

لقاء مع طبيب

الصرع.. أسبابه ذاتية ومكتسبة وعلاجه بسيط



د. محسن منير
الصرع معروف منذ القدم وتسميته قديمة، ولها معانٍ وإحداث تعكس التفسير القديمة لأسباب الصرع، فهو معروف باللغة اليونانية بـ Epilepsia بالابيليبسيا وتعني "يستولي على" وباللغة العربية "الصر" وجميع هذه المصطلحات توحى بخضوع الجسم لسيطرة شيء ما، فكان يعتقد أن المصاب قد مسته روح شريرة لذلك كانت طرق العلاج آنذاك تهدف إلى إخراج تلك الأرواح، مثل إحداء ثقب بالدماع لكي تفر منه الأرواح الشريرة، أو بالضرب أو الكي بالنار أو التقييد بالسلاسل والتغطية بالقماش الأسود، أو إقامة الزار وطرق أخرى متعددة ومختلفة الأشكال باختلاف تقاليد وثقافة كل مجتمع. للحديث عن هذا الموضوع التقينا بالمتخصص أستاذ علمي، اختصاص الجملية العصبية، للحديث عن الصرع.

والبداية عن النظرة الاجتماعية للمصاب بالصرع؟
- بسبب الجهل بطبيعة الدماغ والفهم الخاطئ لحالة الصرع والأسباب المؤدية له يعاني الأشخاص المصابون بالصرع من العزلة الاجتماعية، فالمجتمع ينظر إلى مرضى القلب والربو والأمراض المزمنة الأخرى بالرأفة والعطف والاستعداد للمساعدة، ولكنه ينظر للمصابين بالصرع بالريبة والشك والخوف فيتجنبهم ويجعلهم في عزلة عنه، ونتيجة لذلك يضطر المصاب بالصرع أو أقاربه الإبقاء على حالته سرا، وفي طي الكتمان قدر الإمكان، تجنباً لتلك النظرة الاجتماعية الخاطئة، هذا إضافة إلى انتشار الفكرة الخاطئة عن الصرع بأنه شديد الأثر على المصاب، إلا أن الأمر أن الصرع مثل غيره من باقي الأمراض الجسدية الأخرى فمنه الخفيف والمتوسط والليل منه الشديد. إذن الصرع في

التشخيص الطبي ليس مرضاً نفسياً، ولا يعني خلافاً في السلوك أو إصابة الفرد بدرجة أو أخرى من التخلف العقلي.

× ما العوامل التي تؤدي إلى حالة الصرع؟
- عوامل ذاتية: الغالبية من المصابين بالصرع لا يوجد عندهم أي مرض بالجهاز العصبي، وتكون الفحوصات الجسدية والمختبرية سليمة ويسمى بالصرع الذاتي (Idiopathic Epilepsy)، وهي تشكل نسبة ٧٥٪ من حالات الصرع.

وفي هذه الحالات تكون طبيعة بعض خلايا المخ ذات قابلية أو استعداد صرعي أكبر من المعدل الطبيعي دون وجود سبب مباشر، وهذا مشابه تماماً للمصابين بالحساسية والربو، حيث تكون أجسامهم لديها قابلية للحساسية أكثر من غيرهم دون وجود أسباب مرضية واضحة ومحددة.

عوامل مكتسبة: وهي التي تؤدي إلى تلف بعض خلايا المخ مسببة تلفها (Scaring) وتصل نسبة الإصابة إلى ٢٥٪ من حالات الصرع، ومن هذه العوامل:

- نقص الأوكسجين والاختناق خصوصاً عند المواليد أثناء الولادة، إصابات الدماغ من الحوادث المختلفة (حوادث الطرق)، حدوث نزف في المخ أو تجلط في الأوعية الدموية في المخ، التهابات المخ .. التهابات السحايا .. التشنجات الخلقية في أنسجة المخ

× كيفية التعامل مع مريض الصرع؟
- في البيت: معاملة المصاب بالصرع كبقية أفراد الأسرة من حيث الحقوق والواجبات.

تربية المواليد من سن مبكرة عند الكبر، فلا ينبغي التلذذ المفرط أو التسامح الزائد. غرس الثقة في نفس المريض بالصرع.

الصحة والغذاء

استندت هذا الأسبوع عن الحماية الغذائية للمرضى المصابين بقرحة المعدة... إذا ان الغذاء يعد مسبباً للقرحة أو مهيجاً لإعراضها، ويعد إتباع الحماية في أحيان أخرى علاجاً رئيساً، لذا فله من الأهمية ما يجعلنا مهتمين في مناقشة علاقة الغذاء بقرحة المعدة. قرحة المعدة التي يطلق عليها أيضاً عبارة تآكل صغير (يشبه الثقب) في الجهاز الهضمي للإنسان، ومن أكثر الأنواع انتشاراً تلك القرحة التي تحدث في الاثني عشر عند مقدمة الأمعاء الدقيقة في

أول ٣٠ سم خلف المعدة، أما القرحة التي تحدث في المعدة نفسها فتسمى بالقرحة المعدية نسبة إلى المعدة. كما يقولون أن المعدة بيت الداء، إذا لم يقم الإنسان باتباع نظام غذائي سليم يعرض حياته للخطر، فما بالك إذا كانت المعدة نفسها يوجد بها خلل ولم تعد بحالتها الطبيعية، فلن تصبح هي بمفردها بيت الداء وإنما سيكون جميع أعضاء جسدك مستعدة لاستقبال مرض بعد الأخر. فالمرضى بقرحة المعدة عليه الالتزام بنظام غذائي دقيق حتى لا يفتقد

جودة حياته. فالغذاء المسموح به هو... البقول... اللبن ومنتجاته... الأسماك... الخضراوات (فاصوليا - جزر - خرفوف - قرتبيط - بطاطس - بطاطا) ويتم تناولها مسلوقة. اللحم... الفاكهة الطازجة غير الحمضية (فراولة - تين - عنب - كمثرى) العسل الأبيض... البيض النصف مسلوقة... البقوليات (العدس - الفاصوليا - اللوبيا) الأرز... المكرونة... الكيك... البسكويت... الجيلي.

اما الطعام الممنوع فهو... المخللات... التوابل والبهارات (الفلفل الأسود والأحمر - الشطة... الخ)... الفاكهة الحمضية (ليمون - برتقال - يوسفى - جريب فروت - أناناس - مشمش - برقوق... الترخين... الأدوية: الأسبرين وأدوية الروماتيزم... الكحوليات... المشروبات (الشاي القهوه - الكاكاو - الكوكاكولا) .. المكسرات... الجبن الرومي... البقدونس... السبانخ... اللوخية... الكراث... الفجل... البسطرمة... اللب والفول السوداني... الخ.

وهناك تعليمات تتبع عند تناول الأطعمة:
- تجنب تناول الطعام الساخن أو البارد... تجنب ملء المعدة بالطعام... تجنب تناول الطعام بسرعة... الأكل في مواعيد ثابتة... تناول وجبات خفيفة بين الوجبات الأساسية حوالي ٣ وجبات تشمل على: لبن زبادي - لبن حليب - جيلي - كيك - بسكويت - ساندوتش جين... عدم النوم بعد تناول الأكل مباشرة... الابتعاد عن الانفعالات والتوتر النفسي.



هل يهدد الهاتف المحمول بسرطان المخ؟

الجسم ولكن علماء آخرين قالوا انها يمكن ان تنتج عن ترددات الاشعة بينما تكون درجة حرارة الجسم طبيعية في مختلف الاحوال الحقائق جميعها تحول دون انصاف الهوائيات الناقلة لصحة الإنسان، وكشفت دراسات اخرى ان سرعة الاستجابة تزداد عندما يتعرض الناس الى ترددات اشعة الهوائيات المحمولة. وأشارت دراسة اخرى من السويد وسويسرا الى ان الاشعاع الناجم عن الهاتف المحمول يؤدي الى تقطع النوم.

وقالت منظمة الصحة العالمية في بحثها الاخير ان هناك حاجة الى المزيد من الابحاث قبل القول ان الهاتف المحمول لايسبب اضرارا للصحة.

ولخصت دراسة علمية مولتها الحكومة البريطانية العام الماضي الى انه رغم عدم وجود دليل على خطورة استخدام الهاتف المحمول على الصحة، سيكون من الحكمة عدم تشجيع الاطفال على استخدامه لسرعة تأثرهم بالإشعاع، هذا واصدرت الجمعية البريطانية عدة تحذيرات من التأثيرات السلبية، وخاصة المستخدمة لتبادل نصوص الرسائل الالكترونية، على الاعضاء التناسلية واعضاء الجسم الأخرى.

وكانت الجمعية قد اكدت على اتباع تعليمات معينة كضرورة تحديد مدة استخدام الهاتف النقال واعلاقة في حال عدم الاستعمال وذلك لتقليل الاضرار المحتملة للموجات المخلقة منه. وطالب الباحثون باجراء دراسة مستفيضة.

وأخيراً في ألمانيا وأمريكا صارت مفاتيح تشغيل السيارات تصنع لكي تتوقف جميع الأجهزة الناقلة، فلا يستطيع السائق أو الركاب استخدام الهاتف أثناء السير.



غرفة الطوارئ

كيف يحدث التسمم.. وماهي طرق علاجه

من أكثر أنواع التسمم شيوعاً هي تلك التي يتسبب بها إهمال الأهل أو نقص الوعي والرقابة اللازمة فيما يخص الأطفال والأدوية، راجع النقاط التالية واحسب كم خطأ منها تقع فيه حين تعامل مع الأطفال فيما يخص الأدوية:

- ترك الدواء في متناول الأطفال أو في أماكن غير محكمة الأغلاق.
- تناول الأدوية أمام الأطفال مما قد يشجع على تقليد.
- ترك الدواء أثناء تعاطيه والنهائ لفضاء حاجته ما.
- تسمية الدواء بأسماء أخرى كالخلوى مثلاً لإقناع الطفل بتناوله مما يوولد لديه شعور بأنه أمر عادي.
- إذا حدث إن تسمم طفلك بأحد الأدوية أو المنظفات الكيميائية مثلاً، لا تجعل هول الصدمة ينسبك بعض الأساسيات المهمة كأخذ الدواء أو تلك المادة معك الى الأفل المستشفى أو على الأقل الانتباه لإسمها، لتسهل على الجميع التعامل معها بالطريقة السليمة تبعاً لنوعها وطبيعتها، بعض السموم على سبيل المثال تتطلب إحدث فيء للتحلل من بقاياها في المعدة وإيقاف امتصاصها، ولكن البعض الأخر قد يكون إحدث التيء خطأ حقيقياً وزيادة في أعراض التسمم وإحدث مشاكل أخرى.

فمثلاً عند تناول طفل مادة حارقة أثناء دخوله سبب ضرراً للبلعوم والمريء وأثناء محاولتك أنت لإحدث التيء وإخراجها فإنها في طريق خروجها تحدث الضرر نفسه مرة أخرى في البلعوم والمريء، ومن الأخطاء الشائعة أيضاً محاولة معادلة المادة الكيميائية التي ابتلعها الطفل، فإذا ابتلع حمض اشربه أدهم مادة قاعدية والخطر في هذه الحالة هو في إمكانية إحدث ذلك التفاعل لحرارة كنتيجة طبيعية معادلة كيميائية أو ربما انتج مادة أشد خطورة.



استشارات طبية
* **سلمى محمود ٥٥ سنة مصابة بالروماتزم تسأل عن علاج التيبس الذي يحصل في جميع مفاصل جسمها في الصباح فقط؟**
الجواب للدكتور محمد السامرائي اختصاصي امراض مفاصل... ان الاخث هيام تصف حالة تيبس تظهر عند اغلب المصابين بمرض الروماتزم المصلي (rheumatoid arthritis)، وهذا التيبس قد يظهر عند بعض المصابين بهذا المرض او لا حسب طبيعة المرض. وعلاجه يكمن في علاج المرض ذاته وذلك بأخذ الأدوية المسكنة وأحد الأدوية التابعة لمجموعة ال(NSAID) إضافة الى أحد الأدوية التابعة لمجموعة ال(DAMAR)، وهذه المجموعة

استشارات طبية
* **المواطن علي حسين العاني يسأل عن الغذاء الجيد لمرضه وهو مرض الروماتزم؟ وهل هناك اكلات ممنوع تناولها؟**
الجواب للدكتور محمد السامرائي اختصاصي امراض مفاصل... ظهرت دراسات عديدة بخصوص

هذا السؤال، وعماً اذا كان هناك نمط غذائي يجب اتباعه من مرضى الروماتزم، ولكن المثبت حالياً انه لا يوجد اكل ممنوع او مرغوب بالنسبة لمرضى الروماتزم، ولا توجد حماية خاصة بهم.. ولكن يجب التقليل من الوزن لتقليل حدة الاعراض وخصوصاً الالم وتقليل التشوهات المصليية.. والالتزام بنمط رياضي معين بحسب المقدرة، إضافة الى ترك التدخين لانه على الاغلب له علاقة بزيادة اعراض هذا المرض.