

الأكاديمية العربية الدولية



بحث طب الأعصاب 8170

إعداد / هشام سالم أحمد ذيبان
Hisham Salem Ahmed Daiban

التخصص / بكالوريوس الطب التكميلي

الفصل الاول : مقدمة عن الجهاز العصبي

من وجهة نظر علم التشريح Anatomy وعلم وظائف الاعضاء Physiology

Δ الوظيفة العامة للجهاز العصبي : يستشعر ويفسر العالم المحيط بنا ويتحكم بالوظائف الحيوية للجسم .
Δ أقسام الجهاز العصبي :

(1 الجهاز العصبي المركزي = " CNS" Central nervous System

(2 الجهاز العصبي المحيطي أو الطرفي = " PNS" Peripheral nervous system

Δ المكونات العامة والوظيفة العامة للجهاز العصبي المركزي : CNS

- يتكون الجهاز العصبي المركزي من الدماغ Brain والحبل الشوكي Spinal Cord
- الوظيفة العامة للجهاز العصبي المركزي : معالجة المعلومات المستلمة من جميع أجزاء الجسم

Δ المكونات العامة والوظيفة العامة للجهاز العصبي المحيطي : PNS

- يتكون الجهاز العصبي المحيطي من شبكة من الاعصاب Nerves خارج الدماغ والحبل الشوكي
- الوظيفة العامة للجهاز العصبي المحيطي : إيصال الاشارات Signals الى الجهاز العصبي المركزي ليقوم بمعالجتها .

Δ الاجهزة الفرعية للجهاز العصبي المحيطي : يتكون من 3 اجهزة عصبية فرعية :

(1 Somatic Nervous system : الجهاز العصبي الجسدي :

*يتحكم بالحركات الارادية المقصودة للجسم

(2 Enteric Nervous System : الجهاز العصبي المعوي :

*يتحكم بالجهاز الهضمي .

(3 Autonomic Nervous System : الجهاز العصبي اللاإرادي :

*يتحكم بوظائف الجسم اللاإرادية.

*ينقسم هذا الجهاز الى قسمين :

أ- الجهاز العصبي الودي : Sympathetic Nervous System

*يتم تفعيله في حالات الطوارئ لتحريك الطاقة

ب- الجهاز العصبي نظير الودي : Parasympathetic Nervous System

* يتم تفعيله حينما يكون الجسم في حالات الاسترخاء

Δ مكونات الجهاز العصبي المركزي بالتفصيل مع وظائفها :

- الدماغ يتكون من :
 - (1) Cerebrum = المخ أو الدماغ الانتهائي = يقوم بالعمليات الذهنية العليا مثل الذاكرة والتفكير
 - (2) Cerebellum = المخيخ = ينسق الحركة والتوازن للجسم
 - (3) Pons, Medulla, Brain stem = جذع الدماغ، النخاع، الجسور : تنظيم وظائف الجسم الانعكاسية واللاإرادية
 - (4) Thalamus and Hypothalamus = الغدة تحت المهادية والمهادية : تنظيم الهرمونات ودرجة حرارة الجسم
 - (5) Pituitary Gland = الغدة النخامية : تنظيم الهرمونات ودورة النمو
- بنية الخلية في CNS الجهاز العصبي المركزي.

(1) تسمح بمرور المواد التالية من الدم الى CNS : الاكسجين / ثاني أكسيد الكربون / الجزيئات الصغيرة (الجلوكوز) / الادوية الصغيرة الذائبة في الدهون

(2) لا تسمح بمرور المواد التالية من الدم الى CNS : الجزيئات الكبيرة الذائبة في الماء / الادوية / Pathogens

● "BBB- Blood – Brain – Barrier" حاجز الدم في الدماغ : يمنع دخول المواد الكيميائية الضارة المحتملة الى أنسجة الجهاز العصبي المركزي ويمنع الاضرار بها .

Δ أنواع الاعصاب Types Of Nerves :

- Motor Nerves او Efferent الأعصاب الحركية : تنقل الاشارات من الدماغ .
- Sensory Nerves او Afferent = الاعصاب الحسية : تنقل المعلومات من الجسم الى CNS.
- Spinal Nerves = هي الاعصاب الشوكية تقوم بالوظيفتين المذكورة أعلاه معا [تخرج من الحبل الشوكي]
- Cranial Nerves = هي الاعصاب التي تخرج من القحف Cranium او الجمجمة.

- Neuron او Nerve Cell = الخلية العصبية :
 - *موجودة على المستوى الخلوي
 - *تقوم بإرسال إشارات الى الخلايا الاخرى بشكل سريع ودقيق .
 - تسمى هذه الاشارات "الناقلات العصبية " او Neurotransmitters .
 - *تركيبية وأجزاء الخلية العصبية Nerve Cell Structure :
 - (1 Cell Body او جسم الخلية .
 - (2 Nucleus أو نواة الخلية بداخل جسم الخلية .
 - (3 Dendrites أو تشعبات الخلية : توصل الاشارات الى جسم الخلية .
 - (4 Axon أو محور الخلية : ينقل الاشارات من نواة الخلية الى خلية مجاورة
 - (5 myelin sheath او white matter غمر المايلين :
 - يحمي محور الخلية ويحيط به .
 - بدون غمد المايلين توصيل الاشارات بين الخلايا يكون ضعيفاً ومتقطعاً وبالتالي فإن ذلك يؤدي الى صعوبة في حركة العضلات المتناسقة.
 - مكونات غمد المايلين في CNS : يتكون من Oligodendrocyte
 - مكونات غمد المايلين في PNS : يتكون من Schwann Cells
- الروابط بين الخلايا العصبية تكون :
 - Neural Pathways :مسارات عصبية .
 - Neural Circuits : دوائر عصبية
 - Neural Networks : شبكات عصبية (هي الاكبر) تولد الادراك والسلوك
- Glial Cells او Glia : الخلايا الدبقية :
 - متخصصة في الدعم الهيكلي والتمثيل الغذائي .
- Δ لمحة عن الناقلات العصبية Neurotransmitters التي تنقل الاشارات Signals فيما بين الخلايا العصبية nerve cells .
- الناقلات العصبية Neurotransmitters هي مواد كيميائية تحمل الاشارات من خلية عصبية الى خلية عصبية اخرى
- تلك المواد الكيميائية تنطلق من نهاية خلية عصبية وتعبر منطقة تسمى Synaptic Cleft

- Synaptic cleft موجود بين الخلايا العصبية .
- بعد أن تعبر الناقلات العصبية من خلال Synaptic cleft تتصل او تلتحم بالمستقبلات العصبية Receptors الموجودة في الخلية المستهدفة فتبلغها الإشارة
- الخلية التي تستقبل الإشارة يحدث لها إحدى الحالات الثلاث التالية :
 1. استثارة Stimulation
 2. تثبيط Inhibition
 3. تعديل Modulating

Δ منبع ومصدر معظم أمراض الجهاز العصبي يمكن ان ننسبه الى احد الاسباب الثلاثة التالية :

- 1) خلل في إنتاج الناقلات العصبية Neurotransmitters.
- 2) خلل في إطلاق وتحرير الناقلات العصبية
- 3) تحطيم وتكسير الناقلات العصبية بواسطة عملية الايض " التمثيل الغذائي Metabolism .

Δ معظم الادوية التي تعالج الامراض العصبية والاكتئاب , لا تتعدى وظيفتها واحدة من الثلاثة التالية

1) استكمال المستوى المطلوب Supplement للناقل العصبي ذي العلاقة بالمرض .

2) محاكاة Mimic وظيفة الناقل العصبي ذي العلاقة بالمرض .

3) حجب / منع Block وظيفة الناقل العصبي ذي العلاقة بالمرض .

Δ لمحة عن الجهاز العصبي اللاإرادي Autonomic Nervous التابع للجهاز العصبي المحيطي PNS

- يتحكم بوظائف الجسم اللاإرادية التي لا يمكن التحكم بها بشكل واع
- ينقسم هذا الجهاز الى قسمين :

أولاً: الجهاز العصبي الودي Sympathetic Nervous System :

* مسئول عن الاستجابة لمحفز الطوارئ او الضغط Stress Stimuli .

*تسمى تلك الاستجابة ب Fight or flight .

*بناء على تلك الاستجابة يتم إفراز ناقل عصبي اسمه Norepinephrine

*وتقوم Medulla في الغدة الكظرية Adrenal بإفراز ناقل الى الدم اسمه

Epinephrine OR Adrenaline

*اذن الناقلات العصبية التابعة لهذا الجهاز Sympathetic NS هي :

(1 Epinephrine (2 Norepinephrine

*والمستقبلات العصبية التابعة لهذا الجهاز تسمى Adrenergic Receptors

وهي :

(1 مستقبلات الفا Alpha .

• تتواجد في الاوعية الدموية .

• عند تحفيزها تسبب انقباض للأوعية الدموية وترفع ضغط الدم.

• عند حجبها تسبب إنخفاض ضغط الدم وتستخدم لعلاج مرض إرتفاع

ضغط الدم .

(2 مستقبلات بيتا وتنقسم الى قسمين :

(أ) مستقبلات بيتا -1 : Beta – one Receptors .

• تتواجد في القلب

• عند تحفيزها تزيد نبضات القلب وقوة انقباض عضلات القلب .

(ب) مستقبلات بيتا - 2 : Beta – two Receptors .

• تتواجد في العضلات الملساء للشرايين وقصبيات الرئتين

• عند تحفيزها تسبب توسع للشرايين وقصبيات الرئتين .

• عند حجبها بالأدوية تتباطأ نبضات القلب وتقل حاجة القلب للأكسجين .

** تنويه مهم لأطباء الطوارئ: أدوية تحفيز مستقبلات الادرينالين

Adrenergic Agonist Agents

تحفز مستقبلات Beta - Alpha في حالات الطوارئ مثل توقف القلب

ثانياً: الجهاز العصبي نظير الودي Parasympathetic Nervous system

:

* مسؤل عن الاستجابة لوظائف الاسترخاء والراحة في الجسم

.Restful Functions

*من أنواع الاستجابة المتعلقة بهذا الجهاز استجابة اسمها Rest & Digest

*الناقلات العصبية المتعلقة بهذا الجهاز اسمها (ACh) Acetylcholine .

* المستقبلات العصبية المتعلقة بهذا الجهاز اسمها Cholinergic Receptors

الفصل الثاني : مبادئ وأساسيات في طب الاعصاب

Δ تنقسم أمراض الجهاز العصبي الى : اقسام متعددة بناء على الاجهزة المتفرعة من الجهاز العصبي الام , مثلاً :

(1) أمراض الجهاز العصبي المركزي CNS , مثال مرض الباركينسون Parkinson او الشلل الرعاش .

(2) أمراض متعلقة بالجهاز العصبي المحيطي PNS , مثال :

الاعتلال العصبي السكري Diabetic Neuropathy

Δ مقدمات وعلامات ظهور الامراض العصبية Presentation of Diseases

(1) هناك أمراض قد تظهر في مراحل مبكرة مثل :

● التصلب المتعدد (MS) Multiple Sclerosis

● التصلب الجانبي الضموري (ALS) Amyotrophic Lateral Sclerosis

(2) هناك امراض تظهر غالباً في مراحل متأخرة مثل :

● الزهايمر Alzheimer

● باركينسون Parkinson

(3) يجب ان نعطي انتباهاً خاصاً لأي تغير لدى المريض في احدى الحواس:

● حاسة البصر : قد نلاحظ لدى المريض :

(أ) فقدان المجالات البصرية Loss of visual fields

(ب) ازدواجية الرؤية Diplopia

(ج) ضبابية الرؤية Blurring

● حاسة السمع : قد يحدث إنحدار او تغير او فقدان

● حاسة التذوق : قد يحدث تغير و فقدان

● حاسة اللمس : قد يحدث تأثر او تغيير

(4) مقدمات الاعتلال العصبي المحيطي Peripheral Neuropathy

*الم

*وخز وتنميل

*آثار مماثلة للذي يحدث بعد التعرض للصدمات ويسمى

Secondary Trauma

(5) التغيرات التنكسية للجهاز العصبي الحاصلة غالباً بسبب التقدم في العمر تكون عادة هي السبب في حصول بعض الامراض مثل:
الزهايمر **التصلب المتعدد** **التصلب الجانبي الضموري

(6) الصداع : ينقسم الى نوعين :

(أ) صداع الشقيقة

* يحدث عادة في جانب واحد من الرأس

* يكون عادة مزمناً ومنهكاً للمريض

* يجب فحص جهاز الاوعية الدموية بواسطة أجهزة التصوير الطبي التشخيصي

(ب) الصداع التقليدي :

* يحدث عادة في كامل الجبهة , او كامل سقف الراس , لا يحدث في جانب واحد

* له اسباب كثيرة سنذكرها في القسم الخاص بذلك

* طريقة تشخيصه يجب ان تكون طريقة التشخيص الاستبعادي

Diagnosis of Exclusion

* تستبعد الأسباب سبباً بعد سبب بعد التأكد من براءة كل واحد منها

* علينا ان نتأكد من عدم وجود اورام في الجهاز العصبي المركزي CNS .

Δ طرق استكشاف وتقييم أمراض الجهاز العصبي بشكل عام (نقرر من خلالها هل

الجهاز العصبي سليم كلياً أم لا)

اولاً فحوصات عملية وفيزيائية :

(1) اختبار العصب الحقي Cranial Nerve Test .

(2) اختبار التناسق : Test of coordination

(3) اختبار الجهاز الحركي الكلي وقدرته على الحركة

Gross Motor Movement Test

(4) اختبار المهارات الحركية الدقيقة Fine Motor Skills

(5) اختبار رومبيرغ Rhomberg test

ثانياً : اختبارات اجهزة الحواس

(1) اختبار لمس الضوء Light Touch

(2) اختبار الاحساس بالحرارة Temperature Sense

(3) اختبار تمييز الاهتزاز . Vibration Sense

(4) اختبار تمييز شيئين او نقطتين Two – Point – Discrimination .

ثالثاً إختبار القوة لمجموعة العضلات المتنوعة :

*أي نتائج غير طبيعية قد تكون نتيجة لوجود إصابة او مشكلة Lesion في /

(1 احد الاعصاب المحيطية Peripheral Nerve

(2 أو : الحبل الشوكي Spinal cord

(3 أو : الجهاز العصبي المركزي CNS

رابعاً: إختبار الحال العقلية Mental Status

* هو احد الاختبارات المهمة في فحوصات طب الاعصاب

*يمكن استخدامه في حالات الامراض والاضطرابات المتعلقة بالأوعية الدموية

الدماعية Cerebrovascular Diseases

*اضطرابات الاوعية الدماغية سبب شائع للاضطراب الوظيفي عند التقدم في العمر

خامساً : الإحالة Referral الى اخصائي طب الاعصاب للقيام بالتالي :

(1 اجراء مزيدا من اختبارات طب الجهاز العصبي بشكل موسع

(2 اجراء الفحص بجهاز تخطيط الدماغ EEG

(3 اجراء الفحص بجهاز تخطيط العضلات EMG

(4 توجيه قسم التصوير الطبي التشخيصي لاجراء فحص التصوير المقطعي

المحوسب CT-Scan....

(5 توجيه قسم التصوير الطبي التشخيصي لاجراء فحص الرنين المغناطيسي MRI

(6 التصوير الطبي للدماغ بأخر ما وصلت اليه التكنولوجيا الطبية

PET SCAN

Positron Emission Tomography

التصوير المقطعي الملون للدماغ بالأشعاع البوزيتروني

Δ نصائح من طب المعالجة الطبيعية Naturopathic Medicine للوقاية

والعلاج من بعض امراض الجهاز العصبي :

(1 للوقاية العامة امراض الجهاز العصبي يوصي طب التغذية العلاجية ب:

*عدم الاكثار من الدهون Lipids في الوجبات الغذائية .

* تناول وجبات تحتوي على الاحماض الدهنية الاساسية EFA :

Essential Fatty Acids والتي يصنع الجسم منها دهون جدران الخلايا .

* امثلة على المواد الغذائية التي تحتوي EFA : السمك , بذور الكتان , اللوز الغير

محمص.

(2) تقويم العمود الفقري (الغير جراحي) Spinal Manipulation قد يفيد في حالات

* الشقيقة .

* المشاكل الوظيفية في الفقرات العنقية .

* المشاكل الهيكلية في الفقرات العنقية .

(3) العلاج الفيزيائي Physical Therapy قد يفيد في علاج الحالات التالية :

* انخفاض قوة العضلات كالذي يحصل في متلازمة ما بعد شلل الأطفال

Post-Polio

* تقلص العضلات كالذي يحصل لدى مرض التصلب الجانبي الضموري ALS

(4) الطب النباتي Botanical Medicine له فوائد عديدة في :

* استرخاء الجهاز العصبي

* دعم الجهاز العصبي

* حماية الجهاز العصبي من اضرار نقص التروية الدموية

* حماية الجهاز العصبي من اضرار الاكسدة

(5) العلاج بالوخز بالإبر الصينية Acupuncture مفيد في حالات التالية :

* الالم المزمن

* ضعف نشاط الجهاز العصبي

* افراط نشاط الجهاز العصبي .

(6) مزيج من طب التغذية + الطب النباتي يساهم في الوقاية من الامراض المتعلقة بالتتكس

العصبي Degenerative Neurologic Disorders .

(7) من مفاتيح النجاح في علاج مرضى الاضطرابات المتعلقة بالجهاز العصبي :

* علاقة ممتاز فيما بين الطبيب والمريض .

* المعرفة الشاملة بحالة المريض من كافة جوانبها .

* الوصول السهل الى المريض وقتما يحتاج الطبيب , والعكس صحيح .

الفصل الثالث : مرجع متكامل عن بعض الامراض والاضطرابات العصبية واسبابها وطرق فحصها والوقاية منها والعلاج .

(1) مرض الزهايمر Alzheimer :

• الاسباب المؤدية للمرض : Causes & Reasons :

(1) التراكم السمي لبعض المعادلات الثقيلة في الجسم مثل الالمونيوم

Aluminum

(2) تنكس جهاز الأوعية الدموية في الجسم

Vascular System Degeneration

(3) اسباب وراثية

(4) عوامل الاكسدة Oxidative Stress

(5) نقص حاد في مستوى الناقل العصبي Acetylcholine

(6) ارتفاع مستوى غلوتاميت Glutamate

• الاعراض والعلامات Symptoms & Signs :

(1) ذاكرة الاحداث الجديدة غير فعالة

(2) القدرة على التعلم ضئيلة جداً

(3) العجز عن تذكر اسماء الاشخاص /الايام Anomia

(4) ضعف القدرة على الكلام والكتابة وفهم اللغات Aphasia

(5) العجز عن العمليات الحسابية البسيطة Acalculia

(6) العجز عن تحديد الاتجاهات المكانية Spatial Disorientation

(7) تناقص المهارات الاجتماعية .

(8) ذاكرة البيانات العائلية تبدأ بالاندثار .

• مقدمات وظهور المرض Presentation :

(1) ظهور لويحات Plaques في القشرة الدماغية Cerebral Cortex

(2) ظهور لويحات Plaques في جدار السحايا وجدار الأوعية الدموية

الدماغية

(3) يمكن ملاحظة بروتين اميلويد Amyloid Protein

(4) يمكن ملاحظة خلايا نجمية تفاعلية Reactive Astrocytes

(5) يمكن ملاحظة وجود تشابك ليفي / عصبي Neurofibrillary Tangles

● مال المريض - مرض الزهايمر : Prognosis
الخرف Dementia

● التقييمات والاختبارات المطلوبة Assessments

- 1) Alzheimer Disease Assessment Scale- Cognitive Subscale{ADAS-Cog}
- 2) Geriatric Evaluation by Relatives Rating Instrument {GER RI }
- 3) Clinical Global Impression of Change{ CGIC}

● طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج – مرض الزهايمر :

طرق الوقاية	نصائح علاجية من طب المعالجة الطبيعية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (1)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (2)	البروتوكولات العلاجية من الصيدلة السريرية
1) تقاوي المواد والأغذية التي تحتوي على معادن ثقيلة Heavy Metals 2) تناول مضادات الاكسدة بجرعة وقائية بشكل مستمر فيتامين C فيتامين E	1) ازالة السميات من الجسم Toxins 2) تدعيم عمل الدماغ بالتغذية 3) تحسين الاداء الذهني بواسطة الطب النباتي 4) ضرورة وجود شخص مقرب من المريض يلازمه ويعتني به ويدعمه 5) يجب ان يكون الطبيب صادق وواقعي مع المريض ولكن بدون ان يصدمه او يصيبه باليأس 6) معالجة تصلب الشرايين ان وجد 7) تخفيف تنكس الاوعية الدموية.	1) Ginkgo Biloba 120 mg Twice/day For one year 2) Acetyl-Carnitine "ALC" 1.5 grams twice/day 3) Phosphatidyl-serine 100mg twice/day 4) Huperzine 50 micrograms Twice/day 5) Essential Fatty Acid [Fish oil] 100 mg three times/day 6) Vitamin E	1) من الطب التماثلي ينصح باستخدام دواء اسمه Barium مصنوع من BARIUM يعالج التنكسات الدماغية 2) من طب نمط الحياة Lifestyle Medicine تكليف المريض بمهام روتينية يومية مثل الطبخة او الخياطة او تعطيف الملابس	1) ادخال عمل روتيني يومي الى حياة المريض 2) العلاج النفسي 3) استشارة اخصائي نفسي 4) المشي 5) ممارسة الرياضة	# رفع مستوى الاسيتايل كولين Acetyl Choline من خلال محفزات كولينرجك Cholinergic Agents مثل: 1) Tacrine 2) Donepezil [Aricept] ** نقلا عن : Pharmacy Syllabus Alison.com

(2) حادثة الاوعية الدموية الدماغية " السكتة الدماغية " Cerebrovascular Accident "CVA" or Stroke

• الاسباب المؤدية للمرض : Causes & Reasons

- 1) عدم اكتمال تكون الشرايين عندما كان المريض جنيناً في بطن امه
- 2) تصلب الشرايين
- 3) النزيف الدماغى
- 4) نقص التروية الدموية العابر Transient Ischemic Attack
- 5) صمات إنسداد Emboli يسافر من القلب او الرئة الى الدماغ
- 6) جلطة موضعية تسبب انسداد الاوعية الدموية الصغيرة او الكبيرة
- 7) عدوى فيروسية او بكتيرية تسبب التهابات الاوعية الدموية
- 8) استخدام ادوية قابضة للاوعية Vasconstrictive Drugs
- 9) ارتفاع ضغط الدم
- 10) الداء السكرى
- 11) السمنة والبدانة

• الاعراض والعلامات Symptoms & Signs

- 1) خدر Numbness او ضعف مفاجئ في الوجه او الذراع او الساق عادة جانب واحد من الجسم .
- 2) اضطراب مفاجئ في القدرة على الكلام او الفهم
- 3) اضطراب مفاجئ في الابصار (عين واحدة او اثنتين)
- 4) صعوبة مفاجئة في القدرة على المشي
- 5) الاحساس بالدوار
- 6) فقدان التوازن
- 7) صداع مفاجئ بدون اسباب معروفة

• أنواع المرض وأقسامه :

- 1) السكتة الدماغية الاقفارية : Ischemic stroke ناتجة عن جلطة دموية في احد الاوعية الدموية الدماغية , وهي الاكثر شيوعاً , تمثل 80%
- 2) السكتة الدماغية النزفية : Hemorrhagic Stroke ناتجة عن تمزق او تكسر احد الاوعية الدموية فينزف الى الدماغ .

طب الاعصاب 8170 = هشام سالم أحمد زيبان

• مال المرض Prognosis السكتة الدماغية :

- (1) تلف خلايا الدماغ
- (2) عجز في الاطراف والحواس (كلي او جزئي)
- (3) بعض حالات السكتة تؤدي الى الوفاة

• الفحوصات والاختبارات المطلوبة " السكتة الدماغية " Assessments & Exams:

- (1) فحص الانتباه العقلي (2) فحص التناسق والتوازن (3) هل يوجد خدر او ضعف في الوجه / الذراع / الساق (4) أي مصاعب في الكلام او الرؤية بوضوح (5) MRI Echocardiography (7 EKG (6

• طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج :

طرق الوقاية	نصائح علاجية من طب المعالجة الطبيعية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (1)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (2)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (1)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (2)	بروتوكولات العلاج السريرية
(1) اصحاب السكتات السابقة يجب ان يحذروا من سكتات جديدة (2) تناول طعام صحي للقلب والشرايين (3) المحافظة على وزن صحي للجسم (4) ضبط ضغط الدم (5) ضبط مستوى الكوليسترول (6) التمارين الرياضية (7) تخفيف الضغوطات النفسية	(1) تفادي العوامل المسببة لأمراض القلب والأوعية (2) مراقبة وعلاج تصلب الشرايين (3) الامتناع عن تناول الدهون المشبعة (4) علاج ضغط الدم (5) علاج الداء السكري (6) علاج فرط الكوليسترول (7) تفادي ادوية منع الحمل الفموية قدر الامكان	1) Ginkgo Biloba 120 mg twice daily 2) Coenzyme Q10 240 mg twice daily 3) Flaxseed oil 15 ml three times daily زيت بذور الكتان 4) Proanthocyanidin Either Grape seed 150 mg four times daily OR Pycogenol ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine	(1) من الطب التمانلي Homeopathic medicine *Plumbum made from lead (2) عند ملاحظة انتسداد شريان عند احد المرضى يجب احالته فوراً الى اخصائي قلب لاجراء قسطرة Angioplasty ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine	(3) المرضى الذين يعانون من اوجاع في الراس وصداع يجب الاطمئنان بان السبب ليس (تمدد الاوعية الدموية) (4) العلاج الفيزيائي والتدليك لهم اهمية بالغة في اعادة التأهيل بعد الاصابة بالسكتة ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine	(1) السكتة الدماغية الاقفارية : Ischemic Stroke (1) تناول الادوية المذكورة في قسم العلاج بالصيدلة (2) المريض الذي لديه مشكلة في الشريان السباتي Carotid Artery يحتاج الى اجراء لفتح الانسداد (1) السكتة الدماغية النزفية : Hemorrhagic Stroke (1) حالة تمدد الاوعية Aneurysm قد يحتاج المريض الى قص Clipping او انصمام الملف Coil Emboliz (2) حالة تشوه شرياني وريدي AVM قد يحتاج الى جراحة (1) اشعاع (2) حقن ** نقلا عن Mayo Clinic USA	(1) السكتة الدماغية الاقفارية : (1) افضل : Tissue plasminogen Activator +PA في الاربع ساعات الاولى (2) ان لم يتوفر نعطي Antiplatelet (3) ان لم يتوفر نعطي Blood Thinner (ب) السكتة الدماغية النزفية: اذا كان السبب هو ارتفاع ضغط الدم نعطي دواء مضاد لارتفاع ضغط الدم ** نقلا عن Mayo Clinic USA	

HEADACHE الصداع (٣)

• انواع واقسام الصداع :

(1) الصداع التوترى Tension Headache

(2) صداع الاوعية الدموية Vascular Headache

• الاسباب المؤدية للمرض:

(1) الصداع التوترى

* انقباض العضلات حول الرأس وفروة الرأس

* اجهاد العين بسبب التحديق في شيء قريب منها (القراءة / الموبايل) يسبب صداع مقدمة الرأس

* التهاب الجيوب الانفية الامامية بسبب صداع مقدمة الرأس (عند جذر الانف)

(2) صداع الاوعية الدموية :

* توسع الشريان السباتى او الشريان السطحى لفروة الرأس .

* اشهر انواع صداع الاوعية الدموية هو الشقيقة Migraine

• اسباب اخرى قد يكون لها دور في حدوث الصراع بنوعيه :

(1) قلة شرب الماء (2) الضغط النفسى (3) الحساسية تجاه بعض الاغذية

(4) نقص فيتامين B2 (5) اورام CNS (6) العدوى البكتيرية والفيروسية

(7) نقص الاكسجين في الجسم (8) ارتفاع ضغط الدم

• الاعراض والعلامات Signs & Symptoms

(1) الصداع التوترى :

*الم الرأس مع شعور يشبه الضربات باليد على الرأس

* شد في العضلات المحيطة بالرأس

(2) صداع الاوعية الدموية :

* الم في احد نصفي الرأس

* قد يسبقه ضبابية او اضطراب في الرؤية

* قد يسبقه الاحساس بالتنميل Parathesias

* قد يصاحب الصداع الاحساس بالغثيان /القيء / برودة الاطراف / تحسس العينين من

الضوء

● الفحوصات والاختبارات المطلوبة للصداع :

- 1) قياس ضغط الدم
- 2) فحص مستوى فيتامين B2 خصوصاً في حالات صداع الشقيقة Migraine
- 3) فحص الحساسية تجاه الاغذية (IgG & IgE) Antibody titers خصوصاً في حالات الشقيقة المزمنة
- 4) صورة الدم الكاملة CBC
- 5) اذا تم التأكد ان جميع الاسباب المذكورة هنا مستبعدة , نطلب تصوير الدماغ MRI OR CT
- 6) كذلك قد يتم تحويل الحالة الى طبيب العيون ليجري الفحوصات اللازمة طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج :

طرق الوقاية	نصائح علاجية من طب المعالجة الطبيعية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (1)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (2)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (1)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (2)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (2)
(1) المحافظة على نمط حياة صحي (2) معرفة العوامل التي تثير حالة الصداع وتفايدها (3) تجنب العوامل التي تسبب الاجهاد البدني والذهني (4) التقليل من استخدام الهاتف والاجهزة الذكية (5) ممارسة الرياضة (6) اخذ قسط كافي من الراحة (7) شرب كمية كافية من الماء	(1) تحديد الاسباب (2) تفادي المثبرات والمحفزات (3) التأكد ان السبب ليس التحسس ضد غذاء من الاغذية (4) التأكد ان السبب ليس افة Leision (5) ايقاف تناول هيستامين وتيرامين (6) معرفه نمط الحياة الخطأ و ايقافه (7) تعديل الوجبات الغذائية (8) استخدام مسكن الالم	1) magnesium 200mg Twice daily 2) Vitamin B2 , 400mg Daily [للشقيقة] 3) Tanacetum 60 Mg twice/daily 4) Piscidia 1ml x 3 times/daily 5) Salix Alba 2ml x 3 times/daily 6) Scutellaria 2ml x 3 times/daily 7) Zingiber [Ginger] 1 Slice in 1 cup of hot water ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine	(1) من الطب التماثلي Homeopathic Medicine (أ) صداع الشقيقة (Nux Vomica) (ب) صداع في الجانب الأيسر من الرأس Sipigelia (ج) صداع في الجانب الأيمن من الرأس Sanguinaria (د) صداع مع فيء Iris Versicolor ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine	(2) من طب الماء Hydrotherapy الاغتسال بماء معتدل له اثر مهدئ في حالات الصداع التوتري (3) العلاج بالابر الصينية قد يعطي اثر ممتاز (4) تأكد ان المريض لا يعاني من تحسس ضد احد الاغذية يسبب له الصداع (5) اكد على المريض ان يشرب كمية ماء كافية كل يوم ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine	(1) الاطمئنان على سلامة الجهاز العصبي المركزي CNS واستبعاد علاقته بحدوث الصداع (2) الاطمئنان ان هذا الصداع خالص وليس جزء من سكتة دماغية او احد امراض الجهاز العصبي الاخرى	العلاج من طب الاعصاب (2)	بروتوكولات العلاج الصيدلانية السريرية (1) الشقيقة Migraine Rx: Botox Injection بشرط ان يكون المريض يعاني من الصداع ١٥ يوم فاكثر في كل شهر Rx: vitamin B2 400mg Once daily (لجميع انواع الشقيقة) RX: Lasmiditan Tablet 1 tablet PRN (الصداع اقل من ١٥ يوم شهريا) (2) الصداع التوتري RX: Panadol Extra 2 Tab PRN ** نقلا عن 1) Pharmacy of Alison.com 2) Mayo Clinic USA

4) مرض التصلب المتعدد "MS" Multiple Sclerosis

● الاسباب المؤدية للمرض Causes & Reasons

1) مشكلة في الجهاز المناعي Autoimmune Disease

2) اسباب فيروسية

3) قلة التعرض لاشعة الشمس وبالتالي انخفاض انتاج فيتامين D3 في الجلد

● انواع المرض واقسامه :

1) التصلب المتعدد الحميد : Benign Multiple Sclerosis

* غالباً تظهر اعراضه في الحواس

* يمكن التعافي منه بشكل كامل بإذن الله

2) التصلب المتعدد المتحول المنتكس Relapsing Remitting Multiple Sclerosis

* يتفاقم

* تزداد نسبة العجز

* يمكن التعافي منه جزئياً

3) المتفاقم المزمن الثانوي : Secondary Chronic Progressive

* مشابه للنوع المتحول المنتكس ولكنه اكثر حدة

* المزيد من الاعاقة الدائمة

* نافذة لتقلص مراحل وحالات السكون

4) المتفاقم الاولي : Primary progressive

* تطور بطيء للمريض

* تطور متدرج للمرض بدون مراحل سكون

● أعراض وعلامات المرض Signs & Symptoms

1) اضطرابات في الابصار مثل الرؤية المزدوجة للاجسام Diplopia

2) مشاكل في النطق كإدغام الحروف Slurring

3) ضعف وتناقص قوة العضلات الحركية الى ان يصل الى فقدان القدرة على استخدام

العضلات [شلل وخاصة في الساقين]

4) زيادة رد فعل الاوتار العميقة

5) رجفة شديدة في الجسم

• مقدمات وظهور المرض Presentation :

- (1) فقدان غمد المايلين Myelin Sheath في الدماغ
 - (2) فقدان غمد المايلين Myelin Sheath في الحبل الشوكي
- الفحوصات والاختبارات المطلوبة – التصلب المتعدد:
- (1) التصوير بجهاز الرنين المغناطيسي MRI
 - (2) فحص مستوى فيتامين D3 في الجسم
 - (3) فحوصات حساسية الاغذية = IgE + IgG Antibody Titers
 - (4) البزل النخاعي او البزل القطني .
- طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج :

طرق الوقاية	نصائح علاجية من طب المعالجة الطبيعية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (1)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (2)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (1)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (2)	بروتوكولات العلاج الصيدلانية السريرية
(1) اتباع نظام غذائي غني بفيتامين D (2) تجنب الاطعمة التي تسبب للشخص الحساسية (3) ممارسة الرياضة (4) تجنب ادوية منع الحمل الفموية (5) الإقلاع عن التدخين (6) تناول السمك مرة او مرتين اسبوعيا	(1)ازالة العوامل المثيرة للمرض / القلق / الاجهاد /قلة النوم (2) تحسين صحة الاعصاب (3)تعرض المريض لاشعة الشمس في الاوقات النافعة (أ) بعد شروق الشمس بساعة (ب) قبل غروب الشمس بساعة (4) تفادي تناول الزيوت والدهون (أ) المعالجة (ب) المشبعة (ج) الانتقالية	1) vitamin D3 600 IU daily 2)Ginkgo Biloba 120mg twice daily 3)Phosphatidyl-Serine 100mg twice daily 4)Fish Oil 2 grams Three times daily for 12 weeks 5) Vitamin E	(1)من التغذية العلاجية ينصح باتباع نظام غذائي يسمى Shwank Diet محتوياته كالتالي (1) وجبة تحتوي اقل ما يمكن من الدهون المشبعة خاصة الحيوانية 20 gram per day (2) فيها نسبة عالية من الدهون الغير مشبعة المتعددة (3) غنية بالفواكه الطازجة (4) غنية بالخضروات الطازجة (5) تحتوي اسماك المحيط (6) تحتوي زيت السمك تمنع زيت الفول السوداني	(2) من التغذية العلاجية التركيز على الوجبات التي تحتوي : Omega3 Omega6 (3)من التغذية العلاجية اعطاء المريض بذور زهرة الشمس (4) من الطب التماثلي Homeopathy RX: Gelsemium **Da Vinci College for Holistic Medicine	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (1)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (2)	بروتوكولات العلاج الصيدلانية السريرية 1)Corticosteroids 2) Interferons 3) Glatiramer acetate 4) Fingolimod 5)Natalizumab 6) Vitamin D3 ** نقلا عن Mayo Clinic USA

(5) مرض اعتلال الاعصاب المحيطية Peripheral Neuropathy

● الاسباب المؤدية للمرض Causes & Reasons

- (1) الداء السكري Diabetes Mellitus
- (2) الصدمة Trauma
- (3) عناصر تسبب السمية في الجسم Toxic Agents
- (4) النقص الحاد في مستوى احد العناصر الغذائية في الجسم Nutritional Deficiency
مثل نقص فيتامين B12

(5) مرض انفخاخ او انحصار العصب Nerve Entrapment

● الاعراض والعلامات Symptoms & Signs

- (1) شعور تدريجي بالخدر او التنميل او القشعريرة يبدأ في اليدين والقدمين
- (2) الشعور بألم مبرح او واخز او نابض
- (3) حساسية شديدة للمس .
- (4) ضعف التناسق والسقوط .
- (5) ضعف العضلات
- (6) الشعور كما لو ان الشخص يرتدي قفازات او جوارب بينما هو لا يرتدي
- (7) الاصابة بالشلل في حالة الاصابة في الاعصاب الحركية
- (8) في حالة اصابة الاعصاب اللا ارادية تتضمن الاعراض :
* عدم احتمال ارتفاع درجات الحرارة
* فرط التعرق او العجز عن التعرق
* مشكلات في الامعاء او المثانة
* انخفاض ضغط الدم بسبب الدوخة او الدوار

● انواع المرض واقسامه :

- (1) اعتلال العصب الاحادي : الاصابة في عصب واحد " مثل متلازمة النفق الرسغي
Carpal Tunnel
- (2) اعتلال الاعصاب الاحادي المتعدد : الاصابة في اثنين من الاعصاب او اكثر في مناطق
مختلفة
- (3) اعتلال الاعصاب المتعددة : الاصابة في العديد من الاعصاب > النوع الاكثر شيوعاً <

التشخيص والاختبارات - اعتلال الاعصاب Diagnosis & Exams

- (1) ردود فعل الاوتار (2) قوة العضلات وتجانسها
 - (3) القدرة على الشعور ببعض الاحاسيس (4) وضعية الجسم وتناسقه
 - (5) فحوصات الدم وتشمل [الفيتامينات , مستوى الجلوكوز في الدم , ووظيفة المناعة غير الطبيعية]
 - (6) الاختبارات التصويرية [CT- Scan او MRI]
 - (7) EMG: جهاز تخطيط كهربية العضلات وغيرها
- طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج :

طرق الوقاية	نصائح علاجية من طب المعالجة الطبيعية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (1)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (2)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (1)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (2)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب (3)
(1) تجنب اسباب الداء السكري (2) تجنب اسباب التهاب المفاصل الروماتويدي وجبات غذائية غنية بالفاكهة والخضروات (4) ممارسة الرياضة (5) تجنب الكحوليات (6) تجنب اوضاع الجلوس الغير مريح (7) تجنب التعرض للمواد الكيميائية	(1) تحديد سبب الاعتلال (2) استخدام مكملات غذائية لتعويض النقص ان حدث وحماية الاعصاب (3) تخفيف الالم بالمسكنات (4) مراقبة متلازمة النفق الرسغي اذ قد تؤدي الى قصور الغدة الدرقية (5) نمط الحياة الخاطيء قد يؤدي الى انحصار العصب (6) فحص مستوى مجموعة فيتامينات B Vitamin (7) تصحيح وضعيات الجلوس والحركة	1) Alpha lipoic 200mg twice daily for 6 months 2) Vit - B6 3) Vit - B12 IM / Weekly 4) Flaxseed oil 2g twice daily 5) Vit - E 6) Capsaicin Cream 7) Piscidia 1ml 3 times daily 8) Piper 70 mg / day 9) St Johns 300mg twice daily for 8 weeks **نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine	(1) علاج سوء التغذية ان وجدت فهي تدمر الاعصاب (2) ضبط مستوى السكر في الدم (3) علاج أي سوء امتصاص في الجهاز الهضمي ان وجد (4) العلاج بالابر الصينية Acupuncture قد يقدم الكثير من المنافع باذن الله	(1) في حالة اعتلالات الاعصاب نتيجة الضغط على الاعصاب مثل الناتج عن الاورام : يحتاج المريض الى اجراء جراحة لتقليل الضغط (2) في حالة النفق الرسغي : Carpal Tunnel أ) قد يستدعي جراحة اطلاق العصب ب) جراحة تخفيف الضغط ** نقلا عن Mayo Clinic USA	(1) مسكنات الالم Pain Relievers (2) مضادات التشنج Anti - Seizure مثل Gabapentin Pregabalin (3) علاجات موضعية Topical treatment مثل Capsaicin Cream (4) مضادات الاكتئاب Antidepressants مثل فنة "SNRI" Serotonin Norepinephrine Reuptake Inhibitor ** نقلا عن Mayo Clinic USA		

6) أمراض الاعصاب الحركية والتصلب الجانبي الضموري
Motor Neuron Disease & Amyotrophic Lateral Sclerosis "ALS"

● الاسباب المؤدية للمرض :Causes & Reasons

- 1) التعرض لاصابة فيروسية
- 2) التعرض لبعض السميات والمواد الكيميائية
- 3) عوامل وراثية وبيئية [خصوصاً في التصلب الجانبي الضموري]
- 4) التهاب وتلف الاعصاب بسبب استجابة خاطئة قام بها الجهاز المناعي
- 5) عوامل متعلقة بنمو الاعصاب
- 6) شيخوخة الاعصاب الحركية وتتكسها

● الاعراض والعلامات Symptoms & Signs

- 1) انقباضات ذاتية في الياف الاعصاب
- 2) باستخدام جهاز قياس كهربية العضلات EMG يمكن ملاحظة انخفاض في عدد وحدات الحركة الفعالة اثناء انقباض العضلات
- 3) صعوبة في الكتابة والرفع
- 4) صعوبة في التسلق والمشي
- 5) تغير في الصوت والنطق
- 6) قد تتطور الاعراض الى شلل وعجز حركي في الاطراف وبالذات [الساقين]
** نقلا عن

Da Vinci College for Holistic Medicine

● مآل المرض : Prognosis

- 1) يتطور المرض للأسوأ مع مرور الوقت.
- 2) صعوبة البلع في البلع قد تستدعي تركيب انبوب تغذية
- 3) صعوبة البلع في التنفس قد تستدعي التنفس عن طريق قناع الوجه Face Mask

● الفحوصات والاختبارات المطلوبة Assessment & Exams

- 1) فحص كهربية العضلات EMG
- 2) فحوصات الدم
- 3) CT- Scan او MRI للدماغ والعمود الفقري .
- 4) البزل القطني Lumbar Puncture

(7) طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج أمراض الاعصاب الحركية والتصلب الجانبي الضموري :

طرق الوقاية	نصائح علاجية من طب المعالجة الطبيعية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (1)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (2)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب	بروتوكولات العلاج الصيدلانية السريرية
<p>(1) اتباع نظام غذائي صحي للحفاظ على صحة الاعصاب الحركية</p> <p>(2) تجنب العوامل التي تسبب تلف الاعصاب الحركية مثل الجلوس بشكل خاطئ</p> <p>(3) ممارسة الأنشطة الرياضية بانتظام</p> <p>(4) تجنب التعرض للمواد الكيميائية</p> <p>(5) تناول المكملات الغذائية التي تكافح الشيخوخة مثل فيتامين C فيتامين A فيتامين E الزنك Zinc</p>	<p>(1) إيقاف اضرار الاكسدة</p> <p>(2) علاج تقلصات العضلات</p> <p>(3) علاج اعراض المرض</p> <p>(4) كثير من ادوية الطب النباتي تتمتع بوظيفة إيقاف تقلصات العضلات</p> <p>(5) لاتعط ادوية تسبب نعاسا قويا لانها تخفض قوة العضلات وتضعف السيطرة عليها .</p>	<p>1) Zinc 20mg per day Anti - Oxidant</p> <p>2)Copper 2mg per day Anti- Oxidant</p> <p>3) Selenium 40 microgram per day Anti - Oxidant</p> <p>4) Vitamin E 15mg=22.4 IU per day Anti - Oxidant</p> <p>5) Scutellaria Soothing Cramps</p> <p>6) Avena Sativa (Oat Straw) Soothing Cramps</p> <p>7) Cimicifuga Pain Reliever</p> <p>8) Valeriana Anti Spasmodic</p> <p>** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine</p>	<p>من الطب التماثلي homeopathy Causticum for treatment of Paralysis</p> <p>لعلاج الشلل</p> <p>(2) التاكيد ان المرض التنكسي ليس سببه : (أ) عدوى Infection (ب) سمية Toxicity</p> <p>(3) الاهتمام بالمشاكل النفسية</p> <p>(4) مراقبة وظائف الجسم الخارجية للمريض المتوقع فقدانها</p>	<p>(5) علاج الامراض النفسية الناجمة عن مرض العصب الحركي</p> <p>(أ) الاكتئاب (ب) القلق (ج) العزلة (6) الاحالة الى طبيب نفسي عند الحاجة (7) يمكن اعطاء المريض عن طريق Subclavian IV Parenteral Nutrition المركب التالي : (أ) غلوتاثيون Glutathione (ب) اسكوربيك اسيد VIT.C</p>	<p>(1) العلاج بالخلايا الجذعية</p> <p>(2) الاستعانة باخصائي في النطق والتخاطب لتحسين قدرة المريض على النطق</p> <p>(3) الاستعانة باخصائي تغذية علاجية</p> <p>(4) الاحالة الى اخصائي علاج طبيعي Physiotherapist للمحافظة على قوة العضلات وتقليص التصلب</p> <p>**نقلا عن Mayo Clinic USA</p>	<p>1) Riluzole يقلل من سرعة تفاقم المرض</p> <p>2) Muscle – Stiffness Reliever دواء لتخفيف تصلب العضلات</p> <p>3) Excessive Saliva Secretion Control دواء للسيطرة على الافراز المفرط لللعاب</p> <p>**نقلا عن Mayo Clinic USA</p>

(7) الصرع Epilepsy

● الاسباب المؤدية للمرض Causes & Reasons

- 1) اضطراب النشاط الكهربائي للدماغ
- 2) السكتة الدماغية
- 3) ورم في الدماغ
- 4) إصابة حادة في الرأس
- 5) ادمان بعض الادوية او الكحول
- 6) اصابة الدماغ بعدوى فيروسية او بكتيرية
- 7) نقص الأوكسجين اثناء الولادة
- 8) اضطراب مستويات الناقلات العصبية التالية :

(أ) GABA

(ب) Glutamate

● الاعراض والعلامات "الصرع" Symptoms & Signs

سنوضح الاعراض والعلامات بحسب انواع التشنجات SEIZURES التي يسببها الصرع كما في الجدول التالي :

النوع	أعراض وملاحظات
(1) التشنجات الجزئية Partial Seizures	* تنقسم الى نوعين (1) التشنجات الجزئية البسيطة Simple Partial Seizure (2) التشنجات الجزئية المركبة Complex Partial Seizures * التشنجات الجزئية تكون في اجزاء محددة من الدماغ * 65% من مرضى الصرع لديهم هذا النوع * عادة يكون ناجحاً عن مشكلة في القشرة الدماغية
(A - 1) التشنجات الجزئية البسيطة Simple Partial Seizures	* المريض لا يفقد الوعي * قد تحدث للمريض هلاوس
(B - 1) التشنجات الجزئية المركبة Complex partial Seizures	* المريض يتعرض لاضطراب في الوعي * ارتباك * التحديق المفرغ * فقدان ذاكرة مؤقت بعد النوبة
(2) التشنجات الشاملة / المعممة Generalized Seizures	* خلل متزامن في كلي نصفي الدماغ ولا يوجد مصدر محلي * يظهر هذا النوع احياناً في غياب الاصابة أو الخلل في البنية التركيبية للدماغ * له اربعة اصناف او انواع موضحة في الاسفل
(A - 2) النوبات الارتجاجية Tonic- Clonic Seizures OR Grand Mal	* تظهر في 2 اطوار الاول : الطور النشط Tonic Portion * يصبح الجسم متصلب * يمكن ان يسقط المريض * يستمر لدقيقة او اقل الثاني : الطور الرمعي : أو المتحرك السريع Clonic Portion * العضلات ترتعش * يستمر دقائق قليلة * تنفس سريع * فقدان السيطرة على البول * لعاب مفرط * يكون المريض ناعساً ومرتبكاً للحظات او ساعات بعد النوبة
(B - 2) نوبات الغياب Absence Seizures OR Petit Mal	* ينقطع المريض عن الانشطة * رمشات سريعة للعين * التحديق المفرغ * ارتعاش الساق او القدم * دوران العينين * يستمر 10 ثواني الى دقيقتين * حركات لا ارادية للوجه * يمكن ان يحدث للمريض 100 نوبة في اليوم * المضغ بدون طعام * نادراً ما يستمر الى 30 ثانية * قد يسبق النوبة تحسس غير معتاد للضوء والتدوق والصوت (الهالة Aura)
(C - 2) نوبات الرمع العضلي Myoclonic Seizures	مفاجئة * مكثفة * ارتعاش عضلية عابرة * سقوط المريض على الارض ارتعاش عابر للذراع / الساق / او القدم * لا يحدث فقدان للوعي * قد تحدث اثناء النوم
(D - 2) النوبات المتوهجة Atonic Seizures	* مفاجئة * فقدان الوعي * فقدان تناغم العضلات * انكماش جسم المريض * انزلاق الرأس جانبا * تراخي الفكين * تستمر ثواني معدودة الى دقيقة * ثم يستطيع المريض بعدها المشي او الوقوف
(3) الحالة الصرعية Status Epilepticus	حالة خطيرة * تتضمن نوبات ارتجاجية مستمرة Grand Mal مع او بدون عودة للعوي * تستمر على الاقل 30 دقيقة * تتضمن حمى Fever * نقص اكسجين الدم قد يؤدي الى تلف الدماغ او الوفاة * علاج هذه الحالة يجب ان يركز على (1) منع تلف الدماغ (2) منع حدوث تشنجات

** نقلا عن

Pharmacy Books , Alison.com

تابع ل الصرع Epilepsy

● الفحوصات والتقييمات المطلوبة Assessments & Tests

- 1) تخطيط الدماغ EEG
- 2) الرنين المغناطيسي MRI
- 3) فحوصات الدم Blood Tests لاستبعاد الأسباب الاخرى للتشنجات Seizures
- 4) الاختبارات النفسية العصبية مثل :

أ) الكلام

ب) التفكير

ج) الذاكرة

*للتأكد ان هذه الوظائف لم تتأثر بنوبات التشنجات Seizures

- 5) فحص مستوى فيتامين B6, نقص هذا الفيتامين في الجسم يؤدي الى حدوث تشنجات
◇◇◇ وتشير الدراسات اليابانية الى انه يمكن علاج بعض حالات الصرع من خلال
جرعات مكثفة من فيتامين B6 فقط لاغير

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21345627/>

• طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج من الصرع بإذن الله :

بروتوكولات العلاج من الصيادلة السريرية (2)	بروتوكولات العلاج من الصيادلة السريرية (1)	بروتوكولات العلاج من طب الاعصاب	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (2)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (1)	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	طرق الوقاية
<p>#Status Epilepticus:</p> <p>1)Diazepam IV *If Diazepam does not work then</p> <p>2) Phenytoin IV OR Barbiturate *If this does not work * And If seizures continue for more than 60 minutes then</p> <p>3)Intubation and general anesthesia</p> <p>** نقلا عن Pharmacy Syllabus Alison.com</p>	<p>#Anti-Epileptic AED:</p> <p>1) Vitamin B6 100mg twice daily</p> <p>*توصي به الجمعية اليابانية لطب أعصاب الأطفال [انظر صفحة مراجع البحث]</p> <p>2) Phenobarbital 3) Carbamazepine 4) Gabapentin 5) Divalporex 6) Valporic Acid 7) Lorazepam 8) Pregabalin 9) Lamotrigine 10) Clonazepam</p> <p>## يختار الطبيب المعالج بعض هذه الادوية المناسبة لحالة المريض [وليس بالطبع جميع هذه الادوية]</p> <p>** نقلا عن Pharmacy Syllabus Alison.com</p>	<p>قد يكون العلاج الجراحي مفيدا في الحالات التي لا تستجيب للعلاج بالأدوية</p>	<p>٤) ممارسة اليوغا YOGA تساهم في اتران واسترخاء الجسم والمخ ٥) المساج الياباني Shiatsu اعتمدته الحكومة اليابانية كاحدى طرق الرعاية الأولية</p> <p>** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine</p>	<p>١) العلاج بالابر الصينية: * يمكنها تخفيف القلق والتوتر * وهما من مثيرات الصرع ٢) ممارسة فنون الاسترخاء وتساهم في تقليل نوبات الصرع ٣) طب المنعكسات Reflexology يساهم في استرخاء المخ والجسم وبالتالي التقليل من نوبات الصرع</p> <p>** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine</p>	<p>1) Vitamin B6 100mg twice daily</p> <p>*توصي به الجمعية اليابانية لطب أعصاب الأطفال [انظر صفحة مراجع البحث]</p> <p>2)Magnesium 300mg per day اثناء الطعام</p> <p>3) Vitamin E 4) Grape Seed بذور العنب</p> <p>** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine</p>	<p>(1) الوقاية من اصابات الرأس هو انجع طريقة للوقاية من صرع ما بعد الرضخ (2) الرعاية الكافية للفترة المحيطة بالولادة يمنع بإذن الله حدوث اصابات بالصرع للمواليد (3) توعية المجتمعات بطرق الوقاية من الصرع (4) يمكن الوقاية من النوبات الحموية لدى الأطفال المصابين بالحمى من خلال الادوية الخافضة لحرارة الجسم (5) علاج حالات عدوى الجهاز العصبي المركزي (6) مكافحة الطفيليات والتخلص منها على مستوى الفرد والمجتمع *مثال : داء الكيسات المذنبة الذي تسببه الدودة الشريطية قد يؤدي الى الصرع</p> <p>** نقلا عن كتيبات WHO</p>

8) مرض باركينسون Parkinson

● الاسباب المؤدية للمرض Causes & Reasons

- 1) انخفاض مستويات الناقل العصبي المسمى دوبامين Dopamine في الدماغ
- 2) تحطم خلايا عصبية معينة في الدماغ (عصبونات)
- 3) اسباب جينية
- 4) المثبرات البيئية مثل المواد السامة وغيرها .
- 5) وجود جسيمات في الدماغ تسمى [ليوي]
- 6) وجود بروتين في الدماغ يسمى [ألف – سينو كلين] a- synuclein

● الاعراض والعلامات Symptoms & Signs

- 1) الرعاش : يبدأ غالبا في احد الاطراف او اليد او الاصابع .
- 2) قد ترتجف اليد عند ما يكون الشخص في حالة [استرخاء او راحة]
- 3) تباطؤ الحركة مما يجعل المهام البسيطة صعبة وشاقة مثل صعوبة النهوض من المقعد
- 4) تيبس العضلات
- 5) العجز عن اتخاذ وضعيات الجسم وقد تنحني وضعية الجسم
- 6) مشكلات في توازن الجسم
- 7) فقدان الحركات التلقائية [اللا إرادية] مثل رمش العين او التبسم
- 8) تغيرات او تلعثم او تمتمة في الكلام
- 9) تغيرات او صعوبة في الكتابة
- 10) صعوبة في تدوير الجسم

● مراحل وأطوار المرض Stages

- 1) ظاهرة [مرحلة] الهياج والسكون On – Off Phenomenon :
*تذبذب الحالة الوظيفية بشكل كبير
* زيادة وظيفة الحركة بشكل كبير ثم ضعف الحركة بشكل كبير Hypokinetic
- 2) مرحلة اضطراب الحركات اللا إرادية Dyskinesia
- 3) مرحلة جمود الحركة Akinesia

● الفحوصات والتحاليل المطلوبة Assessments & Tests

- 1) فحص ناقلة الدوبامين DaTscan
- 2) الفحص العصبي
- 3) التصوير بالرنين المغناطيسي MRI لاستبعاد وجود اضطرابات اخرى
- 4) تحاليل الدم Blood Tests

طب الاعصاب 8170 = هشام سالم أحمد ذيبان

• بروتوكولات الوقاية والعلاج من الباركنسون بإذن الله :

طرق الوقاية	نصائح علاجية من طب المعالجة الطبيعية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (١)	بروتوكولات العلاج من الطب الشامل (٢)	بروتوكولات العلاج طب الاعصاب	بروتوكولات العلاج الصيدلة السريرية
<p>(١) نمط حياة صحي (٢) ممارسة الرياضة بانتظام (٣) الحفاظ على المستوى المثالي في الجسم ل Vitamin B6 (٤) تجنب التعرض للمبيدات (٥) تناول مشروبات تحتوي كافيين [البن والشاي وغيرهم] بما لا يزيد عن كوبين يوميا</p> <p>** نقلا عن www.Parkinson.org USA</p>	<p>عند المشي: (١) يجب ان يضرب كعب القدم الأرض أولا قبل الأصابع (٢) يجب النظر للأمام وليس للأسفل (٣) عدم حمل أشياء باليدين اثناء المشي (٤) الانعطاف افضل واسهل من تدوير الجسم اثناء تغيير الاتجاه في المشي</p>	<p>1)Omega3 800mg twice daily 2) Vitamin B6 1.5mg once daily 3) MUCUNA Indian Plant Contains Levodopa **توصي به الجمعية الأوروبية والأمريكية للباركنسون 4)Coenzyme Q10 100mg three times daily ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine</p>	<p>(١) التدليك : يساهم في تقليل شد العضلات ويعزز الاسترخاء (٢) اليوغا: تزيد من مرونة الجسم وتوازنه (٣) تقنية ألكسندر: Alexander Technique *تقليل الشد *تقليل الألم العضلي * زيادة التحكم العقلي ** نقلا عن National Health Services UK</p>	<p>(٤) التأمل Meditation *التفكير بهدوء *التركيز على صورة او فكرة معينة * يساهم في التخفيف من التوتر والألم *يحسن الشعور بالصحة والعافية (٥)العلاج بالابر الصينية Acupuncture ** نقلا عن Da Vinci College for Holistic Medicine</p>	<p>(١)التحفيز العميق للدماغ Deep Brain Stimulation * يزرع الجراحون مسارات كهربية داخل جزء محدد من المخ *تتصل بمولد مزروع في الصدر *يرسل نبضات كهربية الى الدماغ (٢) الجراحة : ولكن لها عواقب سلبية كثيرة ** نقلا عن Mayo Clinic USA</p>	<p>1)Lovidopa+ Carbidopa *يوجد دواء جديد يجمعها معا عبارة عن مستنشق Inhalation * او يمكن استخدامها بشكل منفصل أقرص عن طريق الفم 2)Apomorphine يطيل مفعول Levodopa 3)Amantadine في الأصل هو مضاد فيروسات لكنه يزيد افراز دوبامين 4)COMT Inhibitor ** نقلا عن Pharmacy Syllabus Alison.com</p>

9) مرض فرط الحركة ونقص الانتباه

Attention Defecit & Hyperactivity Disorder "ADHD"

● الاسباب المؤدية للمرض Causes & Reasons

- 1) اسباب وراثية
- 2) اسباب بيئية مثل التسمم بالمعادن الثقيلة Heavy Metals مثل عنصر الرصاص Lead
- 3) مشكلة في الجهاز العصبي المركزي
- 4) أثناء الحمل : تعاطي الام للمخدرات او بعض الادوية المؤثرة
- 5) الولادة المبكرة
- 6) الافراط في السكريات والحلويات : بعض الابحاث اعتبرتها من الاسباب.
- 7) الافراط في استخدام الاجهزة الالكترونية [اللوحية / العاب الفيديو / التلفاز] بعض الابحاث اعتبرتها من الاسباب .

● الاعراض والعلامات Symptoms & Signs

أعراض تابعة لفرط الحركة والاندفاع Hyperactivity and Impulsivity	أعراض تابعة لعدم الانتباه Inattention
<ol style="list-style-type: none"> 1) التلمل 2) النقر على اليدين او القدمين 3) التلوي على الكرسي الذي يجلس فيه 4) الصعوبة في البقاء جالسا في كرسي واحد 5) الاستمرار في حركة دائمة 6) الركض او التسلق في الأوقات/الأماكن الغير مناسبة 7) صعوبة القيام بالاعمال في هدوء [فوضى وازعاج] 8) يتحدث كثيرا [ثرثار] 9) الاندفاع في الإجابات قبلما ينهي المتحدث سؤاله 10) صعوبة انتظار دوره في الكلام او اللعب 	<ol style="list-style-type: none"> 1) الإخفاق في التركيز على التفاصيل 2) أخطاء اهمالية في الواجبات المنزلية المدرسية 3) صعوبة الاستمرار في التركيز في المهام واللعب 4) عدم الانصات حتى عند توجيه الكلام اليه مباشرة 5) صعوبة في اتباع التعليمات 6) صعوبة إتمام الواجبات المنزلية 7) النفور من المهام التي تحتاج الى تركيز ذهني 8) فقدان الممتلكات بسهولة في المدرسة والشارع مثل الأموال والاقلام والألعاب 9) سهولة تشتيت انتباهه 10) نسيان أداء الفروض اليومية

● انواع المرض وفئاته :

- 1) في الغالب فاقد الانتباه [غافل] Predominantly Inattentive
- 2) في الغالب مفرط الحركة / مندفع Predominantly Hyperactive / Impulsive
- 3) مجموع او مزيج Combined : الاعراض عبارة عن مزيج من ضعف الانتباه + فرط الحركة والاندفاع

الفحوصات والتشخيص – مرض فرط الحركة

(1) من اجل ان تصف شخص ما بأن لديه مرض ADHD يجب ان تنطبق عليه الشروط التالية :

(أ) لديه على الاقل 6 اعراض ضعف الانتباه Inattention

(ب) لديه على الاقل 6 اعراض فرط الحركة والاندفاع

Hyperactivity and Impulsivity

(ج) يتكرر ذلك في 2 جلسة تشخيصية على الاقل .

(د) يستمر لفترة لا تقل عن 6 شهور على الاقل .

(2) استخدام معايير ADHD من الدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات العقلية DSM-5 الذي نشرته الجمعية الامريكية للطب النفسي .

طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج :

طرق الوقاية	بروتوكول رائع من العلاج السلوكي(١)	بروتوكول رائع من العلاج السلوكي(٢)	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات علاجية من الطب الشامل(١)	بروتوكولات علاجية من الطب الشامل(٢)	بروتوكولات علاجية طب الاعصاب	بروتوكولات علاجية الصيدلة السريرية
(١) للام الحامل لحماية الجنين: *تجنب الكحول *تجنب التدخين تجنب الادوية المخدرة والترويحية (٢)تجنب التعرض للملوثات والسموم مثل الطلاء المحتوي على الرصاص (٣) تقليص أوقات استخدام الطفل للأجهزة اللوحية والذكية الى ادنى مستوى	للأطفال المصابين ب ADHD (١)نحدد ٢ من اعراض ADHD نريد تخليص الطفل منها (٢)لانخبر الطفل انها اعراض مرضية (٣) نخبره انها سلوكيات خاطئة نريد تخليصه منها (٤) مثلا صعوبة البقاء جالسا اثناء تحفته +اهمال الواجبات المدرسية (٥) تعلق لوحة جدارية في المنزل نسميها [لوحة الإنجازات] (٦) نشترى نجوم تكريمية لاصقة (٧) نخبر الطفل ان حصوله على عشرين نجمة في لوحة الإنجازات تساوي هدية (٨) نطلب من الطفل تحديد الهدية المرغوبة	(٩) نبدأ مسابقة جمع النجوم بسم الله (١٠)كل يوم ينجح فيه الطفل في التغلب على السلوكين الاثنين المحددين مسبقا [يستحق فيه نجمة] نعلقها في اللوحة (١١) غير مسموح تعليق [اكثر من نجمة في اليوم] (١٢)نشجع الطفل ونحفزه كل يوم للوصول للهدف والهدية (١٣) عندما يحقق العشرين نجمة نهنئه ونحتفل به (١٤) ونشترى له الهدية فوراً (١٥) يمكن تكرار المسابقة للحصول على نتائج افضل لنفس الاعراض (١٦) او تطبيق المسابقة على الاعراض الأخرى بالتسلسل [كل مسابقة اثنين من الاعراض فقط] ** نقلا عن	1)St. Johns Wort *نقلا عن Michigan Hospital USA *للأطفال ابتداء من ٦ سنوات * لمدة ٨ أسابيع 2)Chamomile Tea 3)Tilia Tea شاي الزيزفون 4)Trifolium نفل المروج 5)Omega3 ** نقلا عن Da Vinci College	(١)من أكثر الاعراض شيوعا ضعف ثقة الطفل بنفسه. على الوالدين/الطبيب استخدام عوامل زيادة الثقة بالنفس مثل الحاق الطفل بنادي رياضي لفنون الدفاع عن النفس، او ابراز احدي مواهبه او مهاراته على مستوى المجتمع (٢)تعليم الطفل احد فنون الاسترخاء (٣)تأكيد محبتنا للطفل باستمرار بمختلف الطرق	(٤)الحرص على تغذية الطفل بشكل صحي ومتوازن (٥) تقليل الحلويات والسكريات (٦)تشجيع الطفل على ممارسة الرياضة بانتظام (٧)تقليل أوقات استخدام الأجهزة الالكترونية (٨)اللعب مع الطفل في المنزل (٩)ممارسة تمارين زيادة التركيز [مثل لعبة الشطرنج] ** نقلا عن Da Vinci College	(١)جهاز موناشر للتحفيز الخارجي للعصب ثلاثي التوائم eTNS *اعتمده FDA *للأطفال من سن ٦ سنوات الى ١٢ سنة *الذين لا يتناولون ادوية ADHD *يمكن استخدامه منزليا بمراقبة الوالدين *يفضل استخدامه عندما يكون الطفل نائما ** نقلا عن Mayo Clinic USA	**نظرا لكثرة الاعراض الجانبية والواقب الوخيمة لاستخدام الادوية الصيدلانية لعلاج ADHD ننصح بعدم استخدام تلك الادوية ** باحذا الاكتفاء بالطرق والأدوية الطبيعية والبروتوكولات المذكورة هنا في هذا الجدول **بعض البروتوكولات المذكورة هنا تمت تجربتها على أطفال ADHD وكانت نسبة الاستجابة ٣٠ الى ٧٠ ٪ بحمدالله وتوفيقه ** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine

10) اضطرابات النوم Sleep Disorders

- أنواع اضطرابات النوم مع الاسباب المؤدية اليها والاعراض :

الاعراض	الاسباب	الاسم الانجليزي	الاسم العربي	
<p>(1) فرط النعاس نهارا (2) الخدار المصحوب بالتخشب [كاتا بلكسي] (3) الشلل العاقب للنوم [عجز مؤقت] (4) تغيرات في حركة العين السريعة اثناء النوم REM (5) هلاوس تنويمية (6) نادرا : انقطاع النفس الانسدادي النومي</p>	<p>(1) فقدان قدرة الدماغ على تنظيم دورات النوم والاستيقاظ بشكل طبيعي (2) مستويات منخفضة من مادة هيبو كريتين "Orexin" "Hypocretin" (3) امراض المناعة الذاتية (4) الجينات</p>	Narcolepsy	التغفيق	1
<p>(1) النوم عدة مرات في اليوم (2) عند أخذ قيلولة لا تغني شيئا (3) عدم الشعور بالراحة الجسدية حتى بعد النوم لمدة 9 ساعات (4) الاستيقاظ من النوم بصعوبة كبيرة (5) الشعور بالارتباك بعد الاستيقاظ من النوم</p>	<p>(1) اضطراب مستوى المواد الكيميائية في الدماغ مثل GABA (2) القلق والتوتر (3) تناول الكحول (4) إصابة فيروسية سابقة (5) إصابة سابقة في الرأس (6) الوراثة العائلية (7) الاكتئاب (8) الاضطراب ثنائي القطبية (9) الالز هايمر (10) باركنسون (11) أسباب أخرى وأسباب مجهولة</p>	Somnolence OR Hypersomnolence	النيمومة [فرط النوم]	2
<p>(1) شخير مرتفع (2) النوم المفرط (3) الاستيقاظ المفاجيء المصحوب بلهات او اختناق (4) الاستيقاظ والحلق جاف او ملتهب (5) صداع صباحي (6) صعوبة التركيز خلال ساعات اليوم</p>	<p>(1) انسداد عضوي يسد مجرى الهواء الأعلى (2) تضخم اللوزتين (3) زوائد أنفية (4) تراكم السوائل من القلب (5) الفشل الكلوي (6) المتلازمات الوراثية مثل الحنك المشقوق (7) البدانة</p>	Obstructive Sleep Apnea "OSA"	انقطاع النفس الانسدادي النومي	3
<p>(1) توقف التنفس لمدة 10 ثواني او أكثر (2) انخفاض مستوى PO2 في الدم</p>	<p>توقف الدماغ عن ارسال اشارات الى العضلات التي تتحكم في التنفس</p>	Central Sleep Apnea "OSA"	انقطاع النفس المركزي النومي	4
<p>المرحلة الأولى: المرحلة اللمفاوية الدموية: (1) نوبات من الحمى (2) الصداع (3) تضخم الغدد اللمفاوية في معظم الجسم (4) الام المفاصل وحكة المرحلة الثانية : المرحلة الدماغية السحائية: (1) تصيب العدوى الجهاز المركزي العصبي (2) اضطراب دورة النوم بشكل عظيم (3) اضطرابات سلوكية وحسية (4) ضعف التنسيق الحركي</p>	<p>طفيليات تنقلها ذبابة تسي تسي</p>	African Trypanosomiasis [Sleep Sickness]	داء المثقبيات الأفريقي [مرض النوم]	5
<p>(1) صعوبة الدخول في النوم او البقاء نائما (2) لانحكم بوجود الأرق الا ان تكرر على الأقل 3 مرات أسبوعيا لفترة 3 اشهر</p>	<p>(1) القلق والاكتئاب (2) الإفراط في استهلاك الكافيين</p>	Insomnia	السهاد [الأرق]	6
<p>19 القيام من الفراش والتجول (2) يرتسم على وجهه تعبير سطحي زجاجي العينين (3) لا يستجيب ولا يتواصل مع الآخرين (4) من الصعب ايقاظه اثناء النوبة</p>	<p>(1) الضغط النفسي (2) الحمى (3) الحرمان من النوم (4) اضطرابات التنفس خلال النوم (5) تناول دوية محددة (6) داء الارتجاع المعوي المريئي GERD</p>	Sleepwalking [Somnambulism]	المشي اثناء النوم [الرباص]	7
<p>(1) صعوبة الدخول في النوم (2) صعوبة الاستيقاظ من النوم (3) الشعور بالارهاق المستمر (4) اضطرابات المزاج (5) تعطل الساعة البيولوجية (6) تخبط دورة النوم/الاستيقاظ</p>	<p>(1) العمل بنظام الورديات الليلية (2) السفر الى مناطق مختلفة التوقيت</p>	Disturbed Sleep Pattern	نمط النوم المضطرب	8

Sleep Disorders تابع اضطرابات النوم

Tests & Diagnosis الفحوصات والتشخيص

اسم المرض	الفحوصات والتشخيص
1 التغفيق Narcolepsy	(١) البقاء ليلة كاملة في مركز متخصص في امراض النوم (٢) الحصول على سجل كامل لتاريخ النوم للمريض (٣) تخطيط ودراسة النوم Polysmnography : يقيس مجموعة من الإشارات (٤) الاختبار المتعدد لزمان الوصول للنوم
2 النيمومة [فرط النوم] Somnolence	(١) استخدام مقياس MSLT (٢) هذا المقياس يستخدم ا : * تقييم النوم المفرط * تحديد وجود حركة النوم السريعة التي تظهر اثناء النوم SOREMP
3 انقطاع النفس الانسدادي النومى Obstructive Sleep Apnea	(١) الفحص البدني للجزء الخلفي من الحلق والقم والانف بحثا عن انسجة زائدة او تشوهات (٢) قياس محيط العنق والخصر (٣) قياس ضغط الدم (٤) تخطيط النوم Polysmnography (٥) فحص انقطاع النفس النومى المنزلى
4 انقطاع النفس المركزي النومى Central Sleep Apnea	(١) تخطيط النوم Polysmnography (٢) قد نحتاج لتصوير الرأس أو القلب لاستكشاف الظروف والعوامل المساهمة في المرض
5 داء المثقبيات الافريقي [مرض النوم] Sleeping Sickness	(١) اختبارات مصالية للكشف عن وجود عدوى محتملة [سيرولوجي] (٢) التأكد من وجود الطفيلي في سوائل الجسم (٣) البزل القطني للسائل الدماغي النخاعي ثم فحص السائل وتحديد مرحلة المرض
6 السهاد [الأرق] Insomnia	(١) الفحص السريري (٢) هل هناك أي ادوية او اعشاب يستخدمها المريض قد تسبب له الأرق (٣) أي مشكلات صحية أخرى يعاني منها المريض قد تكون سببا للأرق [القلق / الألم المزمن] (٤) تخطيط النوم Polysmnography ان استدعى الامر (٥) اجراء تخطيط الاعصاب ان استدعى الامر
7 المشي أثناء النوم Sleepwalking [Somnambulism]	(١) الفحص البدني السريري (٢) مناقشة الاعراض والتاريخ العائلي مع المشي اثناء النوم (٣) القيام باختبار النوم [دراسة النوم ليلا] لمدة ليلة كاملة وتشمل : * تسجيل موجات الدماغ ورصدها * نسبة الاكسجين في الدم * معدل نبضات القلب والتنفس * حركات العين والرجل اثناء النوم
8 نمط النوم المضطرب Disturbed Sleep Pattern	(١) ماهي طبيعة مهنة المريض وساعات الدوام اليومي (٢) الحصول على سجل كامل لتاريخ النوم للمريض (٣) الاختبار المتعدد لزمان الوصول للنوم (٤) هل هناك أي ادوية او اعشاب يتناولها المريض قد تؤثر على نمومه

تابع اضطرابات النوم Sleep Disorders

• طرق وبرتوكولات الوقاية والعلاج :

#	المرض	طرق الوقاية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات علاجية من الطب الشامل	بروتوكولات علاج طب الاعصاب والجراحة	بروتوكولات علاجية الصيدلة السريرية
1	التغفيق Narcolepsy	(1) المواظبة على جدول صارم لمواعيد النوم /الاستيقاظ حتى في عطلة نهاية الاسبوع (2) اخذ غفوات خفيفة نهاراً (3) تفادي الكحول والنيكوتين (4) ممارسة الرياضة دائماً	Hypocretin Replacement تعويض نقص الهيبيكريتين الحاصل في الجسم عن طريق هيبيكريتين مصنع ** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine	(١) اليوغا: تحسن دورة النوم/اليقظة (٢) الابر الصينية : تحسن دورة النوم/اليقظة		1) Modafinil [CNS Stimulant] * ممنوع التوقف عن استخدامه بشكل مفاجيء * الدواء له اعراض جانبية كثيرة Mayo Clinic Hospital
2	النيمومة Somnolence	(1) تجنب الادوية التي تسبب النعاس والنوم (قدر المستطاع) (2) الذهاب الى الفراش كل ليلة في نفس الموعد (3) النهوض من الفراش كل يوم في نفس الموعد	Vitamin B12 IM Weekly لمدة شهر الى شهرين ** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine	Cognitive Behavioral Therapy CBT العلاج السلوكي الذهني يمكن ان يساهم في تحسين الحالة		1) Armodafinil * صباحا * كل يوم في نفس التوقيت * الدواء له اعراض جانبية كثيرة Mayo Clinic Hospital
3	انقطاع النفس الانسدادي النومي Obstructive Sleep Apnea	(1) تخفيف وزن الجسم (2) ممارسة التمارين الرياضية (3) استخدام مزيلات احتقان الانف (4) النوم على الجنب وعدم النوم على الظهر		## ان لم تنفع الحلول الغير جراحية المذكورة هنا ، يلجأ الطبيب لأحد الحلول الجراحية التالية: (١) إزالة الأنسجة جراحياً [رأب اللهاة والبلعوم] Uvulopalatopharyngoplasty[UPPP] (٢) تحفيز مجرى التنفس العلوي Upper Airway Stimulation * زراعة جهاز صغير محفز تحت الجلد في اعلي الصدر (٣) جراحة الفك [تقويم الفكين] Maxillomandibular Advancement (٤) فتحة جراحية في الرقبة [فغر الرغامى] Tracheostomy (٥) جراحة الانف لإزالة الزوائد اللحمية (٦) جراحة تصويب الحاجز المعوج Deviated Septum (٧) إزالة اللوزتين المتضخمة		1) CPAP= Continuous Positive Airway Pressure جهاز ضغط مجرى الهواء الموجب المستمر ## فإن لم ينفع الجهاز المذكور أعلاه نستخدم 2) Mouthpiece Oral Device جهاز قموي يسمى [المبيسم] ** نقلا عن مستشفى Mayo Clinic

تابع اضطرابات النوم Sleep Disorders

• طرق وبرتوكولات الوقاية والعلاج :

#	المرض	طرق الوقاية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات علاجية من الطب الشامل	بروتوكولات علاج طب الاعصاب والجراحة	بروتوكولات علاجية الصيدلة السريرية
4	انقطاع النفس المركزي النومي Central Sleep Apnea				(1) معالجة الامراض الأخرى المساهمة في حدوث هذا المرض مثل فشل القلب Heart Failure (2) جهاز TPNS Transvenous Phrenic Nerve Stimulation * اعتمده FDA * تتم زراعته تحت الجلد في اعلى الصدر * يحفز العصب الحجابي ** نقلا عن مستشفى Mayo Clinic	(1) تقليل جرعات الادوية الافيونية Opioids ان كان المريض يستخدمها لعلاج امراض أخرى (2) استخدام جهاز CPAP= Continuous Positive Airway Pressure جهاز ضغط مجرى الهواء الموجب المستمر # ان لم ينفع السابق (3) استخدام التهوية المؤازرة التكميلية ASV [لاتصلح لمرضى فشل القلب] # ان لم ينفع السابق (4) استخدام BPAP ضغط مجرى الهواء الموجب ثنائي المستوى (5) جرعات اوكسجين [ان احتاجها المريض] (6) دواء Acetazolamide
5	داء المثقبيات الافريقي [مرض النوم] African Trypanosomiasis [Sleep Sickness]	(1) استئصال ذبابة تسي تسي (2) استخدام الناموسيات (3) تغطية الجسم بارتداء اقماس طويلة (4) استخدام الكريمات على الجلد الطاردة للحشرات				# المرحلة الأولى [المفاوية]: 1) Suramin 2) Pentamidine # المرحلة الثانية [الدماعية]: 1) Melarsoprol 2) Eflornithine

تابع اضطرابات النوم Sleep Disorders

• طرق وبروتوكولات الوقاية والعلاج :

#	المرض	طرق الوقاية	الوصفة العلاجية من طب المعالجة الطبيعية	بروتوكولات علاجية من الطب الشامل	بروتوكولات علاج طب الاعصاب والجراحة	بروتوكولات علاجية الصيدلة السريرية
6	السهاد [الأرق] Insomnia	(١) تفادي النوم لفترات طويلة نهارا او في الغفوات (٢) الالتزام بمواعيد يومية ثابتة للنوم (٣) تجنب الكافيين (٤) تهيئة غرفة النوم بالعوامل المساعدة مثل درجة الحرارة ومستوى الإضاءة (٥) التأكد من عدم وجود أدوية يتناولها المرء تسبب السهاد (٦) اتباع روتين يساعد على الاسترخاء مثل حمام دافئ/ قراءة كتاب	1) Melatonin 1mg twice daily 2) Calcium Citrate 250mg once daily Later in the day 3) Magnesium 400mg once daily ** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine	(١) من الطب التماثلي : Coffea Crude * مادة علاجية للأرق مصنوعة من حبوب البن (٢) التعرض لأشعة الشمس الصحية المفيدة كل يوم (٣) دراسة أسباب الأرق وعلاجها (٤) علاج القلق/الاكتئاب ان كان احدهما موجودا (٥) تفادي المنبهات ليلا (٦) تفادي الكربوهيدرات البسيطة ليلا (٧) من طب التغذية : ينصح بتناول الفئات التالية ليلا: * الخضروات * الفواكة * سناك بروتينات		
7	المشي اثناء النوم [الرباص] Sleepwalking [Somnambulism]	(١) قسط كاف من النوم (٢) علاج التوتر (٣) الامتناع عن تناول الكحول (٤) تنظيم ساعات النوم (٥) تقليل الاجهاد	1) Chamomile Tea Twice daily 2) Valeriana 5ml one hour before Bed time ** نقلا عن Da Vinci College For Holistic Medicine	(١) التنويم المغناطيسي Hypnotherapy (٢) التأمل Meditation (٣) تعلم الاسترخاء التنويمي ** نقلا عن مستشفى Mayo Clinic		في حال الاعتقاد ان المشي اثناء النوم سببه دواء يتناوله المريض حاليا ، يتم ضبط ذلك الدواء او إيقافه تمام
8	نمط النوم المضطرب Disturbed Sleep Pattern	(١) تفادي تكرار تغيير أوقات العمل بشكل مستمر (٢) النوم بشكل كاف في الاجازات (٣) الحصول على غفوات بسيطة اثناء فترة العمل] بالتنسيق مع الإدارة] (٤) التعرض لأشعة الشمس اثناء اليقظة (٥) النوم في غرفة مظلمة او شبه مظلمة				

المراجع :

- منهج الصيدلة ، جامعة Alison الالكترونية
- منهج الطب الناتشوروباثي , كلية دافنشي للطب الشامل
- مستشفى مايو كلينك Mayo Clinic
- Webteb .Com
- اساسيات طب الاعصاب ، تأليف : د. إم س ولكنسون .
- أدلة MSD الطبية
- مستشفى جونز هوبكنز
- المكتبة الوطنية للطب امريكا ، National Library for Medicine ,USA
- الاكاديمية الامريكية لأطباء الاسرة AAfp.Org
- موقع الخدمات الصحية الوطنية ، المملكة المتحدة، www.NHS.UK
- الجمعية البريطانية للصرع Epilepsysociety.org.uk
- مجلة اوقات الصيدلة العالمية Pharmacytimes.com
- موقع منظمة الصحة العالمية WWW.WHO.INT
- موقع مستشفى كليفلاند العالمي
- الاكاديمية الامريكية لطب النوم
- موقع www.webmd.com الطبي الشهير
- Vitamin B(6) treatment of intractable seizure •
- An Article published by The Japanese Society of Child Neurology.
- By Website of USA National Library of Medicine
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21345627/>

تم بحمد الله وتوفيقه