

ازدادت في السنوات العشر الاخيرة الحساسية في الكويت بسبب تقلبات الجو وبعض الأشجار التي تأتي من العالم الخارجي، وتزرع في الكويت، كما أكد اختصاصي امراض المناعة والحساسية واخصائي الأمراض الباطنية والروماتيزم د.ياسر غضنفر في مستشفى دار الشفاء الذي حاورته «الانباء» حول ما يهيم القراء وتحديدا آلام الرقبة وآلام العضلات. وحول وسائل علاج الروماتويد أكد د.ياسر أن هناك 15 دواء تجعل المرض خاملا ويستطيع المريض ممارسة حياته بشكل طبيعي. كما أوضح ان الروماتيزم يحتوي على أكثر من 300 مرض، بينما التهاب الفقرات التصلبي يصيب شخصا من كل عشرة آلاف من الرجال. وحول الذئبة الحمراء، أوضح انه مرض معقد يصيب أكثر من عضو في الجسم، مؤكدا انه يصيب النساء الصغيرات في سن العشرين والثلاثين. كما تناول اللقاء علاج خشونة المفاصل، مشيرا الى انها تمر بأربعة مراحل: المسكنات ثم ابر الكورتيزون، فإبر الزيت، ثم الجراحة لتبديل المفصل.. فإلى التفاصيل:

كتبت: زينب ابوسيدو

## أخصائي أمراض المناعة والحساسية والأمراض الباطنية والروماتيزم في مستشفى دار الشفاء أكد أن آلام الرقبة والعضلات والالتهابات حالات شائعة د.ياسر غضنفر: علاج خشونة المفاصل 4 مراحل أولاها المسكنات ثم إبر الكورتيزون فإبر الزيت.. ثم الجراحة لتبديل المفصل



يجب على الحامل الحفاظ على سلامة ظهرها ومفاصلها



د.ياسر غضنفر استشاري الأمراض الباطنية والروماتيزم (أحمد علي)



د.ياسر غضنفر يتحدث إلى الزميلة زينب ابوسيدو

تكثر أمراض الحساسية في الكويت، فما السبب بزيادتها؟

● بشكل عام أمراض الحساسية في ازدياد في العالم كله، والكويت جزء من هذا الازدياد كبير وهي تضاعفت في آخر 10 سنوات، وبالنسبة للكويت يعود ذلك الى التقلبات الجوية بها، وبعض الأشجار التي تأتي من العالم الخارجي وتزرع في الكويت ساهمت في زيادة هذه الحساسية. عموما زيادة الحساسية لها قابلية جينية، وهي موجودة خاصة اذا كان احد افراد الأسرة لديه قابلية جينية ينتقل عن طريق الوالدين، وأيضا عوامل البيئة تزيد من الحساسية.

كيف نميز آلام الديسك الرقبة عن آلام الرقبة الأخرى؟

● من الحالات الشائعة شكوى المرضى من آلام بالرقبة أو خدر وآلام في اليدين والذراعين ألم مزمن يأخذ وقتا طويلا لا يقل عن 3 أشهر والآلام تزيد مع الحركة، ويصاحبها أحيانا خدر وضعف في اليدين، خاصة أثناء استخدام النساء لهما في المطبخ، وبالنسبة للرجال أثناء أداء وظائفهم العملية. من الحالات الشائعة أيضا خلاف الديسك، آلام العضلات وهي بعض الأمراض الروماتيزمية، كآلام التهاب العضلات الروماتيزمي أو التهاب المفاصل الروماتويد وهذه عادة تكون عكس الآلام التي تأتي عن طريق الديسك، فالآلام يكون أكثرها في الصباح، في بداية النهار، يكون معها تيبس، ومع الحركة تخف الآلام على عكس آلام الديسك، ففي البداية لا توجد مشكلة، ولكن مع الحركة يزيد الألم ويصاحبها خدر أكثر.

آلام الظهر والرقبة

كثير من أصحاب المهن المكتبية يصابون بآلام الظهر والرقبة، فما السبب في ذلك؟

● جزء كبير من الناس ينامون على بطونهم فتظل الرقبة مشدودة طوال الوقت، وعند الاستيقاظ يبدأ الشعور بالألم في الرقبة. وكذلك الجالسون امام مكاتبيهم يعانون أيضا من آلام الرقبة بسبب سوء استخدام المكتب حتى عندما يذهبون لبيوتهم ويتناولون الأيفون واللابتوب ويجلسون بطريقة خاطئة مطاطسي الرؤوس ويعد ساعتين تبدأ الشكوى من آلام الرقبة.

كيف يكون علاج

● يعتمد العلاج على اربعة امور اولها المسكنات والمكملات الغذائية اذا لم ينفع هذا الخط العلاجي، نلجأ الى ابر الكورتيزون واذا لم يفيد نلجأ الى استخدام ابر الزيت، وتعمل لمدة سنة. وفي حال فشل تلك الخطوط العلاجية يضطر المريض الى اجراء جراحة لتبديل المفصل.

سلامة الحامل

ما نصائحك للحامل للحفاظ على سلامة ظهرها ومفاصلها؟  
● بالنسبة للمرأة الحامل سواء كان لديها روماتيزم ام لم يكن فهي تحمل طفلا اي نقلا شديدا لذلك يجب ان تتعلم طريقة حمل المواد الثقيلة. يجب عليها ألا تتحرك سريعا انما تتسیر ببطء والا ترتفع الاشياء سريعا حتى لا يحدث شد عضلي يظهرها، والا تكون يديها في جهة واحدة قدر الامكان.

**الروماتيزم يحتوي على أكثر من 300 مرض.. والتهاب الفقرات التصلبي يصيب من كل 10000 شخص ويصيب الرجال أكثر**

**الذئبة الحمراء مرض معقد يصيب أكثر من عضو في الجسم وتصاب به النساء الصغيرات في سن العشرين والثلاثين**

السن فوق الخمسين عاما تبدأ بآلام مبرحة وتصيب أكثر من مفصل. ما أعراض الذئبة الحمراء الجهازية؟  
● الذئبة الحمراء مرض معقد يصيب أكثر من عضو في الجسم وعادة يصيب النساء الصغيرات، وأعراضه: تساقط الشعر وتقرحات بالفم والتهابات بالعينين، وآلام بالصدر مبرحة. وهناك حالات نادرة تؤثر على الغشاء حول القلب كما ان هناك امورا لا تعاني منها المريضة، وانما تكتشفها عند التحليل فيتحقق وجود زلال في البول. أيضا تؤثر الذئبة الحمراء على الجهاز العصبي وربما تسبب جلطة كما تؤثر على كريات الدم البيضاء وكريات الدم الحمراء.

ما علاج خشونة المفاصل؟  
● هشاشة العظام عند النساء بعد انقطاع الطمث بسبب نقص الهرمونات وهناك مرضي يأخذون أدوية تسبب الهشاشة أهمها الكورتيزون، ومسيلات الدم وأدوية الصرع. عموما السبب الشائع في الكويت والخليج بشكل عام هو عدم تناول كمية كافية من الكالسيوم في غذائنا. مرض هشاشة العظام مرض صامت لا يسبب اي ألم وانما يتضح بالتحليل.

الروماتيزم والتصلب والتقرس ما الفرق بين الروماتيزم والتهاب الفقرات التصلبي والتقرس الكاذب؟  
● الروماتيزم يحتوي على أكثر من 300 مرض، التهاب الفقرات التصلبي بالعمود الفقري مرض نادر يصيب واحدا من كل عشرة آلاف شخص يشتهر به الرجال أكثر من النساء تحت سن الاربعين، اما التقرس الكاذب فهو مرض نادر يصيب كبار

يكلف من 4 آلاف الى 10 آلاف دينار للعلاج البيولوجي. هذا يعني شدة العضلات وعلاجها سهل، فإذا صححنا وضعيتنا في النوم وجلسنا أثناء العمل لتحسن الأمور، وفي بعض الحالات نستخدم العلاج الموضعي سواء كان علاجا طبيعيا أو مساجا، او نستخدم بعض الادوية التي ترخي العضلات أو الأعصاب. وفي حالات نادرة ندخل طبيب الأشعة، لإجراء أشعة تداخلية، وإعطاء بعض الحقن في بعض الأماكن، ما يساهم في ارتخاء العضلات، وذلك يعتمد على شدة الحالة، ومدتها وزمنها بعدها نحدد طريقة علاجها.

تقوس العمود الفقري في المنطقة العلوية؟ هذا يعني شدة العضلات وعلاجها سهل، فإذا صححنا وضعيتنا في النوم وجلسنا أثناء العمل لتحسن الأمور، وفي بعض الحالات نستخدم العلاج الموضعي سواء كان علاجا طبيعيا أو مساجا، او نستخدم بعض الادوية التي ترخي العضلات أو الأعصاب. وفي حالات نادرة ندخل طبيب الأشعة، لإجراء أشعة تداخلية، وإعطاء بعض الحقن في بعض الأماكن، ما يساهم في ارتخاء العضلات، وذلك يعتمد على شدة الحالة، ومدتها وزمنها بعدها نحدد طريقة علاجها.

تقوس العمود الفقري في المنطقة العلوية؟ هذا يعني شدة العضلات وعلاجها سهل، فإذا صححنا وضعيتنا في النوم وجلسنا أثناء العمل لتحسن الأمور، وفي بعض الحالات نستخدم العلاج الموضعي سواء كان علاجا طبيعيا أو مساجا، او نستخدم بعض الادوية التي ترخي العضلات أو الأعصاب. وفي حالات نادرة ندخل طبيب الأشعة، لإجراء أشعة تداخلية، وإعطاء بعض الحقن في بعض الأماكن، ما يساهم في ارتخاء العضلات، وذلك يعتمد على شدة الحالة، ومدتها وزمنها بعدها نحدد طريقة علاجها.

تقوس العمود الفقري في المنطقة العلوية؟ هذا يعني شدة العضلات وعلاجها سهل، فإذا صححنا وضعيتنا في النوم وجلسنا أثناء العمل لتحسن الأمور، وفي بعض الحالات نستخدم العلاج الموضعي سواء كان علاجا طبيعيا أو مساجا، او نستخدم بعض الادوية التي ترخي العضلات أو الأعصاب. وفي حالات نادرة ندخل طبيب الأشعة، لإجراء أشعة تداخلية، وإعطاء بعض الحقن في بعض الأماكن، ما يساهم في ارتخاء العضلات، وذلك يعتمد على شدة الحالة، ومدتها وزمنها بعدها نحدد طريقة علاجها.

**نسبة الحساسية تضاعفت في العشر سنوات الأخيرة بسبب بعض الأشجار التي تأتي من الخارج وتزرع هنا وسائل علاج الروماتويد تطورت.. فلدينا 15 دواء تجعل المرض خاملا.. والمريض يمارس حياته بشكل طبيعي**



الديسك يسبب خدرا وضعفا في اليدين

**ضيفنا في سطور**  
د.ياسر غضنفر استشاري الأمراض الباطنية والروماتيزم واخصائي أمراض المناعة والحساسية في مستشفى دار الشفاء وحاصل على البورد الكندي والاميركي في امراض الروماتيزم والمناعة، وحاصل على البورد الكندي في الحساسية والربو. يستخدم د.ياسر أحدث الطرق في تشخيص امراض الحساسية في مجال الربو، والحساسية البيئية والربو، حساسية الجهاز الهضمي والاطعمة وحساسية الأنف والجيوب الأنفية، وكذلك الحساسية الجلدية والاكزيما، وحساسية الادوية والتطعيمات وامراض المناعة، كما يعالج خشونة الركبة والرقبة والظهر وهشاشة العظام ونقص فيتامين (د) والروماتويد والتهاب المفاصل الصدفي والذئبة الحمراء. كما يعالج د.ياسر بحقن إبر الكورتيزون وإبر الزيت في المفاصل ويتابع الروماتيزم أثناء وبعد الحمل.



نسبة الحساسية في الكويت والعالم في ازدياد كبير