

تحتل أمراض الحساسية الصدارة على قائمة الأمراض الأكثر شيوعا في الكويت بسبب طبيعة المناخ والعواصف الرملية والرطوبة ونسبة كبيرة من سكان الكويت يعانون من حساسية الأنف أو الربو أو كليهما. ويؤكد د.مازن التاروتي العضو المنتدب في شركة MSD الخليج الطبية ان أكثر من 1500 مريض بينهم 450 طفلا دخلوا المستشفيات في الكويت خلال العام الماضي أثناء العواصف الرملية التي اجتاحت الكويت وهي نسبة مرتفعة جدا نسبة الى عدد السكان. وأضاف د.التاروتي ان 90٪ ممن يعانون من حساسية الأنف هم عرضة للإصابة بحساسية الربو، وكذلك العكس صحيح، أي ان خطر الإصابة بالربو يبقى قائما للكثير من السكان وهو ما يحمل الدولة عبئا كبيرا لتوفير الرعاية الصحية لهؤلاء. وحول علاج الحساسية أكد د.التاروتي ان هناك تقنيات حديثة يمكن من خلالها تحديد أسباب الحساسية بدقة، وبالتالي يتم علاجها أو تجنب مسبباتها فإلى التفاصيل:

د.مازن التاروتي
العضو المنتدب
في شركة MSD
الخليج

كثبت: زينب أبو سيدو

هناك تقنيات تحدد المواد المسببة للحساسية لكل شخص سواء كانت مواد عضوية أو صناعية

د.مازن التاروتي لـ «الأنباء»: 90٪ ممن يعانون من حساسية الأنف هم عرضة للإصابة بحساسية الربو والعكس صحيح



بعض الناس لديهم حساسية من عثة المنزل

فالجهاز التنفسي العلوي يعني منطقة الفم والأنف والجيوب الأنفية بينما الجهاز التنفسي السفلي هو منطقة الرئة، والحوصلات الهوائية، والأحماض التي تبين ان 90٪ من الناس الذين لديهم حساسية الأنف هم عرضة للإصابة بحساسية الربو والعكس صحيح. في هذه الحالة من 60٪ في هذه الحالة من المصابين بالربو يتعرضون لحساسية الأنف، فمؤخرا النضاح الطبية في علاج حالات الربو تأخذ في الاعتبار علاج حساسية الأنف، في نفس الوقت. في اغلب الأحيان مرض الربو يتم معالجة الجهاز التنفسي السفلي وهي اعراض الربو نفسها وفي المقابل يجب معالجة اعراض الجهاز التنفسي العلوي، وهما مرضان مرتبطان، يطلق عليه الجهاز التنفسي الموحد علوي وسفلي.

تدل على الربو وهنا ينصح بالتوجه الى طبيب مختص في الجهاز التنفسي. حساسية العين كيف يمكن التغلب عليها؟ حساسية العين هي انواع كثيرة ولكن الحساسية التي سأتكلم عنها حاليا هي السبب المصاحب لحساسية الأنف لأنه ربما يكون لها اسباب اخرى وفي هذه الحالة حساسية العين المصاحبة لحساسية الأنف، التغلب عليها بنفس الطرق العلاجية التي تحدثنا عنها في علاج حساسية الأنف، لأنه بمجرد تطبيق مفعول الهستامين أو تطبيق مفعول المواد الكيميائية التي تسبب الالتهاب عموما في الأنف في منطقة الجهاز التنفسي العلوي فهنا يمكن التحكم بحساسية العين.

لكن طبعا هناك امراض اخرى لحساسية العين مختلفة ليست في سياق حديثنا اليوم. **الربو التحسسي** هل هناك ربو التحسسي اي ربو مرتبط بمواسم الحساسية؟ هناك ارتباط بين حساسية الانف والربو، ومع الاسف انه دائما نفرق في العلاج بين الجهاز التنفسي العلوي والجهاز التنفسي السفلي

من المنزل وفي هذه الحالة يفضل محاولة تفادي التعرض المباشر للغبار بمعنى تغطية الفم وتغطية الأنف، وكذلك البقاء بالسيارة، شرب كميات كبيرة من الماء وينصح اذا كان المريض داخل البيت ان يقوم بتغطية مداخل البيت اي الباب الرئيسي او النوافذ بغطاء مبللة، والنصيحة الاهم انه اذا تعرض لأعراض الربو او الحساسية عموما عليه التوجه الى الطبيب المختص أي الطبيب المناسب وهو أنف وأذن وحنجرة او طبيب الحساسية واذا كانت الاعراض مثل كحة، صعوبة الخروج، وفي اغلب الأحيان هذه الاعراض تختلف عن اعراض حساسية الأنف، وربما فتخفف الاحتقان، وهذه بعض انواع الادوية المتوفرة، وادوية حساسية الأنف متوفرة بشكل كبير وبمجموعات دوائية مختلفة، المشكلة اذا لم يتناول المريض هذه الادوية تحدث مضاعفات بينما حساسية الأنف مرض بسيط ومضاعفاته هي المشكلة.

تعدال مفعول الهستامين، بمعنى إيقاف الاعراض المسببة بسبب الهستامين، بمعنى إيقاف الرشح والسيلان. ومشكلة ادوية الهستامين انها تسبب بعض الاعراض الجانبية البسيطة كجفاف الحلق وازدياد بسيط في ضربات القلب، لكن العرض المشهور جدا هو النعاس، فالكثير يتفادون تناول ادوية الهستامين لأنها تسبب النعاس ويكون من الصعب عليهم قيادة السيارة والعمل مع اجهزة خطيرة.

لكن حاليا في الاسواق توجد ادوية مضادات هستامين لا تسبب نعاسا ويمكن ان تعادل مفعول الهستامين، بمعنى إيقاف الاعراض المسببة بسبب الهستامين، بمعنى إيقاف الرشح والسيلان. ومشكلة ادوية الهستامين انها تسبب بعض الاعراض الجانبية البسيطة كجفاف الحلق وازدياد بسيط في ضربات القلب، لكن العرض المشهور جدا هو النعاس، فالكثير يتفادون تناول ادوية الهستامين لأنها تسبب النعاس ويكون من الصعب عليهم قيادة السيارة والعمل مع اجهزة خطيرة.

بماذا تنصح المرضى عند تلوث الجو سواء بالتراب او الدخان؟ **التنصبة الاولى هي الجلوس في البيت قدر الامكان** اذا لم يكن ضروريا الخروج، وفي اغلب الأحيان هذه النصيحة لا تجدي لاننا مضطرون للخروج

هل هناك فحص طبي معين يظهر المواد او الماكولات التي لدى الشخص حساسية منها؟ **هناك فحوصات معينة يمكن ان تساعد في معرفة المواد المعينة المحسنة للشخص لأنها تختلف من شخص الى آخر، فهناك تقنيات تشخيصية معينة تحدد المواد المحسنة للشخص دون الآخر** فالكثير يتفادون تناول ادوية الهستامين لأنها تسبب النعاس ويكون من الصعب عليهم قيادة السيارة والعمل مع اجهزة خطيرة.

ما اسباب حساسية الأنف؟ **حساسية الأنف تأتي بسبب التعرض المباشر للمواد المحسنة للغشاء المخاطي للأنف، فالعواصف الرملية او الترابية تأتي محملة ليس فقط بالتراب وإنما بالبكتيريا والفيروسات والمواد العضوية والبقايا العضوية وكذلك حبوب اللقاح.** البقايا العضوية وحبوب اللقاح مثال للمواد التي تسبب تهيجا للغشاء المخاطي المبطن للأنف، وبالتالي تفرز مادة كيميائية في الجسم تسمى «هستامين»، وهذه المادة هي المسؤولة عن الاعراض المباشرة لحساسية الأنف منها الحكة والعطاس وادماع العين او ما شابه من الاعراض، فهي باختصار تسبب حساسية الأنف والتعرض المباشر للمواد المحسنة المهيجة.

أعراض حساسية الأنف ما اعراض حساسية الأنف وما معدلات انتشارها؟ **الاعراض كما نكرناها، هي الرشح والعطاس، سيلان الأنف والحكة، احمرار العين والدمع في العين ونسبة انتشارها الآن عالميا، فيوجد 400 مليون شخص مصابون بحساسية الأنف على مستوى الشرق الاوسط وشمال افريقيا، ولا توجد لدينا احصائيات معينة، لكن بناء على الاحصائيات تبين انها تستصل الى 70٪ خلال سنة المقبلة، وفي الكويت تحديدا والخليج حسب دراسة اجريت مؤخرا تبين ان نسبة الإصابة بحساسية الأنف 22٪ مقارنة بالنسبة السابقة التي كانت 17٪.**

كيف يمكننا التحكم في حساسية الأنف؟ **هناك طرق علاجية، فحساسية الأنف يمكن التحكم فيه، وهناك ادوية هي مضادات الهستامين وهذه**

اسباب متعددة لماذا يصاب البعض بإعجابات الحساسية دون الآخرين؟ **هناك بعض المرضى لديهم تاريخ حساسية، او تحسس لمواد معينة مختلفة عن الأخرى، وهناك من يعانون من الحساسية في غير موسم الحساسية، فربما يكون لديهم حساسية من مواد موجودة في المنزل.**

هل للوراثة دور في الإصابة بالحساسية؟ **هناك عامل وراثي، ينتشر من شخص الى آخر في السلالة نفسها.** الحساسية الموسمية تبدو مفهومة لكن ماذا عن الاشخاص الذين يعانون من الحساسية طوال العام؟ **هناك بعض الناس لديهم حساسية على مدار العام مثل عثة المنزل وهؤلاء يفضل ان يستخدموا وسادات وشراشف صحية خاصة لمرضى الحساسية، فهم لديهم حساسية وراثية او حساسية جسمية موجودة في تكوين اجسامهم ضمن مواد معينة.**

العواصف الرملية ما هي العاصفة الرملية؟ **تعرف العواصف الرملية بانها هبوب الرياح القوية التي تحمل الرمال والغبار، وغالبا ما تحدث في المناطق**

شركة MSD الخليج

تعد شركة MSD والمعروفة في اميركا الشمالية باسم ميرك Merck ثاني اكبر الشركات الرائدة عالميا في مجال الرعاية الصحية، وهي تعمل في مجال منتجات وعقاقير المستهلكين والرعاية الطبية للحيوانات، تتواجد MSD في منطقة الخليج منذ أكثر من 35 عاما، وهي تهدف للحفاظ على حياة البشر وتحسينها، عن طريق الترويج للعقاقير الطبية والتطعيمات واتاحتها للملايين ممن يحتاجون اليها، تعمل MSD الخليج من خلال مكاتبها في الامارات العربية المتحدة، الكويت، البحرين، قطر، وعمان، حيث يعمل بتلك المكاتب أكثر من 50 موظفا ومتخصصا في مجال الرعاية الصحية. وتعد من اكبر شركات الادوية في منطقة الخليج بأكملها، وتقوم MSD الخليج عن طريق موزعيها المحليين بتوفير الادوية المتكررة، والنتيجة طبقا لافضل مستويات التميز العلمي، لعلاج مجموعة متنوعة من الامراض.

ضيفنا في سطور

يشغل د.مازن التاروتي حاليا منصب العضو المنتدب بشركة MSD الخليج، وقبل شغله لهذا المنصب عمل رئيسا تنفيذيا للتسويق بالشركة لمنطقة EEMEA. بدأ د.التاروتي مسيرته المهنية مع MSD في عام 2000، حيث بدأ كممثل مبيعات في المملكة العربية السعودية، وعلى مدار السنوات الـ 13 الماضية، شغل العديد من المناصب الإدارية في مجالات المبيعات، والتسويق والشراكات التجارية. د.التاروتي حاصل على بكالوريوس في علوم الصيدلة من جامعة الملك سعود بالرياض، بعد ذلك حصل على درجة الماجستير في إدارة الأعمال من جامعة ليستر بالمملكة المتحدة.



البخاخات هي علاجات جديدة في حساسية الأنف



د.مازن التاروتي يجاور الزميلة زينب أبو سيدو

ما هي مخاطر العواصف الرملية



تشير العديد من الدراسات إلى أن العواصف الرملية تسمح بنقل المواد المسببة للحساسية، بما في ذلك البكتيريا والفيروسات، والفطريات وحبوب اللقاح عبر مسافات طويلة. هذا يعني زيادة خطر الإصابة بالبكتيرية أو الفيروسية والتي تمثل مشكلة خاصة بالنسبة لأولئك الذين يعانون من ضعف المناعة مثل المسنين والأطفال بالإضافة إلى أولئك الذين لديهم مشاكل في جهاز المناعة. ومن ناحية أخرى، تحمل العواصف الرملية عددا كبيرا من المواد المسببة للحساسية مثل الجراثيم الفطرية وحبوب اللقاح من النباتات والأعشاب المختلفة والانبعاثات البشرية والمخلفات العضوية التي تسبب التهاب وحساسية الأنف، مما يشكل أيضا مشكلة صحية. في الحالات الشديدة من التهاب وحساسية الأنف التي لا يتم علاجها قد يتعرض المريض للإصابة بالربو، حتى إذا لم يعان من قبل من الإصابة بهذا المرض. في عام 2012 في خلال إحدى العواصف الرملية التي تعرضت لها الكويت، نقل أكثر من 1500 مواطن إلى المستشفى بسبب أمراض الجهاز التنفسي الناجمة عن العاصفة. وأدت تلك العاصفة لنقل 445 طفلا آخرين لقسم الأطفال لتعرضهم أيضا لمشاكل في الجهاز التنفسي.

لا تشكل العواصف الرملية خطرا على صحتك فقط، ولكنها تؤثر أيضا على عمك وحياتك اليومية، حيث تؤدي في كثير من الأحيان لإغلاق المدارس وأماكن العمل لانخفاض أو انعدام الرؤية مما يجعل القيادة أو حتى الخروج من المنزل خطرا. وعادة ما يتم إلغاء أو تأجيل رحلات الطيران خلال هذه العواصف، وكذلك قد يتم وقف الأعمال الخاصة بإنتاج النفط تماما. في الوقت الذي عادة ما تقدم فيه إدارة الأرصاد الجوية تحذيرات الطقس اللازمة قبل العواصف الرملية، تفاجئنا أحيانا بعض العواصف على حين غرة مما يؤدي إلى حوادث السيارات كنتيجة لانعدام الرؤية.

طرق التحكم في حساسية الأنف

على الرغم من أن حساسية الأنف لا يمكن علاجها بشكل مباشر، إلا أن إدارة الحالة والتحكم في المرض من الأمور السهلة، ولأن حساسية الأنف من الأمراض العرضية الناتجة عن الاتصال المباشر بالعوامل المسببة للحساسية، فإن من أسهل طرق تفادي الإصابة بالمرض، تجنب الاتصال بتلك العوامل أو استنشاقها. وإذا كان هذا الأمر غير ممكن، فإن هناك عدة طرق للتدخل الطبي المتاحة أمام المريض، منها مركبات الستيرويد الخاصة بالأنف، وهي تقلل التهابات الأغشية المخاطية، وتوجد أيضا مضادات الهيستامين التي تعمل على معادلة أثر الهيستامين الذي يفرزه الجسم أثناء تعامله مع العوامل المسببة للحساسية. يمكن أيضا استخدام العقاقير المضادة للاحتقان الأنف، لتقليل تورم الأغشية. أما مادة بروميد الإبراتروبيوم فتوصف لتقليل الإفرازات الناتجة عن مادة الهيستامين، وعند ظهور الربو كنتيجة لحساسية الأنف، أو تدهور حالة المريض، فينصح الأطباء بعلاج الربو وحساسية الأنف بشكل منفصل.

400 مليون شخص في العالم مصابون بحساسية الأنف



أوضح د.مازن التاروتي أنه إذا استنشقت شخص ما أحد العوامل المسببة للحساسية يتسبب ذلك في تهيج الأغشية المخاطية المبطنة للأنف، وهو ما يتبعه إفراز الجسم مادة كيميائية تسمى الهيستامين، وهي المادة المسؤولة عن إدماع العين، والرغبة في حكها، والرشح، والحطس، وهي الأعراض التي يعاني منها مريض الحساسية.

وتعد حساسية الأنف من المشكلات الصحية المنتشرة في الشرق الأوسط والعالم، حيث يعاني من المرض 400 مليون شخص حول العالم. وأضاف: على الرغم من انتشار المرض إذا تلقى مريض حساسية الأنف العلاج اللازم لحالته، فإن المرض لن يمثل مشكلة صحية حقيقية، لكن تكمن المشكلة في أن معظم الحالات لا تتلقى العلاج المناسب لها، إما لأن المريض لا يعرف ما هو التخصص الطبي الذي يجب الذهاب إليه، أو لأن حساسية الأنف تعامل بإهمال، بالتالي يؤدي ذلك إلى ظهور المضاعفات ومنها الربو الذي قد يصاب به العديد من الأشخاص لأول مرة نتيجة حساسية الأنف، على الرغم من عدم معاناتهم منه سابقا، وعند ذلك يبحث المريض عن المساعدة الطبية التي تخلصه من الربو ومتاعبه، وهو غير مدرك أنه يحتاج لطبيب الأنف والأذن والحنجرة، لأن السبب الحقيقي للربو هو حساسية الأنف في المقام الأول. وأضاف د.التاروتي: لم ينتج عن عدم فهمنا لمرض حساسية الأنف حدوث زيادة في أعداد المرضى داخل المستشفيات نتيجة إصابتهم بالأمراض التنفسية فقط، لكن يجب ملاحظة أن الأطفال يتعرضون لمخاطر أكبر للإصابة بحساسية الأنف، حيث يعاني أكثر من 22% من أطفال الكويت من المرض، وهو ما يعرضهم بشكل كبير للإصابة بالربو في مراحل تالية من أعمارهم. وقال: إننا في «MSD» نسعى بشكل مستمر لتوفير آخر وأحدث المعلومات حول جميع الأمراض للمواطنين والأطباء من أجل حياة أفضل وأطول.

لتجنب الحساسية يجب عدم التعرض المباشر للعواصف الرملية وعدم مغادرة المنزل سوى للضرورة



بعض الناس لديهم حساسية طوال العام.. وهؤلاء يفضل أن يستخدموا وسادات وشراشف صحية خاصة

1500 مريض و445 طفلاً دخلوا المستشفيات خلال العواصف الرملية بالكويت العام الماضي



عند تلوث الجو.. يفضل تفادي التعرض المباشر للغبار بتغطية الفم والأنف وشرب كميات كبيرة من الماء



تأتي العواصف الرملية محملة بالتراب والبكتيريا والفيروسات

مضادات الستيرويدات متوفرة بشكل بخاخات تخفف الالتهابات الحادة في الأنف

في الأنف أو التهاب في الجيوب الوسطى، وهي من الأمراض التي يصعب علاجها بالمضادات الحيوية، فرما يأخذ أسابيع لعلاج التهاب الجيوب الأنفية وخاصة من أكثر المضاعفات خطورة هي الربو والتهاب الرئوي.



رياح الشمال كيف تنشأ العواصف الرملية؟ تنشأ العواصف الرملية بشكل أساسي عن طريق هبوب رياح قوية في الصحراء تشمل رياح الشمال، والتي تحمل معها جزيئات من الرمال والأتربة معدلات هبوب الرياح تنطلق معها كميات كبيرة من الرمال

التي تدخل المستشفيات لتلقي العلاج من هذه الأمراض، فخلال إحدى العواصف الرملية التي حدثت في الكويت العام الماضي دخل المستشفيات 1500 مريض نتيجة إصابتهم بمضاعفات تنفسية، كما تم قبول 445 طفلا في أقسام الأطفال للسبب نفسه، بما فيها إصابتهم بأزمات ربوية حادة.

فمخاطر العواصف الرملية هي مخاطر اجتماعية كتوقف العمل وتوقف حركة المرور وحركة الطيران وتوقف المدارس، هذه تنعكس عليها مخاطر اجتماعية ومخاطر اقتصادية، لكن تركيزنا هو على المخاطر الصحية وبالتحديد حساسية الأنف ومضاعفاتها، إذا لم يتم علاجها، وتتفاوت إلى نزيه

الصحراوية. تشكل العواصف الرملية مشكلة في منطقة الشرق الأوسط، وبخاصة في منطقة الخليج حيث توجد مساحات واسعة من الأراضي الصحراوية، وغالبا ما تحدث العواصف الرملية في منطقة الصحراء الكبرى ويكثر حدوثها خلال شهري أبريل ومايو عندما تهب الرياح في هذه المناطق ذروتها، ومع تزايد معدل هبوب الرياح ترتفع كمية حبيبات الرمل التي يحملها الهواء، وفي أسوأ الظروف تغطي العواصف الرملية المنطقة المحيطة تماما مما يحجب الرؤية ويجعل التنفس صعبا، وقد يرى الأشخاص الأفق باللون البرتقالي أو البني، نتيجة لوجود كميات هائلة من الرمال، والغبار في الهواء.

هل للعواصف الرملية في الكويت خصوصية؟ اعتقد أن الخصوصية هي مجموعة مصادر العواصف الرملية أو التراب التي تأتي إلى الكويت، سواء داخلية أو خارجية، ولكننا نعلم أن منطقة الشرق الأوسط منطقة تعاني من عواصف رملية، ومنطقة الخليج تحديدا، بما فيها الكويت، تعاني بشكل أكبر.

مخاطر الغبار

ما مخاطر العواصف الرملية وما الذي يجب علينا فعله عند هبوب هذه العواصف؟ أن فهم المخاطر التي تنطوي عليها العواصف الرملية وبادراك أهمية الدور الذي تلعبه وسائل الإعلام في توعية الجمهور بها يعدان من الأمور المهمة للغاية، إذا كنا نريد التعامل مع هذه المشكلة بشكل جاد، ومساعدة أهل الكويت في الاستمتاع بحياة صحية آمنة. لقد تحولت العواصف الرملية إلى مشكلة كبيرة في الكويت خلال العامين الأخيرين، ليس فقط لأنها توقف الحياة تماما في جميع مرافق الدولة والمنشآت عندما تصعب الرؤية شبه معدومة، لكن أيضا لما تحمله معها من مخاطر صحية كبيرة تؤثر على المواطنين.

مضاعفات تنفسية

فقد أشار عدد من الأطباء والخبراء إلى زيادة معدلات الإصابة بالأمراض التنفسية خلال الأعوام الأخيرة، وهو ما نتج عن زيادة أعداد الحالات

والأتربة لتنتشر في الهواء بشكل مفاجئ، مما يجعل الرؤية الأفقية والتنفس العادي أمرا شديدا يصعب علاجها بالمضادات الحيوية، فرما يأخذ أسابيع لعلاج التهاب الجيوب الأنفية وخاصة من أكثر المضاعفات خطورة هي الربو والتهاب الرئوي.

ما الجديد في حساسية الأنف وعلاجها؟ هناك مجموعات دوائية متوفرة هي مجموعات مضادات الهيستامين والستيرويدات ونوع من الأبر، أما الجديد فهي البخاخات والستيرويدات ومضادات الهيستامين التي لا تسبب النعاس ومضادات الاحتقان.

هل هناك أدوية معينة يمكن تعاطيها باستمرار للوقاية من الحساسية؟ هناك أدوية معينة استخدامها لفترات معينة لتقليل التحسس في مجموعات دوائية معينة.

تجنب الحساسية هل لديك نصائح معينة تتعلق بأسلوب الحياة لتجنب الحساسية؟

كما ذكرت سابقا، الأفضل دائما الابتعاد عن التعرض المباشر للعواصف الرملية، وهذه لا يمكن إيقافها، فمن الأفضل إيقاف مخاطرها أو الحد من مخاطرها. أفضل وسيلة اليوم هي التوعية عن طريق وسائل الإعلام المختلفة للوصول إلى أكبر عدد من الناس وهو موضوع بسيط جدا، فهناك الكثير ممن يعرفون عن العواصف الرملية، لكن المشكلة هنا في الأهمال، فغالبا ما يهمل الناس خطورة العواصف الرملية، ونصيحتي لهم أنه إذا لم يكن هناك ما يدعو للخروج فليبقوا في المنزل أو إذا شعروا بأعراض الحساسية فيجب أن يعالجوا ولا يستهينوا بهذه الأعراض.



حبوب اللقاح من العوامل المسببة للحساسية



من مضاعفات حساسية الأنف التهاب في الأذن الوسطى