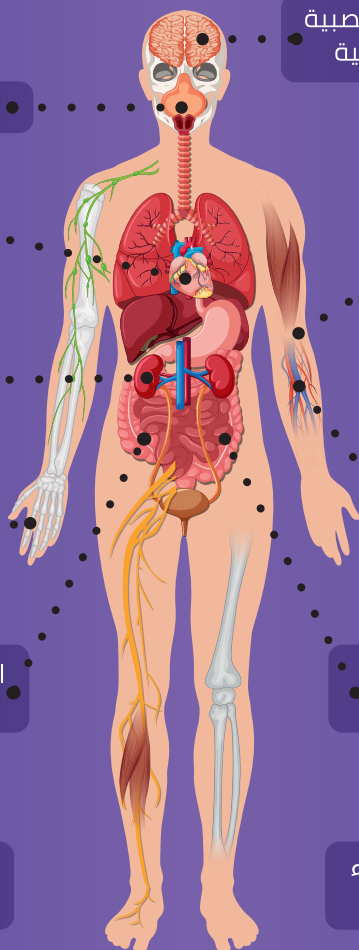




أعراض الذئبة الحمامية



مظاهر عصبية
و نفسية



تقرح بالفم

الإصابة القلبية

تأثر الكلى

التهابات في
المفاصل

التجلطات والإجهادات
المتكررة

نصائح لإسلوب
المعيشة

حساسية من
التعرض للشمس

الطفح الجلدي
طفح جلدي قرصي
تقرحات جلدية

الإنيميا ونقص كريات
الدم البيضاء والصفائح

التهابات بالأغشية
الداخلية للأعضاء

الذئبة الحمراء
الطفولية



الجمعية السعودية لأمراض الروماتيزم



اليوم التوعوي
للفراشة الحمّامية
(الذئبة الحمراء)

الذئبة الحمراء ومضاعفات الدم

الذئبة الحمراء ومضاعفات الدم

مرض الذئبة الحمراء هو أحد أشهر الأمراض الروماتيزمية الذي ينتج عن خلل في الجهاز المناعي مما يؤدي إلى ظهور أعراض ومضاعفات عند المريض المصاب نتيجة تأثر أجهزة الجسم المختلفة.

هل مرض الذئبة يؤثر على خلايا الدم ويسبب مضاعفات؟

مرض الذئبة قد يؤثر على أي عضو في جسم الإنسان وتختلف شدة الإصابة ومدى التأثير من مريض لأخر، فقد يؤثر على خلايا الدم ويسبب مضاعفات عند أكثر من نصف مرضى الذئبة وقد تحدث هذه المضاعفات عند بداية تشخيص المرض أو بعد فترات طويلة من الإصابة، ومن أشهرها فقر الدم، نقص في كريات الدم البيضاء، نقص في الصفائح الدموية أو تجلطات الدم.

ماهي الأعراض الذي يعاني منها المريض عند وجود مضاعفات بالدم وأسبابها؟

فقر الدم: يعد من أشهر مضاعفات الدم عند مريض الذئبة وهو عادةً ما يتم اكتشافه عند إجراء بعض التحاليل الدورية لمرضى الذئبة الحمراء أو نتيجة وجود أعراض كشعور بالإرهاق الشديد، خفقان، ضيق في النفس، الشعور بالدوران أو عدم التركيز. هناك أسباب عدة لإصابة مريض الذئبة بفقر الدم من أهمها: وجود أجسام مضادة ذاتية تهاجم كريات الدم الحمراء مما يؤدي إلى تكسر كريات الدم الحمراء، وقد يكون كذلك ناتج عن فقدان للدم نتيجة وجود نزيف، تأثير بعض الأدوية أو نتيجة لوجود مرض مزمن لسنوات.

نقص في كريات الدم البيضاء:

قد يكون نقص كريات الدم البيضاء نقص طفيف وهو ما يحدث غالباً عند أكثر من نصف مرضى الذئبة ولايعاني المريض من وجود أي أعراض ويتم اكتشافه عن طريق التحاليل وعادةً ما يرتبط نقص كريات الدم البيضاء بوجود نشاط لمرض الذئبة نتيجة وجود أجسام مضادة تهاجم كريات الدم البيضاء، وفي حالات أخرى قد يكون النقص شديد في 10٪ من المرضى ويكون المريض عرضة لحدوث التهابات متكررة. هناك أسباب أخرى لنقص كريات الدم البيضاء عند مرضى الذئبة فقد يحدث كمضاعفات لبعض الأدوية المستخدمة لعلاج مرض الذئبة لذلك من الضروري أخذ تاريخ مرضي دقيق لمعرفة السبب.

نقص عدد الصفائح الدموية :

تختلف الأعراض في شدتها على حسب نسبة التأثير ومستوى الصفائح الدموية في الدم، فعند معظم المرضى يكون نزول الصفائح بسيط ولايسبب أي مضاعفات لدى المريض وفي حالات قليلة قد يكون هناك تأثير كبير في مستوى الصفائح الدموية مما يسبب نزيف من الأنف أو اللثة، ظهور كدمات في الجلد، نزيف من أماكن أخرى في الجسم.

من أهم أسباب نقص عدد الصفائح الدموية هو تكون أجسام مضادة ذاتية تعمل على تكسير الصفائح الدموية وغالباً ما يكون مرتبط بوجود نشاط لمرض الذئبة عند المرضى المصابين، وهناك أسباب أخرى كتأثير بعض الأدوية المستخدمة في العلاج، تضخم الطحال وغيرها من الأسباب.

تجلطات الدم :

يعاني مريض الذئبة الحمراء من زيادة خطورة الإصابة بالجلطات الدموية في الشرايين والأوردة وكذلك حدوث بعض المضاعفات أثناء الحمل كإجهاض متكرر، ولادة مبكرة أو حدوث تسمم حمل. والسبب يعود لوجود أجسام مضادة تزيد من نسبة حدوث تخثر الدم وهي ما تعرف بمتلازمة الأجسام المضادة للفسفوليبيد التي قد تصيب ٣٠-٤٠٪ من مرضى الذئبة الحمراء.

كيف يتم تشخيص مضاعفات الدم عند مريض الذئبة الحمراء؟

من الضروري عند الاشتباه بإصابة المريض بمرض الذئبة الحمراء وكذلك بعد تشخيص المرض عمل فحوصات دورية والتي من الضروري أن تشمل صورة الدم التي توضح ماذا كان هناك تأثير لدى المريض وتعكس بصورة دقيقة مستوى

كريات الدم والصفائح لدى المريض. كذلك عمل فحوصات للأجسام المضادة للفسفوليبيد خاصة عند وجود تاريخ مرضي يزيد من نسبة الخطورة للإصابة بالجلطات أو مضاعفات الحمل.

ما هو العلاج اللازم عند وجود مضاعفات في الدم لدى مريض الذئبة الحمراء؟

تحديد العلاج ومدته ونوعيته يعتمد كثيراً على شدة الأعراض ومدى التأثير لدى المريض، ولكن من أهم الأدوية المستخدمة للتحكم في مرض الذئبة الحمراء هو دواء الهيدروكسيكلوروكوين والمضاد للملاريا، ويستخدم في علاج معظم مرضى الذئبة ونحرص بشدة على الإلتزام بأخذه بحسب الجرعة الموصوفة لأنه من أكثر الأدوية التي أثبتت فعاليتها في التحكم بنشاط المرض وتقليل فرص المضاعفات المذكورة، وبالنسبة للأدوية الأخرى مثل الكورتيزون أو الأدوية المثبطة للمناعة فتستعمل على حسب الحالة وشدتها.

د. رؤى الجهني أستاذ مساعد بجامعة طيبة،
استشارية أمراض روماتيزم، الزمالة الكندية في
الذئبة الحمراء ومرض التهاب المفاصل الصدفي





الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



الجمعية تحت إشراف



الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
Saudi Commission for Health Specialties

This activity/material has been made available via a restricted grant provided to the Saudi Society for Rheumatology by GSK



الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



اليوم التوعوي
للفراشة الحمّامية
(الذئبة الحمراء)

الذئبة الحمّامية الجهازية
والجهاز العصبي

الذئبة الجهازية والجهاز العصبي

المناعة الجسم و أجزائه المُختلفة كما لو أنّها جسم غريب، ويترتب على ذلك تضرّر الأنسجة والإصابة بالأمراض. قد تتفاوت أعراض الذئبة الحمراء من شخص لآخر وهي تعتمد بصورة أساسية على الجزء من الجسم المُتأثر بالمرض او من أبرز علامات وأعراض الذئبة الحمراء وأكثرها شيوعاً هي اصابة الجهاز العصبي حيث لا يقتصر تأثيرها على

- الجهاز العصبي المركزي الذي يضم الدماغ والنخاع الشوكي بل يطال ايضا الجهاز العصبي المحيطي.
- حيث تهاجم الذئبة الجهاز العصبي بطريقتين :
- عن طريق الأجسام المضادة التي ترتبط بالخلايا العصبية أو الأوعية الدموية التي تغذي تلك الخلايا. او عن طريق قطع التغذية الدموية للأعصاب.

١- اثار الذئبة على الجهاز العصبي المركزي Central Nervous System

- يوتر مرض الذئبة الحمراء على الجهاز العصبي المركزي (الدماغ والنخاع الشوكي) كما يلي :

١ -القصور المعرفي Cognitive Dysfunction

أحد أكثر مظاهر تأثير مرض الذئبة في الجهاز العصبي، وتضمّ مظلة الخلل المعرفي عدّة سلوكيات مرتبطة به، كالتفكير الغامض، والارتباك، وضعف الذاكرة، وضعف الانتباه، والخلل بالتذكر والتركيز، واضطراب سرعة معالجة المعلومات والمعالجة المكانية، وعدم القدرة على إيجاد الكلمات بسهولة، حيث تعدّ جميعها سلوكيات تحدث بشكل متكرر لدى مرضى الذئبة الحمراء وتتراوح شدّتها بين الخفيفة والشديدة .

وهذا ما يجعل من المرض مرضاً يؤثّر بشكل سلبي على نوعية حياة الأفراد وأدائهم الوظيفي، وقدرتهم على الانخراط بالوظائف المختلفة

٢ -الصداع Headache

أنّ الصداع أحد آثار الذئبة الحمراء الشائعة، ويمثّل مصدر انزعاجٍ مهم لمرضى الذئبة الحمراء،

وبالمقارنة مع عامة الناس فإنّ الأشخاص المصابين بمرض الذئبة أكثر عرضة للإصابة بالصداع المشابه للصداع النصفي والذي يعرف بصداع الذئبة وهو غير معروف السبب وفي بعض الأحيان يكون الصداع ناتجاً عن مضاعفات مرض الذئبة النشطة مثل التهاب الأوعية الدموية. ويمكن علاج الصداع باستخدام مسكنات الألم التي لا يستلزم وفي حال فشلها في علاج الصداع بجدد عندها إستشارة الطبيب.

- قد لا يكون الصداع ناتجاً عن المرض نفسه، بل قد يكون الصداع ناتجاً عن سبب آخر منفصل.

٣ - الألم العضلي الليفي Fibromyalgia

الألم العضلي الليفي هو أثرٌ شائعٌ الحدوث لدى مرضى الذئبة الحمراء، ويشكّل مصدرًا للعديد من الأعراض التي تؤثر على حياة على حياة الأشخاص، ويمكن تعريفه على أنّه اضطراب يتميّز بألم عضلي هيكلي يخال أجزاء كبيرة من الجسم، يرافقه التعب، واضطرابات النوم والذاكرة والمزاج.

٤ -متلازمة الدماغ العضوي Organic Brain Syndrome

أو المتلازمة العقلية العضوية، أو الاضطراب العقلي العضوي يصف مصطلح متلازمة الدماغ العضوي انخفاض الوظيفة بسبب وجود حالة طبيّة معيّنة ، و تختلف اعراضها باختلاف المسبب، وبشكل عامّ فإنّ صعوبة التركيبي ز لفترة طويلة من الزمن، وصعوبة إدارة العلاقات والتواصل مع الآخرين هما أبرز أعراض متلازمة الدماغ العضوي.

أمّا العلاج الذي يعتمد نوعه على المُسبب، فيتكون من الرعاية الداعمة، وإعادة التأهيل للمساعدة في حالة فقدان وظائف المخ، بالإضافة إلى الأدوية التي يمكن استخدامها لتقليل أي مشاكل سلوكية.



٥ - التهاب الأوعية الدموية Vasculitis

- يعدّ التهاب الأوعية الدموية في الجهاز العصبي المركزي امر نادر الحدوث لدى مرضى الزئببه الحمراء. ويمكن تعريف التهاب الأوعية الدموية على أنه التورّم الذي يصيب شبكة الأنابيب التي تحمل الدم الي جميع أنحاء الجسميغض النظر عن نوع الوعاء الدموي. سواء كان وريداً أو شرياناً، كبي زأ أو صغيراً، أو شعيرة دموية، وفي حال انخفاضتدفق الدم في الوعاء المصاب بالتهاب الأوعية الدموية، أو توقفه بشكل كامل، فإنّ جزء الجسم الذي يُغذيه ذلك الوعاء سيتعرض للموت.
- لالتهاب الأوعية الدموية في الجهاز العصبي المركزي عدة أعراض من أبرزها ما يلي:
الصداع الشديد المُستجد. السكتات الدماغية الصغي رة أو نوبات نقص التروية العاب رة. النسيان الواضح، أو الارتباك، نوبات الصرع، فقدان التوازن، والإصابة باضطراب المشي، فقدان البص رو الضعف العام وخاصّة في الأطراف.

٦ - الآثار الجانبية للأدوية

قد يكون للأدوية المستخدمة في العلاج آثارٌ جانبيّة تشبه آثار الذئبة على الجهاز العصبي المركزي، وفي حال حدوث مثلهذا الأمر يجب مراجعة الطبيب الذي بدوره يستطيع التفريق بينها . من أبرز هذه الأدوية مضادات الالتهاب غير الستيرويدية، مضادات الملاريا،، الكورتيزون والادوية الخافضة لضغط الدم المرتفع.

٧ - الآثار الأخرى

- لا يمكن حصر آثار الذئبة الحمراء على الجهاز العصبي، فهي تسبب عددًا كبيرًا من المضاعفات كالجيبوبة واعتلال الدماغ والسكتة الدماغية، ونوبات الصرع، حيث يمكن أن تكون هذه المشاكل مرتبطة باعتلالات الأوعية الدموية أوأمراض
- الجهاز الدوراني المتسارعة او الأجسام المضادة الذاتية التي تزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية.

٢- آثار الذئبة على الجهاز العصبي المحيطي Peripheral Neuropathy

تحدث آثار الذئبة على الجهاز العصبي المحيطي نتيجة الالتهاب أو الضغط على الأعصاب بسبب تورم الأنسجة المحيطة بها، وتظهر هذه الآثار على ما يتحكم الجهاز العصبي المحيطي به من استجابات حسية وإحساس حركي، وتعرف مجموعة أعراض تلف الجهاز العصبي المحيطي باسم الاعتلال العصبي المحيطي.

وتشمل هذه الأعراض التنميل، أو الوخز، أو عدم القدرة على تحريك جزء من الجسم و مشاكل في الرؤية، ألم في الوجه، طنين الأذنين، الدوخة ومتلازمة النفق الرسغي وغيرها .

٣- اثار الذئبة على الجهاز العصبي اللاإرادي Autonomic Nervous System

يتحكم الجهاز العصبي اللاإرادي عديد من وظائف الجسم التي تحدث بشكل تلقائي تقريبًا مثل معدل ضربات القلب، وضغط الدم، والتنفس، وإفراز الأدرينالين، وحركة العضلات، والتعرق، والإحساس بالبرودة أو الحرارة، ووظائف الأمعاء والمثانة وفي حال الإصابة بمرض الذئبة فإنها قد تتسبب بفرط نشاط الإشارات العصبية المسؤولة عن تنظيم تلك الوظائف، مما يتسبب بحدوث مجموعة من الأعراض، ومن أبرزها ما يأتي: الخدران والتنميل، الشعور بالحرق، التشوش الذهني، الصداع، أعراض اضطراب الجهاز الهضمي وظاهرة رينود .

• علاج اعتلال الجهاز العصبي :

يختلف العلاج حسب السبب المحتمل وحدة اعراض المرض فقد يقوم الطبيب بتقييم الحالة ثم يعمد إلى وصف الأدوية المحتوية على الستيرويدات أو تغيير جرعتها إذا كانت ضمن الأدوية المستخدمة وقد يتم استخدام الادوية المثبطة للمناعة.

• التقليل من تأثير مرض الذئبة الحمراء في الجهاز العصبي

- لتقليل تأثير الذئبة الحمراء على الجهاز العصبي يمكن اتباع النصائح التالية:
 - الالتزام بالعلاج الدوائي الذي يساعد على تنشيط الذاكرة والتفكي ر.
 - ممارسة تمارين الاسترخاء وتخفيف الضغط، مثل ممارسة اليوغا.
 - بناء شبكة معرفية داعمة لإدارة مشاكل التفكير والتركي ز الناتجة عن المرض .
 - الحصول على المساعدة والمشورة في حال الإصابة بالقلق أو الاكتئاب.

دكتورة معتوقة باعمر

استشاري امراض الروماتيزم

مجمع العيادة الاولى الحديثه والمستشفى السعودي الألماني





الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



الجمعية تحت إشراف



الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
Saudi Commission for Health Specialties

This activity/material has been made available via a restricted grant provided to the Saudi Society for Rheumatology by GSK



الجمعية السعودية لأمراض الروماتيزم



اليوم التوعوي
للفراشة الحمّامية
(الذئبة الحمراء)

الذئبة والحمل

الذببة والحمل

١- هل تستطيع مريضة الذببة الحمراء (اللوبس) الحمل والإنجاب ؟

نعم ، ولكن لابد أن يكون في الوقت المناسب المحدد من قبل استشاري الروماتيزم المباشر

٢- ماهو أفضل وقت للحمل بالنسبة لمريضة الذببة الحمراء (اللوبس) ؟

عندما يكون المرض في حالة من الخمول على الأقل ٦ أشهر

٣- ماهي عوامل خطوره للحمل بالنسبة لمريضة الذببة الحمراء (اللوبس) ؟

نشاط المرض ، اصابة الكلى في السابق او في اثناء الحمل ، وجود مضادات الفسفوليد او مضادات معينه لخلايا النواه

٤- ماهي الأدوية المسموحة في اثناء الحمل ؟

الاسبرين ، الكورتيزون ، الاميوران ، البلاكونيل

٥- ماهي الأدوية الممنوعه في اثناء الحمل ؟

السلسبت ، الميثوتركسات ، لفلونامايد السيكلوفوسفاميد

٦- ماهي المضاعفات المحتملة وقوعها للمريضة والجنين في اثناء الحمل؟

الاجهاض ، الولادة المبكرة ، تأخر نمو الجنين ، تسمم الحمل ، وفاة الجنين و تزيد حدوث نسبة هذه المضاعفات مع وجود عوامل الخطوره

٧- ماهي الأدوية التي تزيد من نسبة نجاح الحمل وتنبح المضاعفات ونشاط المرض؟

الاسبرين والبيلاكونيل

دكتورة معتوقة باعامر استشاري امراض الروماتيزم





الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



الجمعية تحت إشراف



الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
Saudi Commission for Health Specialties

This activity/material has been made available via a restricted grant provided to the Saudi Society for Rheumatology by GSK



الجمعية السعودية لأمراض الروماتيزم



اليوم التوعوي
للفراشة الحمّامية
(الذئبة الحمراء)

د. لطفى السبالي
استشاري امراض الباطنه والروماتيزم



د. لطفي السبالي
استشاري امراض الباطنه والروماتيزم





الجمعية السعودية لأمراض الروماتيزم

الاعراض العصبية الذهانية للذئبة الحمراء

هي مختلف المظاهر النفسية والعصبية التي تصيب الجهاز العصبي المركزي او الطرفي للمصابين بمرض الذئبة الحمراء .

ماهي نسبة احتمال حدوث الاعراض العصبية الذهانية ؟

الأعراض العصبية والنفسية تحدث في ١٠ إلى ٨٠ في المئة من المرضى إما قبل تشخيص مرض الذئبة أو أثناء مرضهم.

ماهي الاعراض العصبية الذهانية للذئبة الحمراء ؟

الصداع – على الرغم من أنّ الانتشار الدقيق للصداع بين مرضى الذئبة غير معروف، إلاّ أنّه لا يمكن إنكار حقيقة أنّ الصداع أحد آثار الذئبة الحمراء الشائعة، ويمثّل مصدر انزعاج مهم لمرضى الذئبة الحمراء وبالمقارنة مع عامة الناس فإنّ الأشخاص المصابين بمرض الذئبة أكثر عرضة للإصابة بالصداع المشابه للصداع النصفى والذي يعرف بصداع الذئبة وفي بعض الأحيان يكون الصداع ناتجًا عن مضاعفات مرض الذئبة النشطة مثل التهاب الأوعية الدموية، ويمكن علاج الصداع باستخدام مسكنات الألم ، وفي حال فشلها في علاج الصداع يجدر عندها إخبار طبيب الروماتيزم لاتخاذ ما هو لازم

الذهان – يحدث الذهان في حوالي خمسة في المئة من المرضى الذين يعانون من مرض الذئبة , عادة في السنة الأولى من التشخيص. الذهان عبارته عن اضطراب التفكير والتي غالبا ما تشمل الأوهام والهلوسة. قد يوجد أيضًا هذيان متقلب ، وعادة ما يحدث في الليل. وتشمل الأعراض الأخرى المرتبطة بها ضعف الانتباه، والتشتت السهل.

الخلل الإدراكي – هو متلازمة عقلية تتميز بأي مزيج من الأعراض التالية: صعوبة في الذاكرة قصيرة أو طويلة الأجل؛ قد يحدث للمريض أيضا صعوبة في اتخاذ القرارات أو السيطرة على الدوافع.

القلق والسلوك الهوسي – قد تشمل الأعراض النفسية المحددة التي تحدث للمريض مثل الرهاب والقلق والهوس والضيق وتقلب المزاج والخوف من الأماكن المكشوفة (مع وبدون دعر) والرهاب الاجتماعي والمشاكل المعرفية مثل ضعف التركيز وضعف الذاكرة وصعوبة العثور على الكلمة أو التوجه المكاني.

قد يتجلى القلق من خلال الخفقان، والإسهال، والتعرق، وفطرت التهوية، ونوبات الدوار، وصعوبة الكلام، والخوف، أو الصداع. قد تتدهور هذه الحالة إلى سلوك الوسواس القهري ، والرهاب ، واضطرابات النوم ، وانخفاض في الاتصالات الاجتماعية والتفاعل.

الاكتئاب – أعراض الاكتئاب عادة ما تبدأ بشكل حاد، وهي تعكس رد فعل المريض على المرض المزمن والقيود الكبيرة على نمط الحياة التي يجب تحملها.

يتعافى معظم المرضى في غضون سنة واحدة بمساعدة العائلة والأصدقاء والأطباء . التدخل النفسي الفوري ضروري.



التهاب الأوعية الدموية –

للالتهاب الأوعية الدموية في الجهاز العصبي أعراضٌ عدّة، ومن أبرزها ما يلي: الصداع الشديد المُستجد، السكتات الدماغية، الارتباك، النسيان الواضح، الضعف العام أو المحدد في بعض الأطراف، الاضطرابات الحسيّة التي تشمل الخدر أو التنميل، فقدان البصر، نوبات الصرع، فقدان التوازن، والإصابة باضطراب المشي

مظاهر نفسية أخرى – قد يتطور عند بعض المرضى السلوك الهوسي أو اضطراب الشخصية. يتميز الأول بزيادة ملحوظة في الطاقة والنشاط، الأرق. هذا السلوك عادة ما يرجع إلى جرعات عالية من بعض الادوية مثالا الاستيرويد. قد يحدث تغيير مفاجئ ملحوظ في الشخصية بسبب أي من الأسباب التي نوقشت أعلاه، مع أعراض تشمل اللامبالاة، والنزعة العاطفية، والإسهاب، أو العدوانية.

الألم الليفي العضلي – هو أكثر شائع الحدوث لدى مرضى الذئبة الحمراء، ويشكّل مصدرًا للعديد من الأعراض التي تؤثر على حياة الأشخاص ويمكن تعريفه على أنّه اضطراب يتميّز بألم عضلي هيكلي يطال أجزاء كبيرة من الجسم، يرافقه التعب، واضطرابات النوم والذاكرة والمزاج، ويعتقد الباحثون أنّ الألم الليفي العضلي يعمل على تضخيم الأحاسيس المؤلمة نتيجة تأثيره في الطريقة التي يعالج بها الدماغ إشارات الألم، وتبدأ الأعراض عادةً بعد تلقي صدمة جسدية، أو جراحية، أو التعرض لعدوى، أو المرور بضغط نفسي كبير، وتشمل أعراض الألم العضلي الليفي ما يأتي: الألم المنتشر؛ يتصف الألمّ بكونه ينتشر على جانبي الجسم، وفوق الخصر وأسفله، ويتميّز بكونه يستمر لمدة ثلاثة شهور على الأقل. الإعياء؛ يرتبط الإعياء والتعب العام بالألم العضلي الليفي، إضافةً إلى ارتباطه باضطرابات أخرى متعلقة بالنوم

ماهي الادوية المستخدمة في الاعراض العصبية لمرض الذئبة؟
التقييم من الطبيب المختص عامل مهم جدا في تحديد الخطه العلاجيه اللازمه فمنها ما يحتاج
الى مسكنات او ادويه داعمه نفسيا ومنها ما هو ناتج عن نشاط بالذئبه الحمراء مما يدعو الى
استخدام الادويه الستيرويديه وبعض الادويه المحوره او المثبطه للمناعه

نصائح وارشادات ...

- تعد بعض الاعراض العصبية لمرض الذئبه الحمراء تبعات غير عضويه للمرض فبالتركيز على
الله والرضا والتعاون بين المريض والاسره والطبيب يمكن تجاوزها باذن الله
- ممارسة تمارين الاسترخاء وتخفيف الضغط، مثل ممارسة اليوغا
- بناء الشبكة المعرفية الداعمة لإدارة مشاكل التفكير والحصول على المساعدة والمشورة في
حال الإصابة بالقلق أو الاكتئاب
- تحدث فورا إلى طبيب الروماتيزوم عند ملاحظة بعض هذه الاعراض لعمل بعض الفحوصات
المخبريه والأشعات ومعرفة ما اذا كان هناك نشاط بمرض الذئبه حتى يتسنى لطبيبك اتخاذ
القرار في الخطه العلاجيه المناسبه.
- يجب المتابعة والالتزام بالعلاج الموصوف وعمل فحوصات دوريه عند طبيبك.

اعداد:

د. لطفي السيلي

استشاري امراض الباطنه والروماتيزم

د.انوار الهاشم، رهنف الثبتي، موزي المكتومي





الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



الجمعية تحت إشراف



الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
Saudi Commission for Health Specialties

This activity/material has been made available via a restricted grant provided to the Saudi Society for Rheumatology by GSK



الجمعية السعودية لأمراض الروماتيزم



اليوم التوعوي
للفراشة الحمّامية
(الذئبة الحمراء)

الذئبة الحمراء، الطفولية

الذئبة الحمراء الطفولية

من أمراض المناعة الذاتية المزمنة التي يمكن أن تؤثر على أعضاء متعددة من الجسم، وخصوصاً الجلد والمفاصل والدم والكلى والجهاز العصبي المركزي. "المزمنة" تعني أنها يمكن أن تستمر لفترة طويلة. "المناعة الذاتية" تعني أن هناك اضطراب في الجهاز المناعي، والذي بدلاً من أن يحمي الجسم من البكتيريا والفيروسات فإنه يهاجم أنسجة المريض نفسه

ويتم تشخيص حوالي ٥٪ من الذئبة الحمراء قبل سن الثامنة عشرة وتسمى الذئبة الحمراء الطفولية. ويكون معدل إصابة الإناث إلى الذكور ٩ إلى ١ وقبل سن البلوغ ٥ إلى ١.

يمكن أن يسري هذا المرض في العائلات حيث يرث الأطفال بعض العوامل الوراثية غير المعلومة حتى الآن من الآباء والأمهات التي تزيد احتمال الإصابة بهذا المرض إذا تفاعلت مع عوامل داخلية و خارجية (بيئية) تساعد على الإصابة به. ولا يعتبر مرضاً معدياً.

تكون بداية المرض بطيئة مع ظهور أعراض جديدة على مدى أسابيع أو أشهر وأحياناً سنوات. أهم الأعراض المبدئية الشائعة للذئبة الحمراء مع الطفولي هي شكاوى غير محددة من التعب وتوسعك صحي. ويصاب العديد من الأطفال بحمى مع فقدان الوزن والشهية.

ومع مرور الوقت، تظهر على الأطفال أعراض معينة بسبب تأثر عضو أو أكثر من أعضاء الجسم. وتعتبر عادة الجلد والأغشية المخاطية من أكثر الأعضاء تأثراً بالمرض وقد تشمل الأعراض أشكالاً مختلفة من الطفح

الجلدي والتحصن الضوئي (عندما يثير التعرض لأشعة الشمس نوعاً من الطفح) وتقرحات داخل الفم أو الأنف. يحدث طفح "الفراشة" المميز في الأنف والخدود في الثلث إلى النصف من الأطفال المصابين. وقد يلاحظ فقد الشعر (ثعلبة) بصورة متزايدة في بعض الأحيان. يتحول لون الأيدي إلى الأحمر والأبيض والأزرق عند التعرض للبرد (ظاهرة راينود). ومن الأعراض الأخرى تورم وتصلب المفاصل، ألم العضلات، فقر الدم، سهولة التكدم، الصداع، النوبات، ألم الصدر تأثر الكليتين يظهر بدرجة ما لدى أغلبية الأطفال المصابين بهذا المرض وهو أحد العوامل الرئيسية المحددة لنتائج هذا المرض على المدى الطويل.

الأعراض الأكثر شيوعاً بسبب التأثير الكبير للكلي هي ارتفاع ضغط الدم ووجود الدم والبروتين في البول وانتفاخات بشكل خاص في الأقدام والساقين وحول العينين. وقد تتباين هذه الأعراض من طفل لآخر. يتم تشخيص الذئبة الحمراء بناء على وجود فحص إيجابي للأجسام المضادة لأنوية الخلايا وتوفر مجموعة من الأعراض مثل طفح الفراشة، الحساسية للضوء، الذئبة القرصية، التقرحات المخاطية، التهابات المفاصل، التهاب باطن الرئة، تأثر الكلى، تأثر الجهاز العصبي المركزي واضطرابات في خلايا الدم واضطرابات مناعية. وللإضافة إلى الفحص الإكلينيكي يجب عمل فحوصات معملية وأشعات و تصوير وتخطيط للقلب للنظر إلى تأثير الذئبة على مختلف أعضاء الجسم.

لا يوجد علاج جذري للذئبة الحمراء , ولكن يوجد علاجات تساعد في السيطرة على أعراض وتأثير هذا المرض. من هذه العلاجات: مضادات الالتهاب الغير ستيرويدية, الأدوية المضادة للملاريا, الكورتيزون, الأدوية الغير



بيولوجية المعدله لطبيعة المرض مثل: الميثوتركسيت، ازاثيوبيرين، السيكلوفوسفاميد..... وأيضا الأدوية البيولوجية مثل البوليموماب والريتوكسيماب. وينبغي المداومة على العلاج ما دام المرض قائماً. ومن المتفق عليه بشكل عام أنه مع معظم الأطفال المصابين بهذا المرض لا يمكن الاستغناء بشكل كامل عن دواء الكورتيكوستيرويد إلا بصعوبة بالغة. تحسن نتائج مرض الذئبة الحمراء بشكل كبير عند السيطرة المبكرة الممتدة عليه ،

. ومع ذلك، قد يكون هذا المرض حاداً ومهدداً للحياة وربما يبقى نشطاً طوال فترة المراهقة وحتى مرحلة البلوغ.. يعتمد مآل مرض الذئبة الحمراء على حدة تأثير الأعضاء الداخلية. حيث يلزم للأطفال المصابين بمرض خطير في الكلى أو الجهاز العصبي علاج مكثف. وعلى النقيض، ربما تسهل السيطرة على الطفح الخفيف والتهاب المفاصل. ولكن مآل المرض في كل طفل على حدة يصعب التنبؤ به نسبياً.

بمجرد تشخيص الطفل بالذئبة الحمراء يجب أن يمارس حياته بشكل طبيعي ويُسْتثنى من هذا التعرض لضوء الشمس/ضوء الأشعة فوق البنفسجية الشديد في الذئبة القرصية وهو قد يهيج المرض أو يزيده سوءاً. ولا ينبغي للطفل المصاب بالذئبة الحمامية الذهاب إلى الشاطئ طوال النهار أو الجلوس في الخارج تحت الشمس بجوار حمام السباحة. ويلزم استخدام واقٍ من الشمس بعامل حماية ٤٠ درجة أو أكثر بشكل منتظم. ومن المهم للطفل عند عمر ١٠ سنوات أن يبدأ في تولي دوراً أكبر

في تناول أدويته وتحديد خياراتهم المتعلقة بالرعاية الشخصية. وينبغي للطفل ووالديه أن يكونوا على دراية بأعراض مرض الذئبة الحمراء من أجل اكتشاف أي تهيج محتمل. قد تستمر أعراض معينة مثل الإجهاد المزمن والخمول لأشهر عدة بعد انتهاء أي حالة تهيج. والانتظام في التمارين مهم للحفاظ على وزن صحي والحفاظ على صحة العظام والبقاء في حالة تكيف جيدة. ويجب عليه أن ينتظم في المدرسة ماعدا فترة نشاط المرض الحادة.

أما بالنسبة للتطعيمات , فيجب على الطفل المريض بالذئبة الحمراء تلقي كل التطعيمات ومع ذلك، هناك بعض الاستثناءات: لا ينبغي للأطفال المصابين بمرض نشط وحاد تلقي أي نوع من التطعيمات، وكذلك لا ينبغي بشكل عام للأطفال الذين يتم علاجهم بأدوية مثبطة للمناعة والكورتيكوستيرويدات والعوامل البيولوجية أن يتلقوا أية علاجات فيروسية حية (مثل لقاح الحصبة والنكاف والحميراء و لقاح شلل الأطفال الغموي و لقاح الحماق). كما يُمنع تناول لقاح شلل الأطفال الغموي لأفراد العائلة الذين يعيشون في منزل مع طفل يُداوى بعلاج مثبط للمناعة. يُنصح بتقديم التطعيمات الرئوية والسحائية و لقاح الأنفلونزا الموسمية للأطفال المصابين بمرض الذئبة الحمراء الذين يتلقون جرعة عالية من الكورتيكوستيرويدات و/أو الأدوية المثبطة للمناعة. ..

الدكتور خالد الدرعان
استشاري امراض الروماتيزم – مستشفى الملك
خالد الدمام





الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



الجمعية تحت إشراف



الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
Saudi Commission for Health Specialties

This activity/material has been made available via a restricted grant provided to the Saudi Society for Rheumatology by GSK



الجمعية السعودية لأمراض الروماتيزم



اليوم التوعوي
للفراشة الحمّامية
(الذئبة الحمراء)

الذئبة الحمراء والجلد

الذئبة الحمراء والجلد

الأعراض : حمرار وحكة وانتفاخ بسيط على الوجنتين وجسر الأنف (احمرار راشي) ويزداد عند التعرض للشمس الحرارة وقد يصاحبه تساقط في الشعر وضعف عام آلام في المفاصل وآلام في الخصرة

مرض الذئبة الحمراء مرض روماتزمي مناعي عندما يعالج ونستطيع السيطرة على هذا الاختلال تتحسن معظم الاعراض بنسبة كبيرة

ولكن هناك قواعد عامة يجب مراعاتها من قبل المريضة مثل الاهتمام بالنظام الغذائي وعدم التعرض لأشعة الشمس في أوقات الذروة (من الثامنة صباحا-الى الرابعة عصرا)

التخفيف من الضغوط العملية ومحاولة الاسترخاء وإعطاء الجسم فترة كافية للاستشفاء

الاحمرار بالوجه واختفائه مع العلاج هذا لا يفقد الجلد ظاهرة تأثره الشديد بالشمس والحرارة لذا من الواجب استخدام واقى الشمس ذو درجة عالية من الحماية في كل الأوقات وإعادة وضعه كل ساعتين او عند الوضوء او التعرق ومن ثما ترطيب الجلد بالكريمات الغير كورتيزوني للحفاظ على لوينته ونضارته

أجهزة الشمس (سن باد) واستخدامات الليزر يفضل الابتعاد عنها بقدر الإمكان علما بأنه توجد دراسات علمية تؤكد ذلك .(درهم وقاية خير من قنطار علاج)

بعض الحالات تصاحب بظهور حب الشباب وقد يكون بسبب العلاج او حب شباب هرموني وهنا يجب الانتباه ومراعاة عدم استخدام الكريمات الموضعية المحفزة للاحمرار عند التعرض للشمس مثل كريمات الرتن أي ومثيلاتها _الهيديروكين المبيض _ وحبوب .الدوكسي سايكلن لأنها تزيد من التحسس لحرارة الشمس

تساقط الشعر فهو في معظم الحالات يتحسن ويقف لتساقط مع استخدامات العلاجات المثبطة للمناعة ومركبات الهيدروكسي كلوركوبنز ولكن يحتاج الى عناية خاصة وعدم اجهاد الشعر بالصبغات الكيميائية والسيشوار ومواد فرد وتجعيد الشعر. ويحتاج عادة الى اشهر حتى يظهر التحسن

الاجراءات التجميلية كحقن البوتكس والفيلر فهو ممنوع تماما في الحالات النشطة من المرض ويفضل الابتعاد عنه حتى في حالة هدوء وتحسن الحالة لأنه قد يترك آثار جانبية على الجلد كالندبات وبناءا ردة فعل تحسسية لدى بعض المرضى . ولو أصرت المريضة على استخدامه فهناك اجراءات وقائية قبل وبعد الحقن يجب عليها اتباعها والاخذ بها حرصا على سلامتها . والحصول على افضل النتائج .

مستحضرات التجميل يفضل استخدامها لاختفاء تصبغات الجلد والندبات وافضلها الأنواع التي تحتوي على واقى للشمس بدرجة حماية جيدة ويمكن أيضا وضع واقى الشمس قبل مسحوق التجميل

د.سهاد هندي
استشارية الأمراض الجلدية والحساسية والليزر





الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



الجمعية تحت إشراف



الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
Saudi Commission for Health Specialties

This activity/material has been made available via a restricted grant provided to the Saudi Society for Rheumatology by GSK



الجمعية السعودية لأمراض الروماتيزم



اليوم التوعوي
للفراشة الحمّامية
(الذئبة الحمراء)

نصائح لإسلوب المعيشة

مرض الذببة الحمراء مرض مزمن بمعنى مستمر أودائم لذلك يتساءل المرضى ان كان هناك نصائح لاسلوب المعيشة مع هذا المرض , اليكم بعض منها .

- تناولوا حمية صحية: التركيز على تناول نظام غذائي متوازن يشمل مجموعة متنوعة من الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والتقليل من البروتينات والدهون و ممكن تناول الدهون الصحية مثل تلك الموجودة في السلمون و زيت الزيتون. حافظوا على وزن طبيعي صحي..

- توقفوا عن التدخين: قد تتفاقم أعراض الذببة الحمراء إذا دخنتم. ويزيد التدخين من خطر الإصابة بمرض القلب. ويمكن أن يكون التدخين ضاراً بوجه خاص بالنسبة من حيث تقليل فعالية الادوية. لذلك إذا كنت مدخنًا، فمن المهم التوقف في الحال. تحدثوا مع الطبيب عن الأدوات التي يمكن أن تساعدكم في التوقف عن التدخين..

- احموا انفسكم من الشمس: تجنبوا التعرض للشمس لفترة طويلة من الزمن لأن ضوء الشمس يمكن أن يتسبب في طفح حاد بل وقد يتسبب في ارتفاع في نشاط المرض بشكل عام. إذا كنتم ستبقون في الخارج لفترة ليست بالقصيرة ينصح باستخدام الكريمات الواقية و ارتداء الملابس الواقية من اشعة الشمس. الجلد يصنع فيتامين د عندما يتعرض للشمس , لذلك من المهم أن تأخذوا ملحقات فيتامين د . للتأكد من أنكم تحصلون على ما يكفي من ذلك استشيروا طبيبك.

- حافظوا على نشاطكم: إن البقاء نشيطاً في إطار تمرين روتيني يساعدكم على الحفاظ على المرونة ويعزز شعوركم العام بالرفاه. و من الثابت أن التمارين ذات الجهد المعتدل يمكن أن تساعد في تعزيز قوة و مرونة العظام والعضلات ومن الأمثلة على التمارين المعتدلة التي يمكنك القيام بها السير والسباحة. قبل أن تبدأوا ممارسة التمارين الرياضية، احصلوا على موافقة طبيبك.

- لا تجهودوا أنفسكم بدنيا او نفسيا نحن جميعًا نتعامل مع الإجهاد، ومن المهم إدارته لأن الإجهاد قد يؤدي إلى تفاقم أعراضكم لذلك كل يوم خذوا بعض الوقت للاسترخاء. يمكنكم القيام بتمارين التنفس أو التأمل العميقة و لا تنسى قراءة القرآن. واعلموا ان الحصول على قدر

كاف من الراحة والنوم أمر مهم. ابتعدوا عن التوتر و عن الافكار المتشائمة كونوا متفائلين و متوكلين على الله..

– علموا انفسكم عن المرض: المعرفة قوة، ليس عليكم أن تتعلموا كل شيء عن مرض الذئبة الحمراء على الفور، ولكن كلما زادت معرفتكم، كلما زاد تمكينكم من تولي مسؤولية رعايتكم لانفسكم والتعرف على الأعراض الجديدة أو غير العادية.

– التماس الدعم: يمكن أن يأتي الدعم بأشكال عديدة. ربما يأتي من أخصائي علاج، أو من مجتمع على الإنترنت من زملاء المرضى الذين يمكنهم التواصل مع بعضهم البعض. وقد يكون من المفيد أيضاً إشراك العائلة والأصدقاء في فهم المرض. العديد من الناس لا يعرفون ما هو مرض الذئبة الحمراء منهم من يعتقد انه مرض معدي وقد يفترضون أنه إذا لم "تظهر مريضاً"، فإنك لا تشعر بالمرض. إن شرح أعراضكم وأدويتكم على مقربين منكم يمكن أن يعزز فهمهم وتعاطفهم بشكل أفضل عندما تضطرون إلى إلغاء الخطط في اللحظة الأخيرة أو على وشك الخروج.

– للمرأة المتزوجة : تحدثي إلى طبيبك إذا كنت تفكرين في الحمل: "إن المرض نفسه يمكن ان ينشط أثناء الحمل و يمكن ان يوءثر على صحتك و صحة الجنين و يعرضك و جنينك لخطر نتائج الحمل السيئة، لذلك يجب التخطيط للحمل ، من حيث السيطرة على نشاط المرض و التأكد من اجراء جميع الفحوصات اللازمة و احيانا تغيير الادوية اللتي تتعارض مع الحمل.

د سامر أبو عجمية
استشاري أمراض الروماتيزم
مستشفى الأمير محمد بن عبد العزيز
المدينة المنورة





الجمعية السعودية
لأمراض الروماتيزم



الجمعية تحت إشراف



الهيئة السعودية للتخصصات الصحية
Saudi Commission for Health Specialties

This activity/material has been made available via a restricted grant provided to the Saudi Society for Rheumatology by GSK