدموية و بالتالي يقلل الدم المتدفق إلى مكان الإصابة و بالتالي يقلل النزيف و العكس بالنسبة مع الماء الساخن .

٣- اطلب من المصاب عدم نفخ الهواء من الأنف لمدة ٤ ساعات و اجعله يتنفس من فمه مع عدم الكلام أو الإقلال منه و يجب على المصاب أن يتخلص من الدم الذي يتراكم في الحلق .

كيف يمكن إسعاف النزيف من الأذن ؟

في هذه الحالة يجب على المريض أن يجلس أو يرقد على ظهره و يميل رأسه بحيث تكون الأذن التي تنزفت في الوضع السفلى ثم ضع غيارا نظيفا و اربطه برباط ضاغط خفيف و لا تحش الأذن المصابة بالغيار .

المعقم ثم ضع فوق الشاش كرة من القطن ، و ضمد الجرح بضماد ضاغط ، فإن لم تجد شاشا معقما إستعض عنه [انظف قطعة قماش تقع تحت يديك .

٣- إذا فشلت كل هذه الوسائل فاستعمل ضاغطة الشرايين إذا كان النزف من جرح في الأطراف و ضاغطة الشرايين عبارة عن حزام مكون من عدة طيات من القماش لإن الحبال قد تؤذى العضو و لا يجب أن تشد الضاغطة الا بمقدار ما يوقف النزيف لان الضغط إذا افرد حتى قطع الدم لوقت طويل قد يؤدي إلى موت العضو ولذلك يجب إيقاف الضغط كل ربع ساعة .

ما هي أنواع النزيف ؟

- نزيف خارجي : هو عبارة عن فقد الدم عن طريق جرح الجلد . - نزيف داخلي

: حيث يخرج الدم من داخل الجسم إلى الخارج عن طريق الفتحات الطبيعية مثل الحالات الآتية :

- ١-نزيف الأنف (الرعاف) .
- ٢- نزيف من المعدة (القيء المعدي) .
- ٣- نزيف من مجرى البول (نزيف بولي) .
- ٤-نزيف من الشرج (نزيف شرجي) .
- ٥-نزيف من المهبل (نزيف مهبلي) .

و هناك حالات أخرى يحدث فيها النزيف الداخلي و لا يخرج الدم من جسم الإنسان .

كيف يمكن إسعاف النزيف الأنفي ؟

يحدث في الجزء الأمامي على بعد ٢ سم من مدخل الأنف .

١- حاول أن تجعل المصاب يميل برأسه إلى الأمام حتى تلمس الصدر ، و من الخطأ نصح

إسعاف النزيف الهبلي (السيدة الحامل أو ما بعد الولادة)

- ١-رفع منطقة الحوض بوضع وسادة .
- ٢-عمل كمادات باردة على البطن .
- ٣-ضم الفخذين جيدا بدلا من الضغط المباشر .

٧- إصابات العظام و العضلات و المفاصل و الأربطة

و تنقسم إلى :

١- الكسور :

وهي نوعان مغلقة و مفتوحة و هناك أنواع أخرى من الكسور .

الكسور المغلقة : وهي كسور في العظام غير

مصحوبة بجرح مفتوح على

سطح الجلد .

الكسور المفتوحة : و هي كسور مصحوبة بجرح

مفتوح في الجلد وقد يبرز إحدى طرفي العظمة

المكسورة و قد يحدث نزيف .

ما هي أعراض الكسر ؟

-سماع صوت عند حدوث الإصابة .

-ألم شديد في مكان الكسر خاصة عند تحريك

العضو المكسور .

-صعوبة حركة الجزء المصاب و حدوث صوت

خشخشة في حالة تحريكه نتيجة احتكاك قطع

العظام ببعضها .

-تورم في الجزء المكسور .

ما هي الإسعافات الأولية للكسور؟

١-عدم تحريك

الجزء المكسور و

الملابس تمزق



حول الكسر و لا تخلع

٢-تثبيت الكسر بقدر الإمكان بواسطة جبيرة .

٣-في حالة الكسور المصحوبة بنزيف يتم إيقاف



النزيف أولا ثم توضع الجبائر .

٤-في حالة حدوث هبوط أو

صدمة يجب علاجها على الفور

٥-يتم نقل المصاب إلى

المستشفى.

ما هي الجبيرة ؟

هي أى شيء قوى مثل قطعة خشب أو عصى أو

مسطرة أو كرتون مقوى وغيرها يتم بواسطتها

تثبيت الجزء المكسور حتى لا يزيد الكسر و منعا

لحدوث نزيف أو ألم ... يتم لف الجبيرة بالقطن

والشاش قبل تثبيتها على الجزء المكسور ثم يتم

تثبيتها بعد ذلك بالشاش أو المناديل أو الفوط .

٢- الجرح :

هو حدوث تمزق في الأربطة المحيطة بالمفصل

نتيجة إلتواء أو حركة عنيفة و تحدث غالبا في

المفاصل .

ما هي أعراضه ؟

ألم عند تحريك المفصل مع حدوث تورم و زرقة

نتيجة نزيف داخلي بسيط .

كيف يمكن إسعافه ؟

عمل كمادات ماء بارد مع دهان المفصل بمرهم

مثل هيموكلار Haemoclar أو ريباريل

Reparil أو ريمانال Rimanal + أقراص عن

طريق الفم مثل ريباريل Reparil مع استعمال

رباط ضاغط وفي حالة الإشتباه في كسر يجب

الذهاب إلى المستشفى .

٣- خلع المفاصل :

١- إذا شعر الشخص بأنه سيغمى عليه : ساعد المصاب أن يجلس على كرسى و يميل إلى الأمام و يضع رأسه بين ركبتيه (أنظر الشكل)



٢- إذا فقد الشخص وعيه : ضع المريض على الأرض مستقيماً على ظهره مع رفع الساقين على كرسى أو على أى شىء مرتفع (أنظر الشكل)



(التالى)

أو فى وضع الإفاقة حتى يندفع الدم إلى المخ و إرخ ملبسه و إبعاد أى تجمع من الناس حوله حتى تسمح بتجديد الهواء له.
٣- تأكد من أن المريض يتنفس و قلبه يعمل بجس النبض .

كيفية وضع المصاب فى وضع الإفاقة ؟



خطوة ١



خطوة ٢

هو إنتقال إحدى عظام المفصل من مكانها الطبيعى و أكثر المفاصل عرضه للخلع هو مفصل الكتف و يكون الخلع مصحوب بألم شديد مع عدم القدرة على تحريك المفصل و تورمه و حدوث تشوه فى شكل المفصل .

كيف يمكن إسعافه ؟

- ١- عدم محاولة إرجاع المفصل إلى وضعه الطبيعى منعا لحدوث مضاعفات .
- ٢- يتم تثبيت العضو المصاب فى الوضع المريح بواسطة مخدات أو بطاطين
- ٣- يتم نقله إلى المستشفى فوراً .

٨- الإغماء Coma

هو فقد الشخص لوعيه لفترة قصيرة (دقائق) نتيجة نقص إمداد خلايا المخ بكمية الدم اللازمه لعمله ... و فى معظم الحالات يستعيد المصاب وعيه بمجرد سقوطه على الأرض نتيجة وصول الدم إلى المخ بكمية كافية و فى حالات أخرى يفقد الشخص وعيه تماماً.

أسباب الإغماء :

الأسباب المنتجة للإغماء الألام الشديدة، وضياح دم غزير والأنيميا المخية والإصابة بالصاعقة والبرد القارس أو الحر الشديد واستنشاق غازات سامة أو هواء فاسداً، والتعب الجسدي والولادة والخوف والذعر والدهش والفرح والروائح الشديدة وشدة الأحزمة ومرض القلب والتيفوئيد والضعف الشديد الخ.

ما هى الإسعافات الأولية ؟

١- قم بحماية المصاب من أن يؤذى نفسه ، و ذلك بإبعاد أى أجسام صلبة عنه أو لهب لتجنب حرقه .

٢- ضع المريض على الأرض مستلقيا على ظهره .

٣- فك الملابس حول الرقبة لإمكان راحة المريض .

٤- انتظر حتى تنتهى التشنجات .

٥- إذا تقيأ المصاب فيجب إدارة رأسه لأحد الجانبين لتجنب ابتلاع القيء .

أثناء التشنجات :

- لا تحاول أن توقف التشنجات .
- لا تعط أى شىء بالفم .

إذا كان المصاب نائما بعد انتهاء التشنجات ، فضعه فى وضع الإفاقة و انتظر بجانبه حتى يفيق تماما .

تشنجات الأطفال :

قد تحدث التشنجات فى الأطفال نتيجة إرتفاع فى درجات الحرارة .

تشنجات المرأة الحامل :

و هذه التشنجات تكون فى غاية الخطورة و خاصة بالنسبة للمرأة الحامل .

Shock - الصدمة

ماهى الصدمة ؟

هى حالة مرضية تنتج عن هبوط حاد فى الدورة الدموية للجسم و ينتج عن ذلك عدم وصول دم أو أكسجين كاف إلى الأعضاء الحيوية لجسم الإنسان .

ماهى أسباب الصدمة ؟



خطوة ٣



خطوة ٤

٩- التشنج Convulsions

هو توتر فى جميع عضلات الجسم أو جزء منها و أحيانا تكون مصاحبة لفقدان الوعي أو يكون المصاب واعيا .

ماهى أعراض التشنج ؟

فجأة يسقط المريض مغشيا عليه و تتصلب العضلات و ذلك عدة ثوان إلى نصف دقيقة يحدث بعدها إرتعاش للعضلات و أثناء فترة التصلب قد يتوقف تنفس المصاب و يعض لسانه و ينزف مع خروج اللعاب من الفم و قد يفقد السيطرة على البول و البراز .

ماهى أسباب التشنج ؟

- ١- الأطفال تحت سن ٥ سنوات نتيجة ارتفاع شديد فى درجة الحرارة .
- ٢- المرأة الحامل (نتيجة تسمم الحمل)
- ٣- مرض الصرع .

٤- إصابات الرأس المصحوبة بنزيف

ما الواجب عمله فى هذه الحالة ؟

ملحوظة : لا تتبع هذه الخطوات فى حالة المريض بالذبحة الصدرية فحذار من إقاؤه على ظهره و رفع ساقيه لأن ذلك قد يزيد من المجهود المبذول على عضلة القلب و تحدث الذبحة .

إذا ما هو الحل فى مثل هذه الحالة ؟

الحل هو أن تجعل المريض يجلس فى وضع نصف جالس و تتكئ ظهره على حائط و تضع تحت ركبتيه مخدة أو أى شئ من هذا القبيل و تجعله فى هذا الوضع إلى أن يفيق .

١١- العض و اللسعات و اللدغات

تنقسم إلى :

- ١- عض الحيوانات (كلاب- قطط) .
 - ٢- لسع الحشرات (النحل- الناموس)
 - ٣- لدغ الزواحف (الثعبان- العقرب)
- إسعاف عض الحيوانات :**
- ١- التحكم فى كمية النزيف إن وجد .
 - ٢- غسل مكان العضة جيدا بالماء و الصابون لمدة ٥-١٠ دقائق (للتخلص من اللعاب)
 - ٣- التطعيم بالتيتانوس .

إسعاف لسع الحشرات

- ١- حاول إخراج ذنب الحشرة من الجرح بواسطة أظافر الأصابع مع مراعاة عدم عصر الذنب حتى لا يدخل ما بجعبة الذنب من سم إلى داخل الجسم .
- ٢- يغسل مكان اللسعة بماء و صابون

-فقد الجسم كمية كبيرة من الدم كما فى حالات النزيف .

-الهبوط الحاد للقلب .

- فقد الجسم كمية كبيرة من السوائل كما فى حالات الإسهال الحادة .

- الألم الشديد - الحساسية الشديدة .

- الصاعقة الكهربائية .

ماهى أعراض الصدمة ؟

تهبط الحرارة ، ويتهاك المريض و يتحول تنفسه الى تنهد طويل عميق ، و يشحب وجهه و يتصبب العرق البارد من جبينه و راحتيه و يصبح نبضه ضعيف و يزداد معدل التنفس و يبرد جسمه و قد يرتعش بعنف و تصطك أسنانه و قد يصاب بالغثيان و القيء و فى المراحل الأخيرة قد يفقد الوعى .

إذا لم يتم العلاج فى الوقت المناسب فإن الحالة تنتهى بالوفاة .

الإسعافات الأولية :

- ١- تأكد من أن المريض يتنفس .
- ٢- ضع المصاب فى وضع الإستلقاء على الظهر
- ٣- ارفع الساقين إلى أعلى قليلا بوضعها على كرسي أو شئ مرتفع .
- ٤- اجعل الرأس منخفض و ذلك لتحسن الدورة الدموية فى الجسم و خاصة الى المخ وبمجرد وصول الدم إلى المخ يبدأ المصاب فى الرجوع الى حالة الوعى .
- ٥- تهوية جيدة و إعطاء أكسجين إذا وجد .

طريق الفم و الأنف مما يعوق التنفس و الدورة الدموية .

ما هي الإسعافات الأولية للغرق ؟

١- ارفع رأس الشخص فوق مستوى الماء و انقله إلى منطقة آمنة .

٢- إذا كان الشخص فاقد الوعي قم بالخطوات الآتية :

- نظف مجرى الممرات الهوائية .
- افتح مجرى الممرات الهوائية .
- لا تحاول إضاعة الوقت في طرد المياه من الرئتين و ابدأ فوراً فى عمل التنفس الصناعى أو تدليك القلب إذا لزم الأمر .
- إذا كان الشخص يتنفس فى وضع الإفاقة
- إذا لم يكن الشخص يتنفس فابدأ عملية إنعاش القلب و التنفس .

٣- فى حالة استرداد الغريق لوعيه فمن الممكن أن يتقيأ ، و فى هذه الحالة ضعه فى وضع الإفاقة حتى لا يدخل الماء الذى يتقيؤه إلى الرئتين

١٣- ضربة الشمس

Sun stroke (Heat stroke)

ينتج التعرض لحرارة الجو الشديدة إصابات مختلفة منها :

- ١- الصدمة الحرارية (ضربة الشمس) و هى شديدة الخطورة
- ٢- الإنهاك الحرارى (الإجهاد) .

الصدمة الحرارية (ضربة الشمس) :

٣- ضع كمادات باردة على مكان اللسعة لتخفيف الألم و الورم .

٤- لعلاج أعراض الحساسية الناتجة عن اللسع يمكن دهان مرهم مضاد للحساسية مثل بيتاديرم Betaderm - أو إنسكت بايت Insect bite - أو بيتنوفيت Betnovate .

الحساسية الناتجة عن لسع الحشرات :

هى نوع من التسمم ، تحدث الصدمة خلال ثوان أو دقائق بعد اللسعة

(للأفراد الذين لديهم حساسية) .

إسعاف لدغة الثعبان و العقرب :

١- أرقد المصاب ووفر له الهدوء حتى لا يزيد سرعة النبض فزيادته خطر على المصاب .

٢- إذا كانت اللدغة فى الأطراف فإستعمل ضاغطة الشرايين فى مكان يعلو موضع اللدغة و شدها بقوة بحيث توقف مجرى الدم فى الأوردة و من اللين بحيث لا يمنع سريان الدم فى الشرايين و أرخها كل ١٥ ثانية كل ١٠ دقائق .

٣- عمل شفط مستمر عن طريق شفط على مكان الإصابة إن وجد ، و الشفط يكون بشفط وليس بالفم كما نرى فى الأفلام لأن الفم قد يجعل السم ينتشر فى بقعة أكبر .

٤- إعطاء المصل اللازم و يبدو أن المصل الذى يضاد ثعبان بذاته قد لا يفلح فى سم ثعبان آخر ، الا فى النادر من الأحوال .

١٢- الغرق Drowning

يحدث الغرق عادة عندما يمنع الماء أو أى سائل آخر الهواء من الدخول إلى صدر الإنسان عن

١٤- الإنهاك الحرارى (الإجهاد)

Heat Exhaustion

مثل ضربة الشمس و لكن مع الفرق أن فى الإنهاك الحرارى يحدث عرق غزير مع عدم تعويض الماء المفقود و الأملاح المفقودة .

ماهى أعراضه ؟

- ١- درجة الحرارة تكون فى معدلها الطبيعى أو مرتفعة قليلا .
- ٢- الجلد رطب بارد شاحب اللون
- ٣- دوخة - ضعف - صداع - غثيان - قيء-عطس-تقلصات بالعضلات .

كيف يمكن إسعافه ؟

يعالج المصاب كأنه فى صدمة مع إعطاؤه ماء مثلج أو محلول معالجة الجفاف أو محلول ملح (ضع ربع إلى نصف ملعقة صغيرة ملح إلى ٢٥٠ سم ماء) .

١٥- القذى فى العين

foreign body in the Eye

الأجسام الغريبة لها أحجام و أنواع مختلفة و عادة ما تكون موجودة تحت الجفن العلوى أو على سطح القرنية و هى تهيج العين و تجعل الدموع تتساب بكثرة فتغسل العين و قد تطرد الجسم الغريب .

ماهى الإسعافات الأولية ؟

- ١- إدعك العين السليمة فتدمع الأخرى.
- ٢- إذا لم تطرد الدموع القذى فإملاً كأس زجاجية بماء سبق غليه و ضع عينك فيه و حرك أجنانك بعنف فى الماء ، و

تحدث نتيجة التعرض للشمس أو حتى فى الظل فى الأماكن الحارة الرطبة مما يؤدى إلى فشل ميكانيكية تنظيم درجة الحرارة حيث لا يحدث عرق الذى يلطف من درجة حرارة مما يؤدى إلى زيادة درجة حرارة الجسم

ماهى أعراضها ؟

- ١- ارتفاع حاد فى درجة حرارة الجسم.
- ٢- الجلد ساخن ، جاف ليس به عرق .
- ٣- انخفاض فى درجة حرارة الوعى (دوخة - هلوسة) .
- ٤- تشنجات و التواء العضلات .
- ٥- اتساع حدقة العين .

ماهى الإسعافات الأولية ؟

- ١- تأكد أن المصاب يتنفس و أن هناك نبضا و أن الممرات الهوائية للتنفس غير مسدودة .
- ٢- ابدأ إنعاش القلب و التنفس فورا إذا لزم الأمر .
- ٣- ابعد المصاب عن الجو الساخن و الشمس .
- ٤- ضع المصاب فى حوض من الماء البارد لمدة ٢٠ دقيقة مع وضع فوطا مبللة على جسم المصاب .

٥- ضع المصاب أمام تيار هوائى (مروحة هوائية أو تكييف) .

٦- ضع كمادات ثلج على الرأس ، الجبهة و حول الرقبة و أعلى فخذ المصاب ، أو حمام ماء بارد .

١٧- التسمم Poisoning

السم هو أية مادة تسبب ضرراً عند تعرض جسم الإنسان لها

أسباب التسمم :

- ١- استنشاق غازات سامة .
- ٢- بلع سوائل أو مواد صلبة سامة.
- ٣- تعرض الجلد لمواد سامة .
- ٤- حقن السم في الجسم بحقنه أو خلال لدغة حشرة أو عضة حيوان.

أ- التسمم عن طريق الاستنشاق

التسمم بغاز أول أكسيد الكربون (القاتل الصامت)

كيفية التسمم :

ينتج غاز أول أكسيد الكربون عن الاحتراق غير الكامل للغاز الطبيعي أو الفحم أو الخشب أو الكيروسين أو أى وقود اخر -محارق القمامة .

أعراض التسمم :

- الصداع - طنين في الأذن - ألم في الصدر - الدوار و عدم وضوح الرؤية - الغثيان و القيء - صعوبة التنفس .

الإسعافات الأولية :

- إذا دخلت المكان فخذ نفساً عميقاً و أحبسه
- اسحب المصاب إلى منطقة جيدة التهوية
- أجعل المصاب يرقد على ظهره و انزع عنه كل الملابس
- إذا كان المصاب فاقد الوعي ن أرجع رأسه للخلف و تأكد أن مجرى الهواء

قد يكون محلول مشبع من حمض البوريك أو محلول من ملح الطعام (ملعقة شاي في ملء كوب من الماء) خيراً من الماء في غسل العين .

٣- إذا كان القذى ظاهراً فحاول أن تزيله بطرف منديل .

١٦- الفواق (الزغطة)

Hiccup

هو تقلص مفاجيء في عضلة الحجاب الحاجز بين الصدر و البطن .

ما هي الإسعافات الأولية ؟

- إسق المصاب قليلاً من الماء البارد أو إجعله يبتلع قطعة من الثلج أو يوقف تنفسه بأقصى ما يستطيع .
- إذا فشلت هذه الوسائل فارقه على ظهره و إثن ركبتيه حتى يسترخى جدار البطن و إضغط جدار البطن أسفل الأضلاع بميل لأعلى .
- إذا فشلت هذه الوسيلة ، إسقه محلول من ملح الطعام (ملعقة شاي في حوالى نصف لتر من الماء الدافىء) و يتجرعه مرة واحدة .
- فى حالة فواق الطفل ضع كمادة ساخنة على معدته مع الضغط برفق على موضع المعدة أو تدليكها .
- و عادة الفواق يمكث بضع دقائق ثم يزول بغض النظر عما اتبع من وسائل الإسعاف .

عرق غزير - إسهال - قيء - ضيق حدقة العين - بطء نبضات القلب.

الإسعافات الأولية :

حافظ على سلامة مجرى الهواء

قم بإجراء التنفس الصناعي عند الضرورة

إنقل المصاب بسرعة للمستشفى في المستشفى

ضع المصاب على الأكسجين .

قم بإعطاء فحم (Activated charcoal)

الذي يتحد بالمادة السامة و يمنع إمتصاصها و يخرجها من الجسم .

عمل غسيل للمعدة .

إعطاء المضاد الفسيولوجي

للسم و هو الأتروبين (Atropine Amp)

بمعدل أمبول كل ٥ دقائق حتى تزول جميع

أعراض التسمم و بخاصة كثرة الإفرازات و

العرق أو حتى ظهور أعراض الأتروبين و هي

سرعة النبض ، اتساع حدقة العين .

ملحوظة : نفس هذه الأعراض ونفس طريقة

العلاج تنطبق على التسمم بالمبيدات الحشرية التي

قد تؤدي لتسمم بواسطة الإمتصاص عن طريق

الجلد .

ج - التسمم بالكبروسين

خطورة الكبروسين في أنه خفيف الوزن فعند

ابتلاعه قد يسرب جزء منه إلى مجرى التنفس

مما قد يؤدي إلى التهاب رئوى .

الإسعافات الأولية :

حافظ على سلامة المجرى الهوائى.

مفتوح وقم بإجراء التنفس الصناعي عند الضرورة

• أحرص على نقل المصاب بسرعة إلى المستشفى

في المستشفى يخضع المريض لجلسات أكسجين

تحت ضغط عالى (O2 Hyperparic)

فتؤدي إلى نتائج جيدة .

ب- التسمم بواسطة الإمتصاص عن طريق الجلد

الأعراض :

* طفح جلدى .

* ظهور تورم و حكة و حرقان .

* فى الحالات الشديدة قد يوجد حمى شديدة .

* من أخطر المضاعفات حدوث صدمة الحساسية

للمريض التي قد تؤدي إلى تورم مجرى التنفس و

عدم القدرة على التنفس .

الإسعافات الأولية :

أخلع عن المصاب الملابس الملوثة

أغسل الجلد بكميات كبيرة من الماء

أعط أمبول سوليوكورتيف وريدى للحماية

من تورم الجهاز التنفسى

أنقل المصاب إلى المستشفى فى الحال

ت- التسمم عن طريق البلع

مثال : التسمم بسم الفأر

الأعراض :

زيادة فى إفرازات الجسم من السوائل : زيادة

اللعاب ، الدموع و إفرازات غزيرة من الجهاز

النفسى .

التعرض عن طريق الجلد : تؤدي هذه

المادة الكاوية إلى احتراق الجلد

الإسعافات الأولية :

- أبعاد المصاب بسرعة عن مصدر التعرض
- قم بإزالة ملابس المصاب الملوثة بسرعة
- أغسل الجلد المعرض بماء جار لمدة ١٠ دقائق على الأقل
- قم بغسل الإسعافات الأولية للحروق كما سبق .

الى هنا اعاننا

الله

نتمنى ان يكون هذا
العمل سبب نفع للجميع

تحذير

نسخ او اقتباس او اعادة طبع
اي جزء من هذا الكتاب دون
موافقة خطية من المؤلف
يعرضك للمسائلة القانونية

لا تقم بإعطاء أى شىء من شأنه أن يسبب القىء للمصاب .

قم بإعطاء المصاب مضاداً حيوياً لمدة ٣ أيام

د - التسمم بالمواد الكيميائية

مثال ذلك : التعرض للصدود الكاوية و البوتاس

وماء النار

قد يكون هذا التعرض عن طريق الابتلاع أو عن طريق الجلد

الابتلاع

الأعراض : الإحساس بحرقان شديد فى الفم و المرىء و المعدة

الإسعافات :

- ✦ حافظ على سلامة المجرى الهوائى
- ✦ قم بإعطاء لبن بارد أو لبن بالبيض أو ماء بارد على الفور
- ✦ لا تقم بإعطاء كميات من اللبن أو الماء أو أى شىء من شأنه أن يسبب القىء للمصاب إذ انه يؤدي إلى إرتجاع المادة الكاوية و مضاعفة أثرها

العلاج فى المستشفى :

- ✦ قم بإعطاء كورتيزون وريدى لأن ذلك من شأنه أن يقلل من الالتهاب الناشئ عن المادة الكاوية .
- ✦ إعطى مضاد حيوى واسع المفعول للحماية من أى عدوى .
- ✦ لا بد من عمل تصوير للمرىء و المعدة عن طريق صبغة الباريوم و المنظار .

تتوفر سلسلة كتب اطلس فى جميع مكاتب كليات
الطب و الصيدلة بالقاهرة و الاقاليم

دار الكتاب الجامعى الاستاذ عبد المنعم ٠١٢٣٤٧٠٧٣٥	مكتبة الكتاب الطبى الأستاذ. صبرى الशल ٠١٢٣٤٠٤٩٨٧
دار الكتب الطبية الاستاذ محمد عبد الفضيل ٠١٠٥٧٠٥٤٩٨	
أ. عماد بجوار النقابة العامة للصيدلة - جاردن سيتى ٠١٢٩٦٧٧٧٣٠	
مكتبة برديس اما كلية صيدلة جامعة القاهرة - ٣٦٣٨٧٠٣ الاسكندرية مكتبة الشروق ميديكال ٢ شارع شمبليون - الازارطة ٠٣٤٨٤٨٦٧٣ ٠٣٤٨٦٦٤٥	
الهداية ١١ شارع لؤلؤة الطائى - الازارية ٠٣٤٨٥١٧٨٠ - ٠٣٤٨٥١٧٨١	
الاسكندرية دار العلم الطبية - ٥ ش كلية الطب ٠٣٥٤٨٩٧٠٥	
الزقازيق : الاستاذ صلاح موسى ٠١٢٧٤٨٢٥٣٢ - ٠١٨١٤٤٤٥٣١	
الزقازيق : دار الكتاب الجامعى ٠١٢٢٧٩٣٩٧٦	
طنطا أ. فايز : ٠١٢٣٤٤٠٩٩٢ - ٠٤٠٣٣٢٧٠٧٨	
طنطا - مكتبة الاطباء - ش الرفاعى - ٠٤٠٣٢٧٠٤٧٧ - ٠١٠٠٤٩٨٩٤٥	
المنصورة الاستاذ هانى عيسى ٠٥٠٦٦٨٧٩٣٥ ٠١٠٧١٢١٣٩٥	
٠١٢٩٠٨٢٥٨٥	
بنى سويف مكتبة الشروق - أ. مصطفى ٠١٠٢٦٦٣٨٢٨	
المنيا مكتبة مصر (م/جوزيف) ٠٨٦٢٣٦٢٧٨٨ ٠١٢٧٨٥٧٥٤٣	
لمزيد من الاستعلام عن اماكن التوزيع ت : ٢٤٠٥١٥٢٥ - ٠١٠٢٠٠٠٥٣٩ - ٠١٢٦٢٥٥٠١١ - ٠١٨٥٥٩٩٩١٦	



1 - تينيا الرأس - تسبب تساقط الشعر وحكة شديدة - انظر روثة علاج التينيا



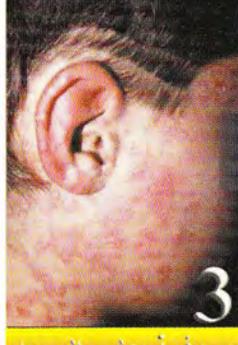
2 تينيا قرمزية منتشرة على الظهر مسببة بقع متداخلة



صورة توضح التينيا القرمزية منتشرة في منطقة الصدر والاكثاف 2



3 صدفية منتشرة على اليد والزرع



3 صدفية على الوجه والرقبة



3 Psoriasis on hand & Fingers



4 صدفية في بطن القدم تسبب حكة والم اثناء المشي



5 حب الشباب يكون بثور صديفية في حالة تلوثة بالبكتيريا



6 حب الشباب يظهر بكثرة في الوجه والكتفين والظهر



7 قشر الشعر يظهر في شعر الرأس او اللحية او الشنب



8 يبدأ الصلع بسقوط الشعر تدريجياً من الامام او منتصف اعلى الرأس



9 Scabies infection cause severe itching especally at night



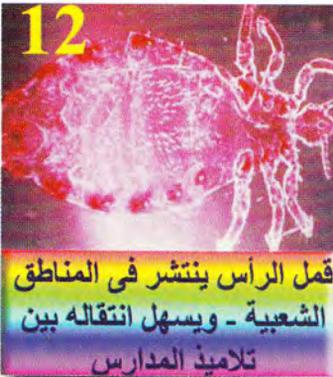
10 حشرة الجرب
تنتقل من شخص لآخر بالملامسة
او النوم على فراش المصاب



11 يحزر عصر الدم او الخراج
اذا كان بالوجه لتجنب انتشار
الميكروب في انسجة
الوجه او الرأس



خراج مكتمل النمو - تنظيفه
جراحيا هو الحل الامثل للعلاج



12 قمل الرأس ينتشر في المناطق
الشعبية - ويسهل انتقاله بين
تلاميذ المدارس



13 المياه البيضاء تظهر كبقعة
لامعة وتزداد تدريجياً



Atlas-4
2006 edition
14
Gonohrea - continous pain with
White yellowish viscous discharge



15 قرحة الفم تسبب الم عند
الاكل والشرب - اهمال علاجها
يسبب مزيد من تآكل الانسجة



صورة قرحة بالانسجة الداخلية
للشفة - يسببه بكتيريا
او فيروس او فطر



16
التهاب الحفاض في الاطفال
يسببه نوع الحفاض او عدم تغيير الحفاض
مباشرة بعد تولثه - اهماله يسبب
تسلخات شديدة - زيت الاطفال يقي من حدوثه



يسبب التهاب الحفاض استمرار
والم شديد - من اسبابه ثوب بشرة
الرضيع من الفضلات او اهمال
تنظيف البشرة جيدا بعد تبرز
الرضيع - من الميكروبات التي
تسبب الالتهاب البكتيريا والفطريات



كيس دهني بجفن العين - يمكن اهماله اذا كان صغيراً
ويسحب جراحياً اذا نما حجماً كما بالصورة 17



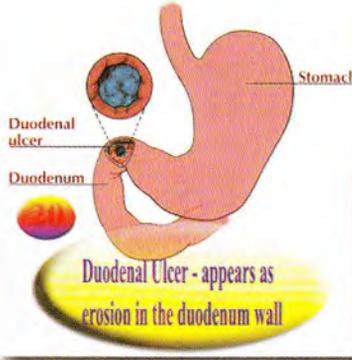
18
Right eye Conjunctivitis
التهاب ملتحمة العين - ينتج عنها التهاب واحمرار العين



18
Bacterial Conjunctivitis
الالتهاب البكتيري لملتحمة العين



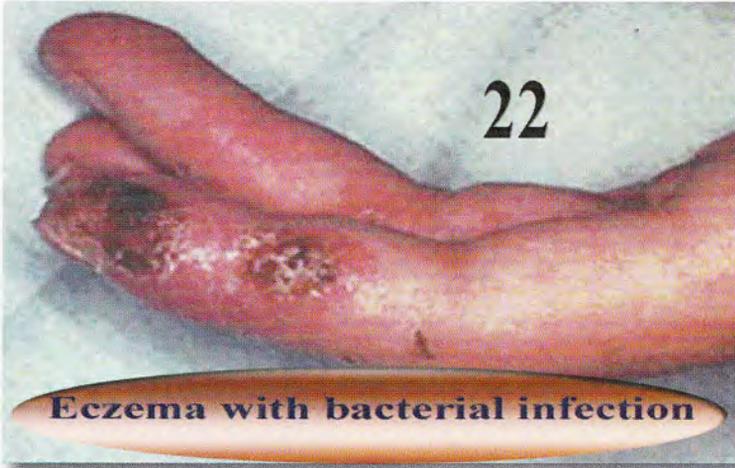
19
سقوط شعر الرأس بالكامل
(Totalis) الصلع



21
حالة نادرة من البواسير الداخلية (المرحلة الرابعة)
فيها تخرج البواسير مع عدم إمكانية إرجاعها للداخل



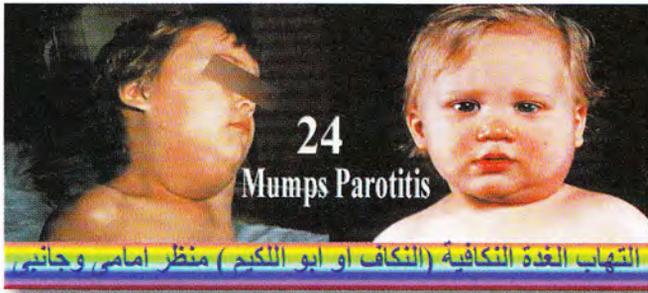
البواسير الداخلية والخارجية



Eczema with bacterial infection

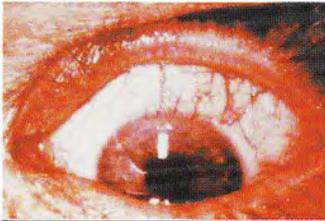


الجديري ويظهر فيه
الحويصلات الممتلئة بالسائل



Mumps Parotitis

التهاب الغدة النكافية (النكاف أو ابو اللكيم) منظر امامي وجانبي



25 Trachoma

الرمد الحبيبي (تراكوما) تظهر
حبيبات صغيرة اسفل الجفن العلوي



عين السمكة او السنطة في اليد والقدم
تكون مصحوبة بالحم شديد وتعالج بالكي الدوائي او الجراحي

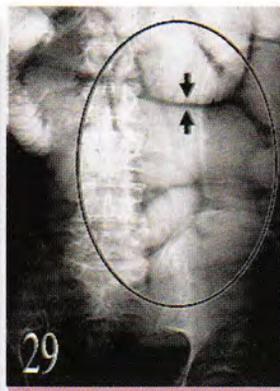


عدوى الفم
بالفطريات
(كانديدا)



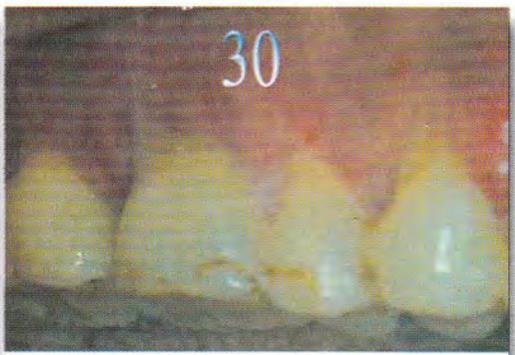
مكان الفتق بعد إجراء
عملية جراحية لإستصاله

28



29

أشعة إكس لأمعاء منقحة



30

قرحة القدم نتيجة الاهدال في التنظيف
المنتظم والعناية بالقدم والنظافة



العلاج المناسب من طرف الأخصائي
بالقطر يات - التعرض للماء بكثرة
يزيد من فترة العلاج
31 Oncomycosis



تينيا القدمين 32



33 اصابت فيروس الهيربس الشان وحول الدم والعين



34

عدوى اذن الوسطى شديدا
تجربة بالقرائات المساعدة
Otitis media



35 صورة بوضوح التهاب الحنجرة
واللوزتين مصحوبة باحتقان واحمرار شديد

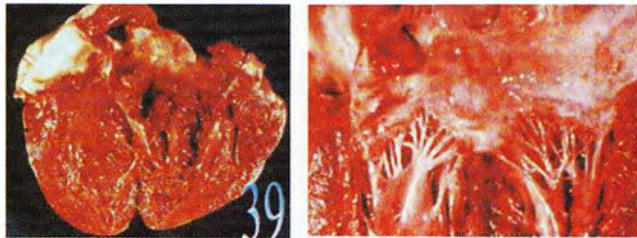


البهاق



الحمى القرمزية ويظهر فيها اللسان

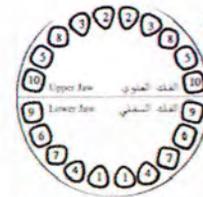
38 احمر او ابيض اللون



الحمى الروماتيزمية في الصمام الميترالى
نتيجة الاصابة بالميكروب الصبغى



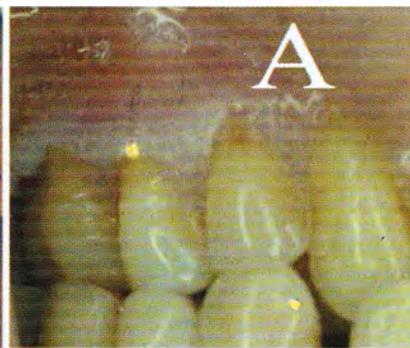
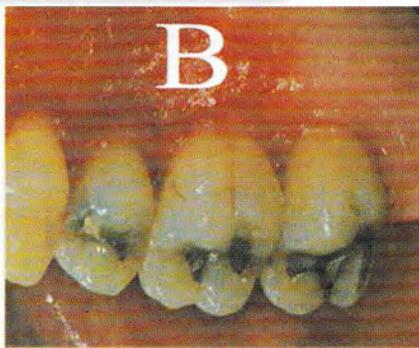
40 البروستاتا الطبيعية والمحقة



رقم السن	الشهر الذى يظهر فيه
1	6/12 شهرا
2/3/4	8/12 شهرا
5/6	12/15 شهرا
7/8	18/20 شهرا
9/10	24/30 شهرا

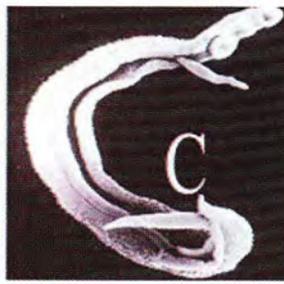
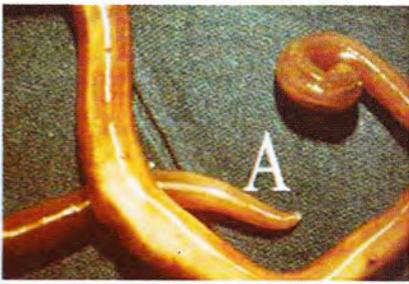
رسم توضيحي للاسنان والشهر التى تظهر فيه فى الاطفال
من عمر 6 شهور الى سنتين

41



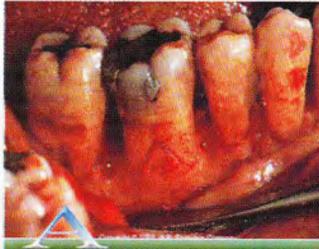
الصورة A تظهر لثة ملتهبة
والصورة B تظهر لثة ملتهبة وتسوس اسنان

42

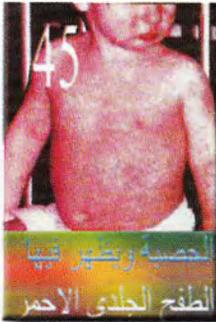


B الديدان الشريطية

A دودة الاسكارس 43 C دودة البلهارسيا

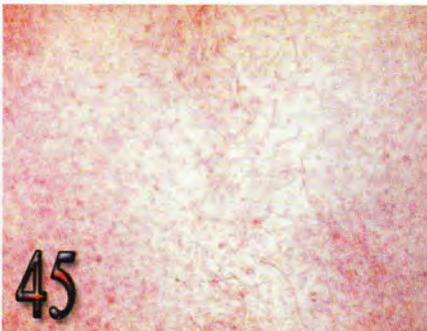


A- تسوس شديد وتكسرات بالاسنان B- برى الاسنان نتيجة الاستعمال المفرط لبودرة الاسنان ومواد تآكل مينا الاسنان C صورة توضح الترسبات الجيرية التي تسبب الام مع البارد والساخن ورائحة كريهة للقم وانداد الفراغات بين الاسنان



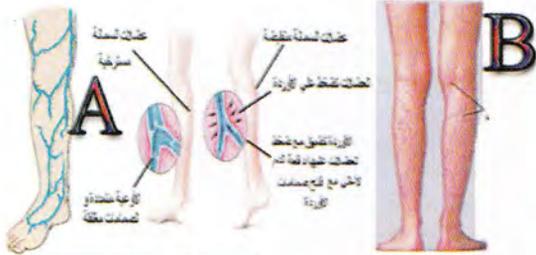
45
حصبة زئبق فيها
الطفح الجلدي الاحمر

45
يقع كويك التي تظهر في اللقم
مع فيروس الحصبة



45

الحصبة الالمانى - تنتشر فيها
البثور الحمراء فى انحاء الجسم



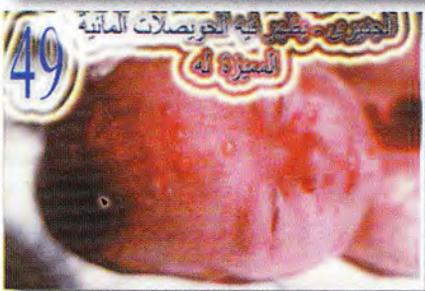
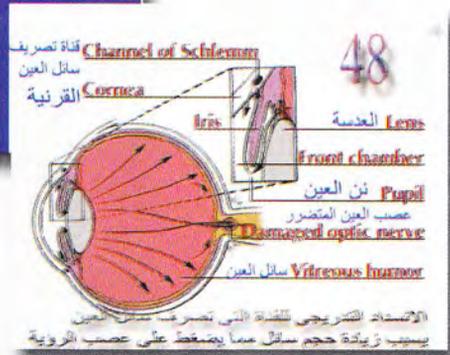
A = رسم يوضح مسار الأوردة التي يمكن أن تصاب بالدوالي
B = الدوالي تظهر باللون الأزرق
 C = شكل توضيحي لصمام وريدي ضعيف مسببا الدوالي
 D = رسم توضيحي لصمام قوي لشخص غير مصاب بالدوالي



صمام ضعيف يسمح بمرور الدم لأسفل مع الجاذبية الأرضية مما يعمل على تمدد الوريد في الجزء الذي يليه و يضعف الصمام التالي له لأسفل

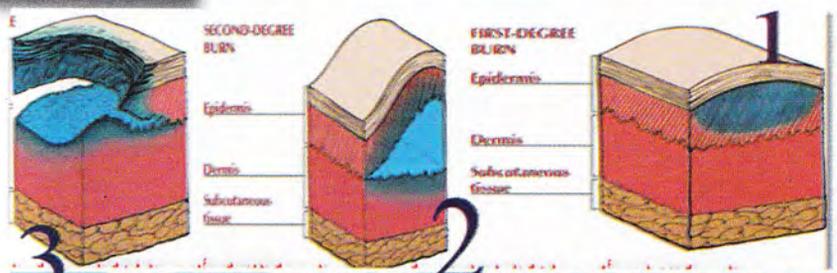
صورة توضح الوريد المصاب بالدوالي من الداخل و صماماته الضعيفة التي تسمح برجوع الدم لأسفل مسببة تمدده و الإصابة بالدوالي

46



التورم الشديد للقدم بسبب تورق أربطة العظام (تظهر باللون الأزرق) مسببة تورم و ألم شديد و يحتاج لرعاية و جتيرة في معظم الأحوال

خلايا الدم المنجلية مع خلايا دم عالية



1- احرق الدرجة الاولى يؤثر على الطبقة الخارجية من طبقات الجلد الثلاث
 2- احرق الدرجة الثانية تتأثر به الطبقة الاولى والثانية للجلد
 3- احرق الدرجة الثالثة يدمر طبقات الجلد الثلاث ويصل للانسجة التي تحت الجلد و يحتاج عناية مركزة فورا

Atlas English Versions



أطلس-٨ مرجع عن كيفية اختيار المضاد الحيوى المناسب لعلاج جميع الأمراض.



أطلس-٩ مرجع مكثف للأمراض بجميع تفاصيلها اشترك فيها نخبة من السادة الاطباء والصيادلة



أطلس-١١ تفاعلات الأدوية مع بعضها وكيفية التغلب عليها
Drug - Drug Interactions

أطلس-١٢ للصيادلة حديثى التخرج عن النصائح التى يمكن أن يعطيها للمريض عند صرف الدواء.
كتاب صديق للصيدلى لإعطاء معلومات ونصائح كثيرة عن الأدوية والأمراض.



برنامج إدارة الصيدليات: معرفة جميع تفاصيل الادوية واستعمالها باللغة العربية اثناء البيع. يباع بنصف قيمته



برنامج إدارة العيادات: جميع التخصصات - مرمج به جميع تفاصيل الادوية والأمراض. يباع بنصف قيمته



ماسٲر مرجع مكثف لجميع الادوية. متوفر الآن فى حجمين:
١. الحجم العادى
٢. حجم كبير: ضعف حجم الخط العادى



أطلس-١ مرجع شامل لجميع الادوية وصورها - استعمال كل مجموعة باللغة العربية.



أطلس-٢ مرجع ملون لجميع الادوية - صورة ثلاثية الأبعاد بجوار كل دواء.



أطلس-٣ مرجع شامل لجميع الادوية وصورها



أطلس-٥ مرجع للإسعافات الأولية والمهارات الطبية باللغة الإنجليزية



أطلس-٦ شرح مفصل للتركيبات العملية وطريقة صناعة الدواء.



أطلس-٧ (إصدار أول) مرجع لعلاج اشهر الامراض وتعليقات مكثفة على كل روستة باللغة الإنجليزية.

الآن يمكنك نصفك جميع الادوية الموفرة فى مصر باللغة العربية والإنجليزية



من أى مكان فى العالم باشتراك سنوى ٧٠ جنيه
ومن خارج مصر باشتراك سنوى ٢٠ دولار

للإشتراك نصفك موقعنا

www.atlasdrugindex.com