



تاری دید و دوبینی از علائم شروع بیماری ام.اس است

عضو انجمن مغز و اعصاب ایران با بیان اینکه علائمی چون تاری دید و دوبینی همراه با دردهای چشمی می‌تواند از علائم اولیه ابتلا به ام اس باشد، به ارائه توصیه‌هایی در جهت زندگی بهتر بیماران مبتلا به ام اس پرداخت.

سلامت نیوز: عضو انجمن مغز و اعصاب ایران با بیان اینکه علائمی چون تاری دید و دوبینی همراه با دردهای چشمی می‌تواند از علائم اولیه ابتلا به ام اس باشد، به ارائه توصیه‌هایی در جهت زندگی بهتر بیماران مبتلا به ام اس پرداخت. دکتر رضا باورصاد شهری‌پور در گفتگو با خبرنگار سلامت نیوز درباره بیماری ام.اس و نکاتی که این بیماران برای زندگی بهتر باید رعایت کنند، گفت: «#171؛ بیماری ام اس بیماری مزمن و التهابی است که سیستم عصبی مرکزی را به طور منتشر درگیر کرده و علائمی چون تاری دید و دوبینی که می‌تواند همراه با دردهای چشمی باشد در شروع این بیماری مشاهده می‌شود.»

وی افزود: «#171؛ از دیگر تظاهرات بیماری، درگیری نخاع است که با درگیری نخاع ناحیه گردن و یا در بقیه قسمت‌های ستون فقرات خود را نشان می‌دهد و به صورت ضعف در اندام فوقانی یا تحتانی، اختلال در راه رفتن و عدم کنترل در دفع ادرار و یا با درگیری مخچه به صورت عدم تعادل می‌باشد.»

به گفته این استادیار دانشگاه جندی شاپور اهواز، از دیگر درگیری‌هایی که در بسیاری از بیماران شایع است اختلال شناختی است که به صورت کاهش حافظه، عدم توانایی در تمرکز در فعالیت‌های روزانه و خستگی مفرط به همراه علائم حسی از جمله احساس گز گز و مور مور شدن در اندام‌های فوقانی و تحتانی و در نواحی صورت بروز می‌کند.

دکتر شهری‌پور درباره انواع مختلف بروز این بیماری اظهار داشت: «#171؛ یکی از فرم‌هایی که بیماری خود را نشان می‌دهد پیش رونده و دیگری حمله‌ای است که حملات ممکن است ظرف 24 ساعت تا چند روز یا یک هفته استمرار پیدا کرده و به مرور علائم کاهش پیدا کند و اگر درمان‌های معمول در فاز حاد صورت گیرد، برطرف شدن و رفع علائم سریع‌تر اتفاق می‌افتد.»

این عضو انجمن مغز و اعصاب ایران یادآور شد: «#171؛ در این بیماری، ماده سفید مغز و سیستم عصبی مرکزی، به نام میلین آسیب می‌بیند؛ در فرم خاصی از ام.اس که متاسفانه در ایران و بخصوص در استان خوزستان در 5 سال اخیر رشد فزاینده‌ای پیدا کرده و چشم و نخاع را درگیر کرده، ممکن است به تناوب با حملات متعدد چشمی و یا افت بینایی پیش‌رونده و عدم توانایی در حرکت اندام به واسطه درگیری در نخاع گردنی و سینه‌ای بروز کند که به عنوان فرم اپتیکو اسپینال ام.اس شناخته شده است.»

این استادیار دانشگاه جندی شاپور اهواز درباره سن شایع ابتلای به این بیماری گفت: «#171؛ سن شایع بین 20 تا 40 سال است و در خانم‌ها شیوعی به مراتب بیشتر از آقایان دارد همچنین این بیماری در دنیا در مناطق سردسیر شیوع بالایی دارد از جمله کشورهای انگلستان و کشورهای اسکاندیناوی.»

وی افزود: «#171؛ این بیماری به طور غیرقابل توجهی در کشور ما نسبت به کشورهای همسایه شیوع بالایی دارد و حدس زده می‌شود که بیش از چهار هزار بیمار مبتلا در سطح کشور داریم که در استان خوزستان بیش از ششصد بیمار به ثبت رسیده که به نظر می‌رسد آمار واقعی بیش از این باشد.»

دکتر شهری‌پور درباره رژیم غذایی این بیماران، گفت: «#171؛ مصرف مناسب و کافی ویتامین‌های لازم، مانند ویتامین‌های C و E و گروه B و املاح معدنی مثل منگنز، منیزیم، مولیبدن، سلنیم و روی نیز در حفظ سلامتی این بیماران ضروری است، این افراد می‌بایست به طور کلی زیاده‌روی در مصرف چربی‌های حیوانی نداشته باشند، چربی‌های امگا 3 و امگا 6 از منابع چربی مفید برای این بیماران است، منبع غذایی اصلی اسیدهای چرب امگا-3 انواع ماهی بخصوص ماهی ساردین و سالمون است و سایر منابع غذایی آن روغن سویا، جوانه گندم، گردو، سبزیجات برگ سبز و روغن کبد ماهی می‌باشد، اسیدهای چرب امگا-6 نیز در روغن‌های غیر اشباع گیاهی مثل روغن ذرت، روغن سویا، روغن بادام زمینی و روغن آفتابگردان موجود است.»

این عضو انجمن مغز و اعصاب درباره محیط زندگی بیمار گفت: «#171؛ با توجه به اینکه سیستم عصبی این افراد نسبت به افراد سالم ضعف دارد توصیه می‌شود در محیط گرم زندگی نکنند و همچنین از انجام فعالیت‌های شدید بدنی که منجر به افزایش درجه حرارت بدن آنها می‌شود خودداری کنند، بهترین ورزش برای این بیماران شنا در آب‌های خنک است و در مجموع با توجه به اینکه سیستم عصبی در زمان‌های مختلف و در مکان‌های مختلف در این بیماری درگیر می‌شود بهتر است با مشاهده کوچکترین علائم جدید به پزشک متخصص مغز و اعصاب مراجعه کنند و هرگونه علامت جدیدی را در سیستم بینایی، حسی، حرکتی و تعادلی پیگیری کنند.»

این استاد دانشگاه ادامه داد: «#171؛ در حال حاضر این تئوری مطرح است که درمان سریع‌تر بیماری می‌تواند از عودهای متوالی

بیماری جلوگیری کند و از پیشرفت بیماری و آسیب بیشتر به مغز و سیستم عصبی بکاهد.»

این متخصص مغز و اعصاب همچنین درباره راه‌های درمانی این بیماری اظهار داشت: «#171; در حال حاضر از درمان‌های ضدالتهابی، مثل کورتون و تنظیم‌کننده‌های سیستم‌های ایمنی مثل گروه اینترفرون‌ها و دسته تضعیف‌کننده‌های سیستم ایمنی استفاده می‌شود که این سه دسته دارویی در کشور ما موجود است و چندین داروی جدید ظرف دو سال اخیر در بازار جهان وارد شده که بعضاً در مرحله تحقیقات هستند.»

دکتر شهری‌پور درباره عوامل موثر در بروز این بیماری گفت: «#171; عوامل مختلفی مثل ژنتیک و همچنین محیط در این بیماری دخیل هستند که مشخص شده در خانواده‌ای که یکی از اعضا به این بیماری مبتلا شده ریسک ابتلا به این بیماری در سایر اعضای خانواده نسبت به دیگر افراد جامعه بالاست و شدت این بیماری هم در میان اعضای یک خانواده متفاوت می‌باشد و این نشان دهنده این است که ژنتیک در بروز این بیماری دخیل است اما ژنی که عامل بوجود آورنده این بیماری است دقیقاً مشخص نشده است.»

وی افزود: «#171; همچنین میزان ابتلای افراد به این بیماری در مناطق سردسیر بالاست و هر چه از استوا به سمت قطب می‌رویم شیوع این بیماری در میان افراد جامعه بیشتر می‌شود و یکی از تئوری‌هایی که در رابطه با عامل بوجود آورنده این بیماری بیان شده وجود تغییرات بسیار در نحوه زندگی و تغذیه مردم در ظرف بیست سال اخیر است و شاید جنگ‌هایی که در برخی مناطق اتفاق افتاده و یا انجام پروتکل‌های جدید در واکسیناسیون و نیز تغییرات آب و هوایی و عفونت‌های ویروسی مثل آنفلوآنزا در چند سال اخیر باعث تشدید بروز این بیماری در میان افراد شده است.»

این عضو انجمن مغز و اعصاب ایران با تأکید بر اینکه «#171; این موارد فقط در حد تئوری است و هنوز اثبات نشده»، اظهار داشت: «#171; آنچه مسلم است در تمامی مناطق دنیا از جمله در ایران، پیدایش نسل‌های جدید از منابع تصویربرداری مغز MRI و نیز وجود حساسیت بیشتر مردم و متخصصین به شناسایی این بیماران، نقش بسزایی در افزایش تشخیص و فزونی آمار مبتلایان به ام اس در دنیا داشته است.»

شهری‌پور درباره زنان مبتلا به این بیماری و بارداری آنها، خاطر نشان کرد: «#171; این بیماری به دلیل نوع عملکرد سیستم ایمنی دخیل در این بیماری، در دوران بارداری در خانم‌ها خاموش است، ولی بعد از زایمان احتمال بروز حملات جدید وجود دارد و بهتر است که خانم‌های جوان مبتلا در همان سال‌های ابتدای ابتلای به این بیماری و به شرط قطع داروهایی که سرکوب‌کننده سیستم ایمنی بدن هستند و تحت نظارت و ویزیت‌های منظم توسط متخصصین مغز و اعصاب و زنان و زایمان دوره بارداری خود را بگذرانند.»