

د.القضيبي لـ «الأنباء»:

نقص فيتامين D من أسباب الحساسية وكثرة العدوى بالفيروسات

كشف النقص في هرمون النمو يتم بفحص يد المريض بالأشعة ويمكن زيادة النمو من 4 إلى 6 سم هناك ارتباط وثيق بين السمنة وتكيس المبايض 50% من السيدات يعانين من الوزن الزائد

دمروة القضيبي
استشاري
الأمراض الباطنية
(أنور الكندري)



الاستفادة من اشعة الشمس، وهناك فحص آخر يمكنك ان تجريه وهو زيادة افراز هرمونات اخرى كهرمون الكورتيزون فاذا كنت تعاني من زيادة في الوزن او ظهور بثور في البشرة او تعانين من نوع من الاكتئاب، او عدم انتظام الدورة، فهذا كله يفسر حالة الخمول التي تعيشينها حسب توقعي.

تكتيس المبايض

فاطمة: هل لك ان تشرحي لي عن تكتيس المبايض؟

● تكتيس المبايض عبارة عن مرض يصيب المبايض يجعل المريضة تعاني من زيادة في إفراز هرمونات الذكورة، ما يؤدي الى زيادة في نمو الشعر وعدم انتظام الدورة وظهور الحبوب والبثور على الوجه، كذلك يؤدي الى تساقط في الشعر، خصوصا الجزء الأمامي من الرأس، بالإضافة الى مشاكل في الحمل لأن عدم انتظام الدورة يعكس عدم انتظام التبويض.

هذه المشكلة تبدأ في مرحلة قبل وبعد اي ما حول البلوغ وتكون مزمنة، فترى المريضة تعاني منذ فترة طويلة من عدم القدرة على الحمل وهذا المرض له جانب وراثي. إحدى المشكلات التي تصاحب تكتيس المبايض عدم القدرة على تحمل السكر، فبسبب إصابة المريضة بالسكر او حالة ما قبل السكر.

50% من السيدات يعانين من السمنة، لأن هناك ارتباطا وثيقا بين السمنة وتكتيس المبايض وكذلك السكر وهذا المرض يمكن ان تتعايش معه، فهو ليس مميتا ولكنه يؤثر على شعورها بالحياة والإنجابية وقدرتها على الحمل وكمية الشعر الكثيرة التي تظهر عليها يجب ان تسيطر عليها.

العلاج يكون حسب مشكلة المريضة، فالبعض لديهن الشعور بالأولوية على الوزن، والبعض يحسون الاهتمام بالوجه والبعض يرفضن الإصابة بالسكر والبعض يؤرقهن مشكلة الحمل والعقم والعلاج الأول الذي يفيد لهذه المشاكل هو إزاله الوزن لأن نزول وزن المريضة بنسبة 7% يعكس إيجابيا وبشكل كبير على مستوى هرمونات الذكورة وانتظام الدورة.

علاج قصر القامة

أم فهد: أريد ان أستفسر عن قصر القامة، فلدتي ابنتان بسن 17 و18 عاما وابن عمره 14، وكلهم قصيرو القامة بالوراثة عني رغم ان والدهم

هنا ننصحهم بالتوجه الى الكشف عن فيتامين «D»، فالموضوع يجب ألا يأخذ الأولوية بالنسبة لك.

مهرة: منذ فترة اشعر بتعب عام، ونومي غير منتظم، وأحيانا اشعر بالحم في الظهر، فما الأسباب؟

● كم عمرك وهل تعانين من امراض صحية او تتناولين اي نوع من الأدوية؟

● عمري 19 سنة ولا توجد لدي مشكلات صحية، ولا اتناول ادوية.

● الاجهاد التام والتعب العام يفسر باكثر من سبب، وبما انني اخصائية هرمونات فسأركز على الجانب الهرموني، لذلك انصحك بإجراء فحوصات الدم بشكل عام ليتضح مستوى هيموجلوبين الدم وربما فقر دم وانت لا تعلمين وربما كانت لديك مشاكل في كريات الدم البيضاء او الصفائح الدموية بالإضافة الى نسبة الترسيب الذي يوضح ما اذا كانت هناك مشاكل صحية او مشاكل روماتيزمية او كان هناك نوع من الالتهابات ينجب وجود مشكلة.

هرمون الغدة الدرقية

بالنسبة للجانب الهرموني نكتشف عن مستوى هرمون الغدة الدرقية، فهناك حمل في وظائف الغدة الدرقية وخصوصا في مجتمعنا. كذلك عليك فحص مستوى فيتامين «D»، بسبب تعرضنا لأشعة الشمس بشكل محدود، خصوصا في المجتمع الخليجي بسبب طريقة لباسنا والإعتماد المتزايد على استعمال كريمات الوقاية، وهذا يقلل من



نشاط البنكرياس من أسباب هبوط السكر

نتيجة التكتيف الاعلامي على بمشاكل الألام المتفرقة التي لا يجد لها تفسيرا. يتعلق كذلك بكبح النشاط او الطاقة التي يشعر بها خصوصا في الفترة الصباحية، ويتعلق بقلبيته للتقاط العدوى والإصابة بالأمراض الفيروسية خصوصا امراض الجهاز التنفسي.

نقص فيتامين «D»

واذا كان لديه نوع من الحساسية فقد وجد ان نقص مستوى فيتامين «D» يتعلق بزيادة في نوبات الحساسية فاذا كنت تعانين من هذه الامور انصحك بالتوجه الى اقرب مستوصف لترى مستوى فيتامين «D» وانسا اري انه

الإكثار من هرمون

النمو يسبب

الضغط والسكر

وسرطان

الجهاز الهضمي

وسرطان

القولون

في حال كان

أحد الوالدين

قصير القامة

غالبا ما يرث

الطفل هذه الصفة..

حتى لو كان

الأخر طويلا

علي: ابنتي عمرها تسع سنوات ولديها بلوغ مبكر بسبب خلل في الهرمونات، فسؤالي هل هذه الحالات موجودة؟

● حالات البلوغ المبكر من الحالات غير النادرة، لكن ليس غريبا ان تصادف هذا النوع من الحالات، وافضل من يجيبك عن ذلك هم اطباء الاطفال، لأنني طبيببة هرمونات للبالغين، ولكن هذا لا يمنع ان نتعامل مع هذه النوعية من الحالات اذا استوجب الامر.

فرح محمد: عمري 14 عاما وقصيرة القامة، فهل يوجد علاج يطيل قامتي؟

● اكيد هناك علاج لهذه الحالة ولكن في بداية الامر لا بد ان تعرفي سبب قصر القامة، ربما هناك نقص في هرمونات معينة، خصوصا هرمون النمو، او ان هذا مؤشر على وجود نقص في هرمونات اخرى اكثر اهمية من هرمون النمو.

الامر الآخر يجب ان تجري مجموعة من الفحوصات المخبرية الهرمونية وكذلك تجرين اشعة، فهل جاءتك الدورة؟

نعم منذ عام.

● اذن فرصتك محدودة لأن تطولي وإجراء الفحوصات ليس فقط للكشف عن هرمون النمو لأنه ربما لا تستفيدين من ذلك حاليا وانما للكشف عن مشاكل صحية اخرى او نقص عن هرمونات اخرى لذلك انصحك بالتوجه الى الطبيب وتشرحي له مشكلتك فيجري لك فحوصات للدم ومستوى الهرمونات وكذلك الأشعة.

التنمؤ. في اليد

هناك نوع من الأشعة تجريها على اليد لتوضح لنا ما اذا كان المريض يستطيع الاستفادة من هرمون النمو اذا كان ناقصا وبما انك دخلت في مرحلة البلوغ فاتوقع ان موضوع النمو نوعا ما استقرار عندك لكن هذا لا يمنع ان يكون لديك من 4-6 سم بعد مرحلة البلوغ تستطيعين ان تطوليه.

أبو عذبي: عمري 48 سنة، فهل احتاج الى فيتامين «D» أم لا؟
● أنصح المجتمع الكويتي بأن يكون لديه وعي أكثر بأهمية فيتامين «D»، وقد أثبتت كثير من الدراسات ان نقص فيتامين «D» يتعلق بالكثير من الجوانب الصحية، فالشخص الطبيعي الخالي من المشاكل الصحية يتعلق نقص مستوى فيتامين «D» عنده بالحالة



(أنور الكندري)

دمروة القضيبي تحاور الزميلة زينب ابوسيدو

لا ننصح بالتوقف عن أقراص الثيروكسين ويجب تناوله بشكل مستمر

القولون العصبي.. والقلق



ريهام: أحس بقلق عند الصباح ولا أستطيع مواصلة النوم، كما أنني أعاني من انتفاخ في المصراع وشد قوي في الرأس، فهل يمكن مساعدتي وتوجيهي؟

● من أكثر الأسباب شيوعاً لمشكلتك القولون العصبي لذلك أنصحك بأن تجري فحوصات عامة تبدأ بفحوصات الدم من مستوى الهيموجلوبين ومستوى كريات الدم البيضاء، نسبة الترسيب ونسبة الأملاح في الدم. وكذلك فحص وظائف الكلى والكبد لأن هذا كله ينعكس بوجود مشكلة عامة.

إذا اتضح من الفحص السريري وجود أي نوع من التكتل في البطن فستصحك الطبيب بعمل أشعة. بالنسبة للانتفاخ إذا لم يكن لديك مشاكل في الإمساك أو الإسهال أو نقص في الوزن أو نقص في الشهية وعدم القدرة على تحمل كميات قليلة من الطعام وعدم وجود حرقة في المعدة، يكون السبب هو القولون العصبي.

أعراض حمول الغدة الدرقية



سلمان: ما أعراض كسل الغدة الدرقية وما هي الأضرار التي قد تسببها؟

● ليس لجميع حالات الغدة الدرقية أعراض لكن إذا كانت هناك أعراض، فهي الإحساس بالخمول، بالكسل والتعب والإرهاق، زيادة في الوزن، عدم القدرة على إنقاص الوزن بالإضافة إلى جفاف بالجلد، تساقط الشعر والاكنتاب، عدم القدرة على التركيز وضعف الذاكرة، والإمساك بالنسبة للإناث يصبح لديهم زيادة في تدفق الدورة الشهرية يؤدي إلى نزيف وفقر دم، إضافة إلى عدم القدرة على الحمل. بالنسبة للتبويض لا يكون قويا إضافة إلى أن المريض لديه قابلية للنوم ولا يسترد نشاطه بعد صحوه. كما أن نقص هرمون الألتروكسين يؤدي إلى كثير من المشاكل أهمها تصلب الشرايين، ويؤدي إلى زيادة في نسبة الكوليسترول في الدم كما يؤدي إلى الغيبوبة.

الرياضة.. ومرض السكر

سميرة: هل يفيد مريض السكري الأجهزة الرياضية وأيهما أفضل؟ زوجي مصاب بالسكر، ولا ينفع معه الأنسولين ولا الحبوب؟

● هناك دراسات كثيرة عن نقل الخلايا الجذعية وزراعة البنكرياس ونحن الآن في البداية ونطمح إلى أن نصل إلى مرحلة متطورة بها لأن هذه الأمور غير مطبقة على كثير من الناس ولكن يمكن الاستفادة منها في المستقبل.

بالنسبة للأجهزة الرياضية فهي جزء لا يتجزأ من عملية علاج مريض السكر لأن أكثر من 70% من مرضى السكر في الكويت مريض سكر من النوع الثاني.

النوع الثاني هم المصابون عادة بالسمنة، فيجب أن يكون هناك وعي للتقليل من الوزن والحفاظ على الوزن والوصول للوزن المثالي فهذا مفيد وينعكس على مستوى السكر في الدم وينعكس على جرعات الأنسولين أو جرعات الأدوية التي يحتاجها المريض وأحيانا إذا وصل وزن المريض إلى المستوى الطبيعي يعود مريض السكر إلى الحالة الطبيعية.

الرياضة بحد ذاتها مهمة وتعتبر حجر الأساس في علاج مرض السكر ويفضل التركيز على الأيروبيكس لأن كثيرا من مرضى السكر لديهم مشاكل في القلب ومشاكل في الشرايين.



ضيفتنا في سطور

الدكتورة مروة القضيبي، استشاري الأمراض الباطنية، الغدد الصماء والسكري في مستشفى رويال حياة وهي حاصلة على دكتوراه الطب الباطني من معهد الكويت للاختصاصات الطبية وشهادة الزمالة في الغدد الصماء والاستقلاب والسكر من المملكة العربية السعودية وهي عضو الكلية الملكية البريطانية لأطباء الباطنية.

تعالج الدكتورة القضيبي امراض الغدد الصماء وهشاشة العظام ونقص فيتامين 'D' واضطرابات النمو. وقصر القامة لدى المراهقين والسمنة ومرض السكر وتكيس المبايض وزيادة الشعر لدى الإناث والعقم لدى الجنسين ومشاكل تحديد الجنين.



السبب الأكثر شيوعاً لهبوط السكر تناول الكثير من الأدوية

سبب هبوط السكر في الدم تناول الكثير من الأدوية

او اذا اصبح هناك نوع من الحرقة خصوصا في منطقة رأس المعدة ننصح بعمل منظار، نأخذ عينته ونكشف عن وجود هذه الجرثومة ثم تبدأ مرحلة العلاج.

هرمون الثيروكسين

إيمان: متى يتم إعادة تحليل الغدة الدرقية في حالة تناول الألتروكسين لفترة، هل يتم التحليل بعد التوقف مباشرة أم يجب الانتظار لعدة أيام؟

● بالنسبة لهرمون الثيروكسين لا ننصح المريض بالتوقف عنه فعملية تناوله يجب أن تكون بشكل مستمر وعادة بالنسبة لبداية الفحص، وتناولك للهرمون ننصح بقياس مستوى الثيروكسين بعد ستة أسابيع، وأي تغيير للجرعة ننصح بإعادة فحص الهرمون بعد ستة أسابيع أيضا وفي بعض الأحيان إذا أخذنا الفحص مبكرا قليلا لا يمنع ذلك كما في حالة الحمل فنحن نحتاج إلى تكثيف عملية فحص مستوى الألتروكسين، لأنه مع تقادم الحمل تزيد حاجة الجسم للألتروكسين لذلك نحتاج فحصه بشكل مكثف أكثر من الطبيعي أي كل أربعة أسابيع.



هناك حمول في وظائف الغدة الدرقية في مجتمعا

بعد تناول الطعام مباشرة وأحيانا أشعر بالتعب حتى دون تناول الطعام ولدي إحساس دائم بالقيء، فهل من الممكن أن أكون مصابة بجرثومة المعدة وما التحليل المطلوب لمعرفة الإصابة بها؟

● جرثومة المعدة من الجراثيم المنتشرة جدا في منطقة الخليج، وهي عادة لا تسبب مشاكل كثيرة إلا إذا عانى المريض من مشاكل معينة كالأحساس بالحرقة والإحساس بالغثيان وعدم القدرة على تحمل كميات قليلة من الطعام وهذا لا يمنع أن نعرف السبب فوجودها قد لا يكون هو السبب، ولكن إذا وجدت في المعدة واكتشفناها عن طريق فحوصات التنفس

المضادة تمسك الأنسولين، فالأنسولين يعمل كحمية في الدم، فتدخل في نوبة هبوط بالسكر وهذه الحالة ليست منتشرة كثيراً ولكنها موجودة لذلك يجب أن تدخل المستشفى.

الاحساس الزائد بالحرارة

أعاني من حرارة بالجسم صيفا وشتاء ما يسبب انزعاجا دائما؟

● ربما يكون لديك الغدة الدرقية فعليك أن تجري فحوصات عامة لذلك فحوصات هرمونية على مستوى هرمونات الذكورة وهو هرمون التسترون.

أمانتي: أعاني من ألم في المعدة،

طويل، فهل لك أن تشرحي لي؟

● عادة يتبع الولد أو البنت الإقصر قامة، سواء كان الأب أو الأم، ولكن هذا لا يمنع أن نكشف عن سبب قصر القامة، وربما كان هناك نقص هرمونات معينة مثل هرمون النمو، وذلك يتضح من خلال فحوصات الدم الشاملة، بالإضافة إلى فحص هرمون ثابت أي نكشف عن مستوى هرمون معين في الوضع المناسب والفحص الآخر، فحص هرموني ديناميكي، ويتم بنوم المريض لدينا في المستشفى لمدة ساعتين ونحفظه بمادة ونرى ردة فعل هرمون النمو، ومدى استجابته لهذه الإبرة التي تعطيه له وهذا الفحص آمن جدا ويتواجد الدكتور طوال الفترة.

يتضح من النتيجة إذا كان المريض يعاني من نقص هرمون النمو أم لا، ولكن قبل ذلك يجب أن نعرف أموراً أخرى مثل مرحلة البلوغ، إذا كان قد دخلها أم لا، وهل هناك مجال للاستفادة من هرمون النمو.

نقص هرمون النمو

بعد ذلك في حال علمنا أن لديه نقصا في هرمون النمو وهذا يتضح من خلال أشعة نجرها على يده، ونرى إذا قفل المفصل يكون ليس هناك مجال، وبما أن ابنك عمره 14 سنة فمعنى ذلك أن هناك مجالا، أما أعمار بناتك 17 و18 سنة فعند بدء الدورة يكون لدى الفتاة تقريبا من 4-6 سم يمكنها أن تنمو.

وأحيانا تكون استجابة الجسم في هذه المرحلة بطيئة جدا، لذلك لا أنصح بإعطائها هرمون النمو لأنها لا تستفيد منه، ولكن هذا لا يمنع إذا كان لديها نقص في هرمون النمو.

عند إعطاء الهرمون هل يسبب ضررا فيما بعد؟

● بالتأكيد لديه أضرار دون متابعة طبية، لأن هذا الهرمون يؤخذ من خارج الجسم فإذا أخذ بكميات كبيرة يسبب ضررا لكن في الجرعات المتعارف عليها، المفترض أن يكون أمنا وليس هناك مشاكل صحية.

المشاكل الصحية التي يمكن أن تظهر تسبب زيادة في الضغط أو الإصابة بالسكر، أو تسبب أنواعا من سرطانات الجهاز الهضمي أو القولون ولكنه بنسب قليلة جدا لاننا لا نعطي هرمون النمو إلا عندما يكون المريض بالأساس لديه نقص في هذا الهرمون، فكل شهر عندما

تكيس المبايض عند المرأة يسبب زيادة في إفراز هرمونات

أشعة اليد تحدد مدى الاستفادة من هرمون النمو