

تكثر أمراض الحساسية والجهاز التنفسي في الكويت وخلال فترات التغيير المناخي أو انتشار الغبار والرطوبة تعج المستوصفات بالمراجعين ومعظمهم يعانون من الحساسية.

خلال لقائنا مع د. حسام الشنواني استشاري الأنف والأذن والحنجرة وجراحات أورام الرقبة والغدد في مستشفى طيبة، أكد أن الإمكانيات العلاجية والخبرات البشرية المتخصصة في علاج الحساسية والإصابات التنفسية موجودة في الكويت بشكل تفتقر إليه الكثير من دول العالم، لكن ينقصنا خطة إدارية وقواعد تنفيذية تؤدي إلى حسن استخدام الموارد المتوافرة.

وحول الزوائد الأنفية أوضح أنها تنمو من داخل الجيوب الأنفية بسبب حدوث تهيج مزمن للأغشية المخاطية، ولكن مع تقدم جراحات مناظير الجيوب الأنفية، أصبح من السهل استئصالها داخل الجيوب. وشدد على ضرورة معالجة الشخير لأنه يسبب انخفاضاً في أوكسجين الدم ما يؤدي إلى الإصابة بأمراض عديدة في الأجهزة الداخلية، أما الشخير عند الأطفال فيسبب ضعفاً في النمو وحالات التشنث الفكرية وعدم التركيز، كما أكد أن الشخير كثيراً ما يكون جرس إنذار لأمراض ضغط الدم والقلب والجهاز التنفسي، فإلى التفاصيل:

كاتب: زينب أبو سيدو

## د. الشنواني لـ «الأنباء»: الشخير يخفض أوكسجين الدم ويسبب



د. حسام الشنواني  
استشاري الأنف  
والأذن والحنجرة

### تنظيف الأذن يضر أكثر مما ينفع

يعتقد الكثيرون أن تنظيف الأذنين عن طريق الأصابع أو الأقلام أمر صحي ومرغوب فيه، لكنهم يجهلون أن هذه الطريقة ضررها أكثر من نفعها. لكن ما لا يعرفونه أيضاً أن الأذن لديها آلية داخلية لتنظيف نفسها بنفسها دون مساعدة خارجية من الإنسان، ويوجد داخل الأذن دهون وزيتون تحميها وتمنع دخول أي أجسام غريبة إلى داخل الأذن. وعندما تختلط تلك المواد مع التراب والمواد الغريبة الأخرى يتشكل الشمع الذي تتخلص منه الأذن عن طريق المئات من الشعيرات الدقيقة بطريقة لا نلاحظها نحن. وعندما نقوم نحن بمحاولة التخلص من هذا الشمع فنحن لا ندفعه فقط إلى الداخل بل نساعد على تجمده، مما يصعب كثيراً من عملية التخلص منه، ومن ثم نصاب بانسداد الأذن. أما الطريقة المثلى للتخلص من الشمع فهي وضع نقطتين من زيت الزيتون داخل كل أذن مرتين يومياً. فجميع أنواع زيت الزيتون، الرخيصية والباهاطة الثمن منها، تعمل على إذابة الشمع. لكن في بعض الأحيان يحتاج الأمر إلى تدخل الطبيب لسحب الشمع المتراكم داخل الأذن. كما ينصح الأطباء بعدم تجفيف الأذن باستخدام المناشف أو القطن، بل إن ندعها تجف طبيعياً أو باستخدام مجفف الشعر عن بعد. وعندما يصاب الإنسان بالأكزيما أو الصدفية تكون لديه رغبة شديدة في حك الجلد، وعندما تكون الإصابة في الأذن يكون الألم والإحساس بعدم الراحة أكبر. ولجأ الإنسان عادة إلى استخدام أصابعه أو الأقلام أو أي أداة يمكن أن تدخل الأذن في محاولة لتخليص نفسه من هذا الإحساس، وهنا تأتي المشكلة، فهذه الطريقة تؤدي إلى تدمير المادة الرقيقة التي تبطن الأذن مما يسمح بدخول فيروس العدوى إلى داخل الأذن ليصاب الإنسان بما يعرف بالتهاب الأذن الخارجية. ويمكن أن يحدث هذا أيضاً أثناء السباحة عندما تمتلئ الأذن بالماء، فتتضخم القناة الداخلية للأذن وتضيق وتصبح مؤلمة بصورة غير محتملة ويصاب الإنسان بمشكلات في السمع وعادة ما تبدأ الأذن في اخراج بعض المواد منها. في هذه الحالة يحتاج المريض لأخذ مضادات حيوية على شكل نقط بالإضافة لتناول حبوب مسكنة، لكن أيضاً في بعض حالات الإصابة الشديدة يحتاج المريض إلى التدخل الطبي. ربما تلجأ الكثير من الفتيات إلى ثقب آذانهن مرة واثنين وثلاثة اتباعاً للموضة، لكن هذه الموضة لها ثمن غالي تدفعه الأذن.

### الشخير مؤشر خطير على أمراض القلب



تكثر أمراض الحساسية في الكويت ما السبب برأيك؟

● الكويت شأنها شأن الكثير من دول العالم، تنتشر فيها أمراض الحساسية الموسمية بالإضافة إلى أنواع الحساسية الأخرى التي لا ترتبط بالعوامل الطبيعية والمناخية من المؤكد أن طبيعة الجزيرة العربية تسبب أنواعاً معينة من حساسية الجهاز التنفسي التي قد لا توجد بنفس النسب في دول أخرى، ولكن بشكل عام، ومن خلال خبرتي بالعمل في دول مختلفة، عربية وأوروبية، حالات الحساسية التي أراها في الكويت تستجيب سريعاً للعلاج، وفي معظمها لا تشكل عائقاً يجعل المريض ويمنعه من ممارسة حياته الطبيعية. المشكلة الرئيسية التي نراها في منطقتنا العربية ناتجة عن عدم انتشار الوعي الصحي بين الناس أو على الأقل عدم تعاملهم بشكل موضوعي وعلمي مع أساسيات الطب الوقائي.

ما الأسباب الرئيسية لحساسية الأنف؟

● نختصر الأسباب الرئيسية المؤدية لحساسية الأنف والجهاز التنفسي إلى نوعين من الأسباب: أولاً: العوامل الخارجية، مثل التغيرات المناخية، والغبار العضوي الناتج عن بعض النباتات والحشرات والحيوانات وكذلك الملوثات الكيميائية. ثانياً: العوامل الداخلية، وهي مرتبطة بالمريض نفسه، وتتداخل فيها عوامل

حالات الحساسية في الكويت تستجيب سريعاً للعلاج ولا تشكل عائقاً يمنع حياته الطبيعية

أسباب حساسية الأنف التغيرات المناخية والغبار العضوي الناتج

عن بعض النباتات والحشرات والملوثات الكيميائية

الزوائد الأنفية تنمو من داخل الجيوب الأنفية بسبب تهيج الأغشية المخاطية

المبطن لها تقدم جراحات مناظير الجيوب الأنفية مكن من استئصال المرض من جذوره داخل الجيوب

كثيرة مثل العوامل الوراثية ومكونات المناخة وتفاعل أجسامنا بأشكال مختلفة مع ما يواجهنا من تحديات. التزام المريض أساس العلاج

ماذا عن العلاج؟ تنقسم أنواع العلاج بشكل عام إلى علاجات طبية وأخرى جراحية، أو مزيج من الاثنين معاً، وأستطيع أن أؤكد أن معظم حالات الفشل التي تعرض علي في عيادتي، تكون لعدم توافق نوع العلاج مع احتياجات الحالة المرضية. هذا غالباً ما يحدث لسببين: أولهما عدم التزام المريض بأصول وتعليمات العلاج المعطى له، أو رفضه العلاج الجراحي في حالات يستحيل الشفاء بدونه، أما السبب الثاني فتقع تبعاته على الطبيب المعالج، الذي قد يلجأ إلى صرف أدوية عامة لا تناسب كل حالة على حدة، أو إجحامه قصداً عن التدخلات الجراحية المطلوبة في بعض الحالات نتيجة لتعلقه بالطبيب نفسه والسبب مفهوم من سياق الحديث.

ما (الزوائد الأنفية) التاميات وما أعراضها؟ وهل تعود للنمو أحياناً بعد الجراحة؟

● الزوائد الأنفية تنمو من داخل الجيوب الأنفية نتيجة حدوث تهيج مزمن للأغشية المخاطية المبطنه للجيوب الأنفية. في نهاية المطاف، وبعد امتلاء الجيوب بالأغشية المتهيجة والمتضخمة، تزحف هذه الأغشية من خلال فتحات الجيوب لتظهر وتنتدلي داخل تجويف الأنف، وعند ذلك تسبب الانسداد والإفرازات المستمرة التي يشكو منها المريض. في بعض الحالات المبكرة، يمكن السيطرة على المرض بالأدوية، ولكن معظم هذه الحالات لا تراجع الطبيب إلا في مرحلة مزمنة، ومن

هنا يأتي الاحتياج للتدخل الجراحي. هذه الحالة هي من أسوأ ظواهر أمراض حساسية الأنف، ويفضل الله نسبتها ليست كبيرة مقارنة بمجموع حالات الحساسية.

في السنين الأخيرة ومع تقدم جراحات مناظير الجيوب الأنفية، ازدادت بشكل واضح نسب السيطرة على نمو الزوائد الأنفية، حيث أصبح بمقدورنا استئصال المرض من جذوره داخل الجيوب، ولكن يجب الإشارة إلى أن الكثير من هذه الحالات تحتاج إلى متابعات طبية لفترة طويلة بعد التدخل الجراحي الناجح.

#### انحراف الوتيرة

ما أسباب انحراف الحاجز الأنفي (الوتيرة)؟ وهل من الضروري إجراء عملية لمعالجتها؟ ● من المعروف طبقياً للإحصاءات الطبية العالمية، أن حوالي 70٪ من البشر يعانون من انحرافات بالحاجز الأنفي بأشكال ونسب متفاوتة، وذلك لأسباب خلقية أو نتيجة إصابات بالأنف في أي مرحلة من مراحل العمر. مما سبق يتضح أنه ليست كل هذه الحالات تترتب عليها أعراض مرضية، وبالتالي لا تحتاج إلى أي تدخلات طبية أو جراحية.

الطبيب المختص هو المسؤول عن تقييم الحالة طبقياً مع المعطيات الموجودة في كل حالة على حدة، ثم عليه النصح والإرشاد - والقرار الأخير دائماً يعود للمريض. الخطأ في جراحات التجميل كارثة جراحات التجميل بين الناس - الأناث والذكور على حد سواء - فما نصائحك فيما يتعلق بجراحات تجميل الأنف؟

إذا نظرنا إلى مسمى العملية - وهي جراحة التجميل - فمن المنطق أن نتوقع أن النتيجة لابد أن توأكب المفهوم، وهذا لا يحدث في كثير من الحالات للأسف الشديد.

من السهل أن نذكر أن معنى الجمال الشكلي مرتبط بالتناسق والتوافق، ومن هنا يجب دراسة ملامح كل وجه على حدة وتحديد ما يصح وما لا يصح لذلك الوجه بشكل خاص. الكثير من حالات التجميل الترميمية التي تعرض علي، تكون بسبب الفشل الناتج عن رضوخ الطبيب الجراح لطبقات غير منطقية من المريض أو استخدامه أسلوباً جراحياً غير مناسب لنوع العملية المطلوبة نتيجة قصور في خبراته أو ضعف في إمكانيات المنشأة الطبية - والذي يدفع الثمن هو المريض.

إذا اشترى الإنسان ثوباً جديداً ليقفل أحد الأصدقاء أو أحد المشاهير، ثم ثبت له بعد ذلك أن الثوب لا يبدو لأنقا عليه يمكنه الاستغناء عنه ولا يحرص إلا بعض المال. أما إذا قام بإجراء جراحي مبنياً على توقعات غير منطقية فغالبا النتيجة تكون مأساوية والتخلص من المشكلة يكون عسيراً وأحياناً مستحيلًا. هنا يتضح كيف يجب أن يرتبط دور العلم بالحكمة والموعظة الحسنة.

هل يمكن إجراء أكثر من عملية في وقت واحد، انحراف حاجز أنفي (وتيرة) وتجميل للأنف مثلاً؟ ● كثيراً ما يحدث ذلك لارتباط عوجاج الحاجز الأنفي بالشكل الجراحي للأنف في كثير من الحالات، وبصفة عامة هناك العديد من التدخلات الجراحية التي يمكن أن تتم متزامنة مع بعضها، القرار يعود للجراح بناء على الأسس التشريحية

والعوامل الصحية الخاصة بكل مريض على حدة.

#### لا تنظفوا آذانكم

ما نصائحك للحفاظ على صحة الأذن بشكل عام، طريقة تنظيفها وتعرضها للماء وهل الماء يسبب لها مشكلات؟

● الأذن الخارجية هي تلك التي تبدأ من صوان الأذن وتمتد حتى طبلة الأذن وهي تحتوي على العديد من الخلايا التي تفرز المادة الشمعية التي نجدها في الأذن. تلك المادة لها وظائف عديدة، أهمها تنظيف القناة الأذنية مع حمايتها من العوامل الخارجية مثل الأتربة والبكتيريا وغيرها. في الظروف الطبيعية تتمكن الأذن من تنظيف نفسها بنفسها بمعنى أن المادة الشمعية الزائدة تنتقل إلى الخارج ويتم إزالتها مع العناية الشخصية المعتادة، ولكن في بعض حالات الأذن، وبسبب زيادة غير منتظمة لتلك الإفرازات، تتراكم المادة الشمعية داخل الأذن وهذا التراكم قد ينتج عنه بعض الأعراض من أهمها: نقص في السمع وطنين بالأذن وإحساس بعدم الراحة أو حتى الألم.

ماذا عن تنظيف الأذن بالعيان القطنية وغيرها؟ ● محاولة تنظيف الأذن بواسطة العيانات القطنية التي يتم شراؤها من الصيدلية خطأ من الأخطاء الشائعة التي يزاؤها كثير من الناس. لقد أثبتت الدراسات أن استخدام هذه الطريقة ليست فقط محدودة الجدوى، بل كثيراً ما تنتج عنها أضرار متعددة، لأن في حقيقة الأمر، تقوم تلك العيانات القطنية بدفع الإفرازات الشمعية إلى

**70% من التهابات اللوزتين والبلعوم بسبب إصابات فيروسية وقد تسبب الحمى الروماتيزمية التي تتلف أنسجة القلب والكليتين**

**يعالج الشخير بالليزر أو بالموجات الترددية لإزالة الترهلات الموجودة وتصغير الأنسجة المتضخمة وإعادتها لحجمها الطبيعي**



**لدينا الإمكانيات والخبرات لعلاج الحساسية ولكن نحتاج إلى خطة إدارية وقواعد تنفيذية تؤدي إلى حسن استخدام الموارد المتوفرة**

**الشخير ناتج عن انسداد جزئي في قنوات التنفس بسبب ترهل أنسجة الحلق والبلعوم أو التهاب الجيوب الأنفية**

# أمراضاً عديدة وعند الأطفال يسبب ضعف النمو وعدم التركيز

## انحراف الوتيرة الأنفية

يتم التغاضي عنها أو رض الأنف أثناء المخاض الشاق والولادة.  
2 - الخطأ التطوري لعظام وغضاريف الوتيرة: فالنمو غير المعتدل بين الحنك وقاعدة الجمجمة قد يسبب انثناء الحاجز الأنفي وخاصة الذين يتنفسون عن طريق الفم بسبب الناميات وكذلك حالات انشقاق الحنك والشفة والحالات المترافقة بتشوهات الاسنان.  
3 - العوامل العرقية: البيض أكثر من الزنوج.  
4 - العوامل الوراثية: عند أفراد من نفس العائلة قد يصابون بانحراف وتيرة أنفية، وأن انحراف الوتيرة الأنفية له أنماط وقد تشمل الغضروف فقط أو العظم فقط أو كليهما. وقد يكون التشوه بشكل انخلاع أمامي بشكل حرف، وأن انحراف الوتيرة يصيب جميع الأعمار والذكور أكثر من الإناث.

أهم الأعراض والعلامات التي يعاني منها مريض الانحراف الحاجزي:  
1 - الانسداد الأنفي.  
2 - الصداع.  
3 - التهاب الجيوب الأنفية.  
4 - الرعاف.  
5 - فقد الشم.  
6 - التشوهات الخارجية.  
7 - التهاب الأذن الوسطى.

ان الوتيرة الأنفية هي الحاجز الذي يفصل فتحتي الأنف عن بعضها وهذا الحاجز مغطى بغشاء مخاطي بالأنف ذي تركيبة خاصة وهذا الحاجز يتألف من القسم الأمامي وهو غضروفي وخلفي عظمي. وأن نسبة عالية من الناس يعانون من انحراف الوتيرة الأنفية، وبالتالي تؤدي إلى حدوث انسداد بالأنف وما ينجم عن هذا الانسداد من أعراض، وهناك أشخاص كثيرون يكون لديهم انحراف وتيرة لكن لا تظهر عليهم أي أعراض مرضية. وأسباب هذا الانحراف والاعوجاج بالوتيرة الأنفية كثيرة أهمها:  
1 - الرض على الأنف: أما ضربة مباشرة من الأمام، وغالبا ما تكون ساحقة للأنف أو ضربة جانبية، وهناك أذيات للأنف تحدث في مرحلة الطفولة التي غالبا ما

**بقلم طبيب**  
د. محمد عبدالله اسماعيل

**مفاهيم خاطئة عن الشعر**

- الشامبو يمنع تساقط الشعر ويعالجه، وسبب خطأ هذا المفهوم أن الشامبو يعتمد مفعوله على إزالة الشحم من فروة الرأس وما يعلق بها من أوساخ، لذا يعتبر الشامبو منظفا للشعر فقط وليس مقويا للشعر أو مانعا لتساقطه.
- الشامبوهات المضاف إليها بعض الخلاصات مثل شامبو البيض والتفاح والصبان تغذي بصيلات الشعر، وسبب خطأ هذا المفهوم أن الشامبو للتنظيف فقط وليس للتغذية.
- البلمس مقو لجذور الشعر، وهذا المفهوم خاطئ لأن البلمس يعمل على تصفيف الشعر.
- حمامات الزبادي والنخاع تغذي الشعر وتنمي، وهذا المفهوم خاطئ أيضا.
- لا يحتاج الشعر إلى الماء الدافئ، بل على العكس يحتاج الشعر إلى الماء الدافئ، وذلك كي يذوب الشامبو ويزيل الأوساخ المتراكمة على الشعر.
- إزالة الشعر تؤدي إلى زيادة كثافته، ذلك لأن عدد بصيلات الشعر في الجسم مرتبط بالناحية الجينية (الوراثية)، وليس له علاقة بإزالة الشعر.
- يمكن معالجة نهايات الشعر المتقصفة باستخدام الشامبو أو البلمس، وهذا ليس صحيحا لأن الشامبو أو البلمس يعمل على التنظيف وسهولة التصفيف وليس التغذية.
- يزيد قص الشعر من سرعة نموه، والصحيح أن نمو الشعر يؤثر فيه فقط الغذاء.

● **إحصائي تجميل الجلد والليزر**



(فريال حماد)

د.حسام الشنواني يحاور الزميلة زينب ابوسيدو



الدوخة المرتبطة بالأنف لا تزيد على 30% من الحالات



## التهاب اللوزتين عند الأطفال

ينجم التهاب البلعوم أو التهاب اللوزتين عن جرثومة تسمى العقديات، وقد تؤدي هذه الجرثومة إلى مشاكل خطيرة أحيانا إذا لم يتم علاجها، أو تم علاجها بطريقة غير كاملة. ويصاب الطفل بالتهاب اللوزتين، ثلاث أو أربع مرات كل سنة، ولكن إذا زاد عدد المرات أكثر من خمس مرات وأصبح حجم اللوزتين كبيرا جدا وغير طبيعي لدرجة أنه يسبب ضيق التنفس عند الطفل أثناء النوم، ويسبب له نوبات من ضيق التنفس فيجب استئصال اللوزتين. وغالبا ما يصاب الأطفال بعمر ثلاث سنوات بالتهاب اللوزتين وتكون أعراضه:  
● ألم في البلعوم أثناء البلع.  
● ارتفاع في درجة الحرارة.  
● تضخم في عقد اللمفاوية في الرقبة أو تلك الموجودة تحت الفك.  
● طغح جلدي يعرف بـ«الحمى القرمزية».  
● وعلى أي حال، يمكن للعديد من الفيروسات والجرثومات غير العقدية أن تسبب أعراضا مشابهة لالتهاب اللوزتين ولكن مثل الرشح، والانفلونزا ويمكن التمييز بينهما عن طريق إجراء فحص «مسحة العقدية»، الذي يقوم به الطبيب داخل العيادة، وأحيانا يتطلب الأمر أخذ مسحة من البلعوم، وإجراء زراعة مخبرية للجرثومة.

### علاج التهاب اللوزتين:

يعالج التهاب اللوزات بالمضادات الحيوية، وقد تستمر فترة العلاج لمدة عشرة أيام، إن الإخفاق في علاج التهاب اللوزتين قد يسبب الحمى الروماتيزمية «الحمى الروماتيزمية» وأمراض القلب. ومن أهم المشاكل التي يسببها التهاب اللوزتين، الحمى الروماتيزمية «الحمى الروماتيزمية» عند الطفل، حدوث إصابة خطيرة في صمامات القلب وحدوث التهاب الكبد والكلية.

### عن الحمى الروماتيزمية:

تعتبر الحمى الروماتيزمية بشكل عام من أمراض النسيج الضام أو الأمراض التي تتلف الكلى والكولاجين، وهي المادة الأساسية المكونة لأغلب الأنسجة في الجسم.

التهاب اللوزتين تؤخذ في الاعتبار قبل اتخاذ قرار الجراحة، ولكن تلك المعايير ليست ثابتة بشكل دائم، ويجب الأخذ في الاعتبار كافة العوامل الصحية والاجتماعية الخاصة بالطفل. الحالة الوحيدة التي ساخصها بالذكر في هذه السطور، هي الطفل الذي يذبح بالكشف والتحليل المعملية أنه معرض للإصابة بالمضاعفات الروماتيزمية الخطيرة ولا يمكن أن يكتمل الحديث عن التهابات اللوزتين والجهاز التنفسي في الأطفال، بدون الحديث عن دور الصحة المدرسية في المجتمع. وفي هذا السياق لا أشير فقط للحدود العلاجية لمرکز الصحة المدرسية، بل أريد أن أركز على الدور الوقائي الذي يجب أن تقوم به الجهات المسؤولة، خصوصا فيما يتعلق بإدماج مناهج التوعية الصحية في المنظومة التعليمية. لا بد وأن يكون المنهج الموضوع له أهداف واضحة، ويكون أيضا جزءا من خطة عامة مرسومة من قبل الدولة، تهدف لإدماج التطور الفردي المكتسب بتطور المجتمع في مجموعته، وتهدف للاستفادة من تلك الصفات الحضارية المكتسبة في الصغر، لتحسين سلوكيات المجتمع بصفة عامة. لا بد أن نتذكر أن ما نزرعه في عقول أطفالنا وهم مازالوا تحت إشرافنا، يستمر معهم بعد أن ينطلقوا بمفردهم في خضم الحياة ويكونوا أصحاب القرار والأفكار التي ستشكل مجتمعاتهم وتؤثر على جميع أفرادهم.

الدراسة المختلفة، وتسبب أكبر نسبة غياب بين الطلبة في الحالات الخارجية، أما في الحالات التي يعاني فيها المريض من مشاكل طبية متشابهة، قد لا يكون الحل بهذه السهولة، وتتم معالجة المريض من خلال جهود فريق طبي متكامل. إذا قارنا عملية الشخير بعملية استئصال اللوزتين عند الأطفال نجد أن هناك تشابها كبيرا بينهما في فترة النقاهة، حيث إن كلتا الحالتين ينتج عنها آلام متوسطة بمنطقة الحلق لمدة أسبوع تقريبا ويحتاج المريض خلالها لتناول بعض المسكنات مع أطعمة سهلة البلع، بعد ذلك يعود المريض تدريجيا لحالته الطبيعية وتبدأ الأنسجة في الالتئام والرجوع لحالتها الخالية ويتحسن مجرى التنفس في فترة لا تزيد على ثلاثة أسابيع من تاريخ الجراحة. تجدر الإشارة إلى أن هذه الحالة تستحق الاهتمام وسرعة العلاج، إذ إن هناك حالات كثيرة لا يشكل فيها الشخير مجرد صوت مزعج أثناء النوم، بل يكون جرس إنذار لحدوث مضاعفات خطيرة أبسطها ارتفاع ضغط الدم وما يسببه من مضاعفات عامة مثل الحمى الروماتيزمية والتي يمكن أن تصيب بالتلف بعض أنسجة القلب والكليتين والمفاصل. التعامل مع التهابات اللوزتين والبلعوم ينطلق عليه نفس الأسس الطبية التي تطبق على باقي أمراض القنوات التنفسية العليا، وهي في مجملها التفريق بين الالتهابات الفيروسية والبكتيرية ثم علاج الأعراض والمسببات حسب الحالة. السؤال الذي يدور في أذهان كل أولياء الأمور الذين يعانون أولادهم ويناتهم من التهابات متكررة بالحلق هو: متى ننقل من العلاج الطبي إلى الاستئصال الجراحي؟ طبعاً هناك أسس ومعايير

وتتم متابعته من خلال العيادة الخارجية. أما في الحالات التي يعاني فيها المريض من مشاكل طبية متشابهة، قد لا يكون الحل بهذه السهولة، وتتم معالجة المريض من خلال جهود فريق طبي متكامل. إذا قارنا عملية الشخير بعملية استئصال اللوزتين عند الأطفال نجد أن هناك تشابها كبيرا بينهما في فترة النقاهة، حيث إن كلتا الحالتين ينتج عنها آلام متوسطة بمنطقة الحلق لمدة أسبوع تقريبا ويحتاج المريض خلالها لتناول بعض المسكنات مع أطعمة سهلة البلع، بعد ذلك يعود المريض تدريجيا لحالته الطبيعية وتبدأ الأنسجة في الالتئام والرجوع لحالتها الخالية ويتحسن مجرى التنفس في فترة لا تزيد على ثلاثة أسابيع من تاريخ الجراحة. تجدر الإشارة إلى أن هذه الحالة تستحق الاهتمام وسرعة العلاج، إذ إن هناك حالات كثيرة لا يشكل فيها الشخير مجرد صوت مزعج أثناء النوم، بل يكون جرس إنذار لحدوث مضاعفات خطيرة أبسطها ارتفاع ضغط الدم وما يسببه من مضاعفات عامة مثل الحمى الروماتيزمية والتي يمكن أن تصيب بالتلف بعض أنسجة القلب والكليتين والمفاصل. التعامل مع التهابات اللوزتين والبلعوم ينطلق عليه نفس الأسس الطبية التي تطبق على باقي أمراض القنوات التنفسية العليا، وهي في مجملها التفريق بين الالتهابات الفيروسية والبكتيرية ثم علاج الأعراض والمسببات حسب الحالة. السؤال الذي يدور في أذهان كل أولياء الأمور الذين يعانون أولادهم ويناتهم من التهابات متكررة بالحلق هو: متى ننقل من العلاج الطبي إلى الاستئصال الجراحي؟ طبعاً هناك أسس ومعايير

حجم وترهل أنسجة سقف الحلق والبلعوم، وكذلك حجم اللسان، والتهابات الجيوب الأنفية المنتشرة في منطقتنا العربية والتي تؤدي إلى تضخم أغشية وقرنيات الأنف والذي يؤدي بدوره إلى انسداد في التنفس عن طريق الأنف، وهذه المشكلة الأخيرة تؤدي إلى فتح الفم أثناء النوم للتنفس. الشخير وما يصاحبه من انسداد جزئي بقنوات التنفس العليا، يؤدي في كثير من الأحيان إلى انخفاض نسبة الأوكسجين بالدم خلال فترات الانسداد الجزئي وهذا بدوره يمكن أن تترتب عليه آثار مرضية بعيدة المدى على أجهزة الجسم المختلفة، ومن هذا المفهوم يتبين لنا أن هناك نوما مريحا ومفيدا لأجهزة الجسم وأخر غير مريح قد يؤدي لحدوث أعراض مرضية. ومثل تلك الحالات ليست قاصرة على البالغين فقط، بل أثبتت الأبحاث أن الكثير من مشاكل الطفولة المألوفة مثل ضعف النمو والتشتت الفكري وعدم التركيز، تكون لها في بعض الأحيان علاقة مباشرة بمشاكل النوم والتنفس. من أجل كل ما سبق تم استحداث فرع تخصصي بالطب لبحث وعلاج أمراض النوم.

### علاج الشخير بالليزر

كيف يتم علاج حالات الشخير؟  
● يتم تحديد استرجاعية العلاج بعد عمل الفحوصات والكشوفات اللازمة، ففي معظم الحالات وبعد تحديد موضع الانسداد بدقة، يتم إجراء عملية بسيطة سواء بالليزر أو بالموجات الترددية يكون الغرض منها إزالة الترهلات الموجودة وتصغير الأنسجة المتضخمة وإعادتها لحجمها الطبيعي، وذلك من خلال جراحة اليوم الواحد، ويعود بعدها المريض لبيته

الداخل مما يسبب التصاقها بطبلة الأذن، وهذا بدوره يزيد حدة الأعراض، بل أيضا يتسبب في نقل أنواع من البكتريا والفطريات إلى داخل قناة الأذن وزيادة فرص حدوث الالتهابات. بعد الكشف الطبي، إذا تبين أن سبب الانسداد هو مجرد تراكم شمعي، يقوم الطبيب بتنظيف الأذن بالوسائل الطبية المعروفة مثل غسل الأذن أو إزالة الشمع تحت الفحص المجهر. أما في حالة ثبوت وجود التهابات، فالعلاج يحتاج حينذاك إلى علاجات موضعية بالإضافة إلى أدوية أخرى مناسبة لنوع ودرجة الالتهاب. أما بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من التهابات قناة الأذن الخارجية بشكل متكرر، من الضروري وضع سدادات بالأنف قبل السباحة وذلك بشكل منتظم.

### أسباب عديدة للدوخة

كيف يمكن تمييز (الدوخة) الحاصلة عن التهاب الأذن الوسطى، والأخرى الحاصلة عن أسباب أخرى؟  
● من الأسباب الشائعة لزيارة الطبيب حالات عدم الاتزان، وفي كثير من الأحيان، وبعد تحليل الأعراض المختلفة التي يصفها المريض للطبيب، غالبا ما يتم تصنيف تلك الحالات بشكل يختلف تماما عن التصور الأولي للمريض نفسه. لذلك من المفيد توضيح الفروق البسيطة بين عدم الاتزان والحالات المشابهة لها وأهمها حالات الهبوط الفجائي في الدورة الدموية وما يصاحبها من قصور مؤقت بوظائف المخ والتي يمكن أن تؤدي لأعراض تشبه حالات عدم الاتزان، والتي المعلومات التي يستخدمها المخ لحفظ الاتزان تأتي من ثلاثة مصادر رئيسية هي