

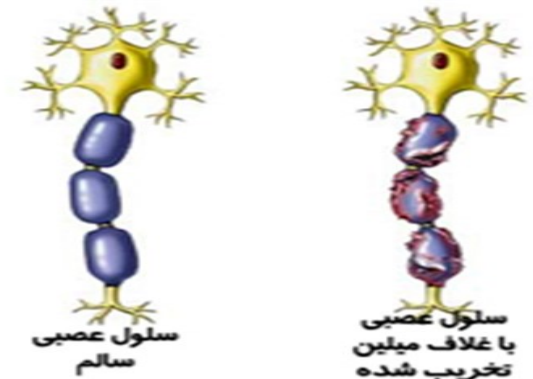
بیماری MS



در این بیماری به دلایلی که هنوز به طور کامل ناشناخته مانده است، قسمت هایی از رشته های

اعصاب آسیب می بینند و در نتیجه پیام رشته عصبی به خوبی منتقل نمی شود. درست مثل اینکه قسمت هایی از سیم کشی برق یک منزل قطع یا اتصالی شده باشد. این بیماری در هر سنی ایجاد می شود ولی به طور معمول اولین علائم خود را در سنین جوانی (۲۰ تا ۴۰ سالگی) آشکار میسازد.

علائم بیماری بسته به محل های درگیری در افراد مختلف و حتی در یک فرد، در زمان های مختلف، متفاوت است و شامل طیف وسیعی از اختلالات حسی و حرکتی نظیر مشکلات چشمی، حرکتی، حسی، اختلال در تعادل، مشکل شنوایی، ادراری و گوارشی و ... میباشد.



علائم بالینی

به طور کلی تظاهر شایع بیماری به صورت شروع ناگهانی در فردی است که از سایر جهات سالم است و دچار حمله حاد کاهش یک طرفه بینایی و حتی نابینایی و یا بی حسی در اندام ها و فلج اندام ها می شود مشکلات بینایی، حرکتی و حسی در فرد

مبتلا به MS می تواند خود را به شکل:

دو بینی، تاری دید، کاهش قدرت بینایی و حتی نابینایی موقت



ضعف در یک یا چند اندام و اشکال در راه رفتن



کرختی، سوزن سوزن شدن و اختلال در احساس وضعیت اندام ها



سایر علائم:

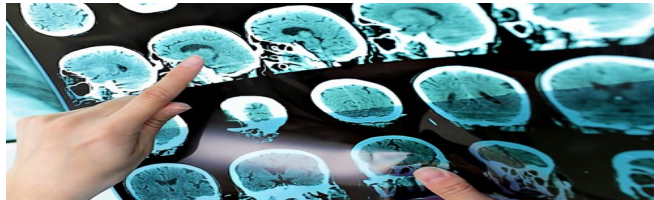
اختلال تعادل، سرگیجه، خستگی، اختلالات ادراری، اختلال تکلم به صورت شل سخن گفتن و اختلالات بلع، دوبینی



علائم معمولاً بدون درد هستند، به طور ناگهانی آغاز می شوند، روزها و هفته ها دوام داشته و سپس به طور نسبی یا کامل از بین می رود و بعد از گذشت یک دوران رهایی حسی، دوباره علائم جدید ظاهر می شود. میزان متوسط حملات بیماری در حدود یک حمله در هر دو سال است که البته از فردی نسبت به فرد دیگر فرق می کند و عده ای از افراد تنها در طول عمر خود یک تا دو حمله بیش تر ندارند.

تشخیص

تشخیص این بیماری به وسیله MRI (ام آر آی) انجام می شود. ضایعات ماده سفید مغز مشاهده شده در MRI (ام آر آی) به همراه علائم بالینی نشانه بیماری مولتیپل اسکلروزیس است



درمان

متأسفانه تا کنون هیچ روش درمانی کامل پزشکی برای ام اس پیدا نشده است اما هر ساله درمانهای جدیدی اضافه می شود. درمان های دارویی برای عدم پیشرفت بیماری و یا کند کردن روند بیماری وجود دارد. فیزیوتراپی نیز در اختلالات حرکتی می تواند به عنوان درمان کمک کننده به کار رود.

خود مراقبتی در بیماران مبتلا به MS

با توجه به این که بیماران دچار مولتیپل اسکلروزیس (ام اس) به علت اختلالات حرکتی و تعادلی اکثراً دچار افزایش وزن و چاقی می شوند توجه بیش تر به سمت رژیم کم کالری و پر از مواد حیاتی (ویتامین و املاح ضروری) به دلیل کاهش تحریک آنان می باشد. در کسانی که مبتلا به اختلالات بلع هستند، بافت غذا باید تعدیل شده و از غذاهای نرم و مغذی و در دفعات زیاد تر و با حجم کمتر استفاده شود.



دانشگاه علوم پزشکی البرز

مرکز پزشکی آموزشی درمانی رجایی

مولتیپل اسکلروزیس (MS)



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش و ارتقاء سلامت

😊 مصرف مواد غذایی حاوی نگهدارنده مثل کنسروها ، مواد غذایی حساسیت زا مثل تخم مرغ و گوجه فرنگی و بادمجان را کاهش دهید .

😊 از مصرف غذاهای پرچربی مثل گوشتهای چرب ، لبنیات پر چرب ، انواع سسهای چرب و غذاهای بسیار شیرین پرهیز کنید . غذاهای شور و پر نمک را به خصوص در صورتی که با داروی کورتون درمان می شوید از رژیم غذایی حذف کنید .

😊 مصرف روغن آفتاب گردان و روغن زیتون به علت مقدار فراوان اسید لینولئیک و هم چنین ویتامین E و سایر مواد مغذی در آن، برای بیماران سفارش شده است .

منبع: بیماریهای اعصاب برونر و سودارث سال ۲۰۱۸

جهت استفاده ار مشاوره مراقبتی درمورد بیماری خودباشماره ۳۴۵۷۰۰۲۹ با داخلی ۴۱۴ یاسایت rajaei.abzums.ac.ir ارتباط برقرار نمایید

😊 در صورتی که فرد غذا را نتواند بجود باید از لوله های مخصوص برای تغذیه استفاده شود.

😊 اگر بیمار با کورتون درمان می شود از مصرف غذاهای با نمک زیاد پرهیز شود.

😊 برای اجتناب از چاقی به دنبال کم تحرکی، وزن را تحت نظر گرفته و از مواد غذایی کم کالری مانند سبزیجات و میوه جات به جای مواد قندی و شیرینی جات و ... استفاده شود.

😊 سبزیجات و میوه جات به ویژه برای بیمارانی که به دنبال بیماری خود دچار یبوست نیز می شوند، حتماً توصیه می شود



😊 از مواد غذایی حاوی میوهها و سبزیجات تازه برگ سبز تیره در رژیم غذایی خود استفاده کنید. انواع ماهی حاوی اسیدهای چرب امگا۳ و امگا۶ را در برنامه غذایی خود قرار دهید . آب و مایعات تازه مانند آب میوه تازه را به میزان کافی مصرف کنید .