

أكثر ما يعاني منه سكان الكويت هو الحساسية، وتكاد تكون الكويت من أكثر بلدان العالم المنتشرة فيها الحساسية لخصوصية المناخ، وتلازم البحر والصحراء، ما يعني الرطوبة العالية والغبار وهما عاملان أساسيان في الحساسية، خصوصا حساسية الصدر وأمراضه. وخلال تحقيقنا الطبي، التقينا بـ 5 أطباء، للوقوف على آرائهم فأجمعوا على أن فصلي الربيع والخريف أكثر الفصول التي تنتشر فيها الحساسية، وتكاد تكون هذه الفترة (شهري مارس وأبريل) من كل عام فترة الإصابة بالحساسية نتيجة انتشار حبوب اللقاح من النباتات في طور الأزهار وهي أجسام غير مرئية تنتشر في الهواء وتسبب الحساسية في الأنف والصدر، إضافة إلى الغبار وما يحويه من مواد مختلفة، وهو المسبب الرئيسي لحساسية الصدر والأنف والجلد والعين.

وبزيارة بسيطة لأي مركز طبي في الكويت، وبسؤال الأطباء فيه، هذا كفيلا باكتشاف ان اكثر من 60% ممن يراجعون المركز مصابون بالحساسية، فإلى التفاصيل.

زينب ابوسيدو

## أطباء لـ «الأنباء»: الغبار وحبوب اللقاح والعتة أهم مسببات



الغبار من أهم أسباب الحساسية

وارتداد الحامض في المعدة الي اعلى الحجاب الحاجز وكذلك القلق النفسي والتعب الناتج عنه.

اغلقوا النوافذ

عن التقليل من مخاطر الإصابة بمسببات الحساسية قال د.الأحمد: إغلاق النوافذ بإحكام لمنع دخول حبوب اللقاح واستخدام مكيفات الهواء، التقليل من الخروج من المنزل في الصباح الباكر حيث تفرز هذه الحبيبات في الجو من الساعة الخامسة الي العاشرة صباح كل يوم، اغلاق نوافذ السيارة، عدم مغادرة المنزل حينما تكون الرطوبة عالية او هناك رياح شديدة في الخارج، عدم نسيان تعاطي الأدوية التي وصفها طبيب الحساسية بانتظام، عدم قص حشائش الحديقة او الاقتراب منها بعد قصها مباشرة، عدم نشر الملابس كي تجف في الهواء الطلق، فقد تتجمع مثيرات الحساسية، عدم زرع أو الاحتفاظ بنباتات داخل المنزل إذا كان لدى الشخص حساسية من الفطريات، لأن التربة الرطبة العالية من نمو وتكاثر الفطريات.

انتشار الاكزيما

أما د.عزت بدوي استشاري أمراض جلدية وتناسلية فقد قال: تنتشر حساسية الجلد خاصة الاكزيما بنسبة عالية جدا في الكويت، ويعتبر الغبار من أهم أسباب تلك الحساسية، وإن لم يكن السبب الوحيد، ولذا تكثر الإصابة بالاكزيما بشكل خاص والحساسية بشكل عام مع تغيير الفصول وتواجد الغبار في الجو، وأثبتت الأبحاث وجود صلة وثيقة بين نسبة الاكزيما والحساسية وتواجد الغبار، والتحاليل الطبية لدى كثير من المرضى تبين نتيجة إيجابية للعلاج وكذلك تعتبر حشرة عثة الفراش «غير المرئية» من الأسباب المهمة للحساسية وتتكاثر تلك الحشرة في وجود الرطوبة العالية، ولذا ننصح بتعريض الفراش وأغطية النوم لأشعة الشمس والبعد عن الرطوبة.

وأكد د.بدوي ان الجلد يميل

هما فصلا الربيع «مارس وأبريل» والخريف «سبتمبر وأكتوبر» لأنه يكثر فيها انتشار حبوب اللقاح.

وحبوب اللقاح التي تسبب ظهور أعراض الحساسية عند الناس هي حبوب اللقاح الذكرية للنباتات المزهرة، أو ما يسمى بغبار الطلع وهي حبيبات دقيقة جدا لا ترى بالعين المجردة، وهي كروية الشكل، يحتاجها النبات في عملية التخصيب.

الإشجار والحشائش الخضراء والأعشاب الطويلة تفرز حبوب لقاح جافة وصغيرة وخفيفة الوزن تتناسب مع عملية الانتشار بواسطة التيارات الهوائية.

أما حبوب اللقاح التي تكون على الورود والزهور فإنها عادة لا تسبب الحساسية، حبوب اللقاح هذه كبيرة الحجم وشمعية، انها تنتقل من نبات إلى آخر بواسطة النحل او الحشرات الأخرى.

موسم الحساسية

بداية ونهاية فصل انتقال هذه الحبوب من الأشجار والحشائش والأعشاب «يسمى بموسم الحساسية» متشابهة من عام لآخر تقريبا، في نفس البلد، ولكن شدتها تختلف من عام لآخر، تبعاً لحالة الطقس وبعض العوامل البيئية الأخرى، وهذا يعلل اختلاف حدّة أعراض الحساسية من موسم إلى آخر.

وعن حساسية الصدر «الربو» قال ان الربو هو تهيج وزيادة حساسية الشعب الهوائية بحيث انها تضيق مما يؤدي إلى ظهور أعراض الربو.

عوامل أخرى

أشار د. الأحمد الي مسببات الإصابة بالربو ذاكرا ان هناك عدة عوامل تعمل على زيادة حدة الربو منها: العوامل المسببة للحساسية المناعية، أو مولدات الأرجية وغيرها، التعرض للدخنة الكيميائية أو المثيرات مثل التبغ، الدخان والمواد الكيميائية، الروائح القوية ومواد الرش وكذلك التغييرات في حالة الطقس والمجهود العضلي والرياضة

وعن أسباب زيادة الحساسية أشار الى ان هناك خلافا في العالم كله ولا أحد يعرف بالضبط ما قد تكون نسبتها أكثر كحساسية الجلد وحساسية الأذن والأنف والحنجرة وحساسية العين، ولكن الكويت تعتبر من الدول ذات نسبة الحساسية العالية، وهذا ملاحظ في الدول المتقدمة كلها، ان لديهم ارتفاعا في معدل الحساسية في أوروبا وفي الولايات المتحدة الأمريكية وغيرها، وان كان الارتفاع في معدلات الحساسية في الأونة الأخيرة بدأ يثبت ولا يزيد.

لنباتات مضار

د.ناصر الأحمد اختصاصي أمراض الحساسية قال ان اكثر مواسم الحساسية في الكويت

ان 12% - 14% تقريبا يعانون من الحساسية، وحسب طريقة تعريف الربو، الحساسية العامة قد تكون نسبتها أكثر كحساسية الجلد وحساسية الأذن والأنف والحنجرة وحساسية العين، ولكن الكويت تعتبر من الدول ذات نسبة الحساسية العالية، وهذا ملاحظ في الدول المتقدمة كلها، ان لديهم ارتفاعا في معدل الحساسية في أوروبا وفي الولايات المتحدة الأمريكية وغيرها، وان كان الارتفاع في معدلات الحساسية في الأونة الأخيرة بدأ يثبت ولا يزيد.



### الحساسية الغذائية عند الأطفال

كيف تعرفين ما اذا كان لدى طفلك تحسس لمادة غذائية ما؟ في السنة الأولى من العمر غالبا ما تظهر الحساسية الغذائية على شكل طفح جلدي خصوصا عندما لا يزول هذا الطفح بسرعة أو عندما يكون شديدا، وتكون الظاهرة الجلدية للحساسية عند الأطفال على شكل اكزيما ذات بقع حمراء وحكة شديدة.

حالات أخرى من الحساسية الغذائية عند الرضع تظهر على شكل تورم في الشفتين أو في الجفون عند تناوله لطعام ما. في حالات أخرى تكون الحساسية عند الرضع مبهمة وغير صريحة وقد يكون ذلك على شكل آلام في البطن أو إقياء أو إسهال وحتى في بعض



د.محمد البدر رئيس قسم الصدر بمستشفى الراشد للحساسية قال: المسبب الأول للحساسية في الكويت هي حبوب اللقاح فلدنيا مجموعة من حبوب الطلع التي تنتشر في هذا الوقت، هذا خارج المنزل، أما داخله فاحتمال أن تكون حشرة عثة المنزل التي تقف على الغبار المنزلي وهناك بعض الفطريات التي تعيش في الرطوبة كتسريبات الماء فهناك بعض الناس لديهم حساسية من الصراصير مثلا، وهناك من يمتلك حيوانات كالقطط والكلاب في البيت فيمكن أن تهيج الحساسية لديهم.

الربو التحسسي

وأضاف د.البدر أن هناك حوالي 50% من المرضى لديهم حساسية بالصدر ناتجة عن حبوب اللقاح وغيرها، و50% الأخرى تكون مهيجات غير حبوب اللقاح، وغير الحساسية بصفة عامة بمعنى آخر يقسم الربو إلى صنفين: ربو تحسسي، وربو غير تحسسي، الربو التحسسي تقريبا من 50% - 60% بالكويت، أما الربو غير التحسسي فيشكل النسبة الباقية من حالات الربو هذه وبطبيعة الحال الربو غير التحسسي غالبا لا يكون هناك شيء واضح يسبب للمريض الهيجان باختلاف الأمور العادية كالجو البارد أو تغير درجات الحرارة أو التعرض للمجهود، أما الربو التحسسي فبالإضافة إلى هذه العوامل هناك حساسية الجو التي تزيد من التحسس عند المريض.

أما أكثر مواسم الحساسية فنذكر انها في فصل الخريف، شهري سبتمبر وأكتوبر، وفي فصل الربيع، شهري مارس وأبريل، تكثر في هذه الفصول حبوب اللقاح، وبالصيف تبدأ تخف لقلة حبوب اللقاح في الجو وفي الشتاء تكثر مع الرطوبة والمطر.

نسبة عالية

أما نسبة من يعانون الحساسية نسبة إلى عدد السكان، فأكد د.البدر ان احصائيات الكويت تشير إلى

د.البدر: الكويت من الدول التي تزداد فيها أمراض الحساسية و14% من السكان يعانون من ربو تحسسي



د.محمد البدر متحدثا لـ«الأنباء» (سعود سالم)

داخل المنزل تسبب حشرة العثة والفطريات التي تعيش في الرطوبة الحساسية



الحيوانات الأليفة كالكلاب والقطط تهيج الحساسية.. وتسبب الربو



د. ناصر الأحمد

د.الأحمد: الأدخنة الكيميائية ودخان التبغ والروائح القوية تسبب الحساسية



لتقليل الإصابة بالحساسية.. أغلقوا نوافذ المنزل والسيارة ولا تخرجوا في الرطوبة

**د. بهبهاني:**  
**حساسية العين**  
**تمثل بحكة شديدة**  
**.. وفرك العين يؤدي**  
**إلى تلف القرنية**



د. جمال بهبهاني

**أفضل علاج**  
**لحساسية العين**  
**الكدمات الباردة..**  
**وهناك قطرات**  
**خاصة للحساسية**

**يكثر في الكويت مرض**  
**القرنية المخروطية..**  
**وأسبابها فرك**  
**العين نتيجة**  
**الحساسية**

# الحساسية وتزداد في مارس وأبريل وأكثرها الربو التحسسي



الربو التحسسي أكثر أمراض الحساسية انتشارا في الكويت

بشكل عام للجفاف في الكويت وقد يرجع ذلك لعوامل الطقس وكذلك لوجود أجهزة التكييف، وتظهر وتزداد الاكزيما مع نسبة جفاف البشرة، وننصح بترطيب البشرة بشكل يومي مع استعمال الكريمات المرطبة. وأشار السلي ان امراض الحساسية تزيد لدى الأشخاص الذين يتعرضون للمواد الكيميائية والصناعية مثل الأشخاص الذين يعملون في المصانع أو الذين يعيشون في أماكن تزداد فيها نسبة التلوث في الهواء.

## حساسية الطعام

وأوضح د. بدوي ان الطعام يشكل نسبة ليست عالية للحساسية، ولكن بعض المأكولات تسبب زيادة للحكة، وطفح الحساسية نتيجة زيادة إفراز مادة الهيستامين في الجسم، حتى في عدم وجود حساسية من تلك المأكولات بشكل مباشر، ووجود المواد الحافظة والملونة في حلوسى ومأكولات الأطفال تسبب الحساسية لدى الأطفال الذين يتناولونها في حين يكون جفاف الجلد في فصل الشتاء من أهم أسباب الحساسية ويكون التعرض لحرارة الشمس وزيادة إفراز العرق من أهم الأسباب في فصل الصيف، وكذلك تهيج البشرة من الكلور في حمامات السباحة واستخدام العطور ومزيلات العرق من الأسباب التي تساعد على زيادة الحساسية.

## مساحيق الغسيل

وأضاف: ونظرا لأن كثيرا من مساحيق غسيل الملابس تحتوي على مواد وانزيمات قوية لإزالة اتساخ الملابس، فهي في الوقت نفسه تسبب تهيج البشرة. ونصح د. بدوي كذلك بعدم الإفراط في استعمال الصابون والغسل المطهر والذي قد يؤدي لتهيج وجفاف البشرة.

## رد فعل الجسم

د. خالد العبدالهادي رئيس قسم الأنف والأذن والحنجرة في مستشفى الصباح وزين قال: الحساسية عبارة عن رد فعل من الجسم لبعض الأجسام الغريبة الأجنبية التي تلامسه، فبعض

الكائنات من غبار ووبروتينات أو مأكولات أو أخرة تناسب بعض الأجسام ولا تناسب أجساما أخرى وبمجرد ملامسة هذه الأجسام الأجنبية للجسم الذي يتحسس منها يؤدي ذلك الى رد فعل شديد قوي يتمثل في حساسية الأنف بالعطاس وزيادة الإفرازات للتلخس من هذه المادة المحسنة.

## تحسس من السمك

ومثال على ذلك هناك البعض يتحسس من السمك وإذا أبعدها عنهم السمك يشفون وإذا تناولوه تعود لهم الحساسية، وهكذا.

وهناك البعض يتحسس من الجو المحيط، ونسبتهم من 50٪ إلى 60٪ يتحسسون من جو الكويت أثناء الغبار وفترة تلقيح أشجار الخليل والغازات المنبعثة من النخط.

هذه الحساسية قد تؤدي الى زيادة العطاس والإفرازات في الأنف وإذا ما تلقنا هذا الإنسان الى خارج الكويت مثل بريطانيا مثلا فسيتراح مما تحسس منه داخل الكويت ولا يوجد علاج نهائي للحساسية إنما نستطيع ان نحد من الأعراض وتخفف ردة الفعل للجسم بمواد تقلل من هذه الأعراض.

## تشوهات الأنف

هناك بعض الأمور المخفية لحساسية الأنف، ففي بعض الأحيان يوجد انحراف في الحاجز الأنفي أو ضخامة في القرنيات الأنفية، ولو أجرينا استئصالا للقرنيات أو أجرينا تعديلات للحاجز الأنفي فسيتحسن مجرى التنفس ما يجعل الهواء يدخل بشكل أكبر ومناسب فيجفف مخاطية الأنف وبالتالي يحسن أداء الأنف.

## سافروا تصحوا

أما بالنسبة للوقاية، فهناك عدة أنواع من الحساسية: الحساسية الموسمية، الحساسية على مدار السنة، وحساسية بملامسة بعض الأشياء، فالحساسية الموسمية مثل تغير الطقس من الربيع الى الخريف، أو من جو حار الى بارد، والحساسية بملامسة بعض

الأشياء مثل موسم لقاح النخيل نتيجة غبار الطلع، بالنسبة للموسم وحساسية الملامسة يمكن ان يأخذ المريض بعض الأدوية، أو يتواجد خارج الكويت أثناء موسم الحساسية، وعند تلقيح النخيل، أو نعطيه أدوية فيها نسبة من الكورتيزون، والكورتيزون لا ضرر منه إذا لم يؤخذ بشكل مستمر لأكثر من 4 شهور وبشكل يومي أما إذا أعطي بشكل موضعي أثناء الموسم فلا خوف منه، ونعطيه أدوية مضادة للحساسية أو

حقتنا في بداية الموسم، أما الذي يتحسس على مدار السنة فيعطى علاجاً بشكل دائم وهو الأصعب حالة.

## لا تفرك العين

وختمنا اللقاءات مع استشاري طب وجراحة العيون د. جمال بهبهاني فقال: تأثير الحساسية على العين ليس بالأمر الهين، فالحساسية تأتي نتيجة احساس المريض بحكة شديدة، فيحاول ان يفركها، وفرك العين بشكل مستمر قد

أخر. تفاعلات الحساسية أحد أسباب الارتيكاريا لكن في أغلب الأحوال يكون سبب الارتيكاريا غير معلوم، وأسباب حدوثها تختلف من شخص الى آخر، وهي تحدث بسبب الأطعمة كالبيض والسمك والربيان والألبان ومنتجاتها والموز والفراولة والمانجو والشوكولاتة والمواد المضافة للأطعمة مثل المواد الحافظة ومكسبات اللون، وبسبب الأدوية كالاسبرين ومضادات الروماتيزم وأدوية البرد والانفلونزا وصبغات الأشعة، وبسبب مواد تستنشق وتصل الى الدم عن طريق المسالك التنفسية مثل حبوب اللقاح وجراثيم الفطريات، ولدغات بعض الحشرات مثل النمل والنحل، ويمكن ان تحدث بسبب التوتر النفسي والتعرض لمواقف محرجة أو ضغوط عاطفية.

## الإرتيكاريا.. حساسية جلدية بسبب مواد تثير «المناعة»

في حالة جلدية شائعة تسبب وجود مناطق مرتفعة (تورمات) مسببة للحكة مع التهاب بالجلد، وهي أكثر أنواع حساسية الجلد انتشارا ومعظم الناس يصابون بها مرة أو أكثر أثناء حياتهم، وتظهر الارتيكاريا عند تعرض الشخص لمادة سواء طعام أو غيره سبق ان تعرض لها فتهبت جهاز المناعة ليفرز اجساما مضادة لتلك المادة حيث لا تظهر أعراض الارتيكاريا عند أول تعرض للمادة المسببة للحساسية وإنما عند التعرض لها في المرات التالية، تصيب الجلد فقط، وقد تكون هناك أعراض خارج الجلد مثل تورم الشفتين أو الحبال الصوتية مسببة الاختناق وقد تصيب الأمعاء فيحدث مغص معوي وإسهال أو إمساك، والجدير بالذكر انها قد تظهر وتختفي من حين الى



**د. العبدالهادي: الحساسية**  
**رد فعل الجسم تجاه بعض**  
**الأجسام الغريبة التي تلامسه..**  
**كالغبار وغيره**



د. خالد العبدالهادي

**لا علاج نهائياً للحساسية..**  
**لكن يمكن تخفيف الأعراض**  
**ببعض الأدوية**



**د. بدوي: عثة الفراش سبب**  
**رئيسي للحساسية ويجب تعريض**  
**فراش النوم للشمس**



د. عزت بدوي

**تجنبوا الإفراط في استعمال**  
**الصابون والمطهرات التي تسبب**  
**جفاف الجلد**



**المواد الحافظة والملونة**  
**في بعض الأطعمة تسبب**  
**الحساسية للأطفال**

يؤدي الى تلف في القرنية غير قابل للإصلاح، وهي عبارة عن نسيج مرن من مادة الكولاجين، سماكته 0,5 ملليمتر، فلو تخيلنا ان هناك جلدا، ونفرك فيه لمدة طويلة فمن الطبيعي انه سيترقق ويفقد صلابته ويفقد الأريطة الموجودة به من شدة قساوته فما بال هذا النسيج الرقيق، بالطبع سيؤدي الى تقوس في القرنية، أو ما يسمى قرنية مخروطية، لأنه يشبه المخروط، وهذه المشكلة تنتج عن الحساسية المزمنة التي تأتي من فرك العين.

## الكدمات الباردة

العلاج يكون بتجنب الوضع الذي يؤدي الى الحساسية فمثلا من يعلم ان خروجه في الحديقة للتلته في فترة الربيع سيسبب له الحساسية فعليه تجنب الخروج اليها كذلك حساسية الربو إذا كان المريض يعلم ان هناك شيئا يثير عينه فعليه تجنبه، الأمر الآخر إذا كان لا يعرف سبب حكة العين، وكان بسببها فعليه استخدام كدمات باردة، وإذا لم ينته احساسه بالحكة فعليه استخدام قطرات خاصة للحساسية.

## مرض القرنية المخروطية

هناك كثير من الحالات التي يشعر فيها المريض بالحكة، ولكنها لا تكون حساسية، إنما جفاف بالعين، وهذا يتطلب الفحص عند طبيب لتشخيصه، لأن أعراض الجفاف من ضمنها وجود حكة لكن الحساسية عادة من علاماتها حكة شديدة بالعين، وأحيانا يصاحبها انتفاخ في الغشاء المخاطي، وهو غشاء ملتصق، يظهر كضباب شفاف بارز يكون ملتصقا ومتورما وربما يحدث انتفاخ في الجفون، فهو عبارة عن تورم وانتفاخ في الأنسجة واحمرار بسيط، فعلى الشخص ألا يفرك عينه وخاصة الطفل لأن القرنية تكون في طور النمو وهي حساسة جدا ويكثر في الكويت مرض القرنية المخروطية وهذه أكثر أسبابها وهناك تخوف من ترقق القرنية ونقوسها لأن ذلك يقود الى زراعة قرنية في الحالات الشديدة.