

التهاب روده فراگیر می‌شود

اگر زمانی تصاویر کودکان گرسنه، انسان‌های نحیف و پوست‌های به استخوان چسبیده نماد سوءتغذیه بود، این روزها نوع جدیدی از سوءتغذیه گریبانگیر انسان‌ها شده که اتفاقاً نه ناشی از نداری ...



اگر زمانی تصاویر کودکان گرسنه، انسان‌های نحیف و پوست‌های به استخوان چسبیده نماد سوءتغذیه بود، این روزها نوع جدیدی از سوءتغذیه گریبانگیر انسان‌ها شده که اتفاقاً نه ناشی از نداری که حاصل فراوانی و البته تغذیه ناصحیح است؛ سوءتغذیه‌ای که ره‌آوردش برخی بیماری‌های گوارشی جدید است و در کمال شگفتی، پایگاه شیوعش، طبقات مرفه و بالای اجتماع، «التهاب روده» یک، از همد، بماء، هاست، یک بماء، مزمن، گه‌اش، با منشأ ناشناخته، اما در حال شمع افزایش ...
جام جم سرا:

اگرچه دقیقاً معلوم نیست از کجا پیدایش شده، اما در مورد بعضی ابعادش در میان متخصصان اتفاق نظر وجود دارد، از جمله این‌که شرایط جدید زندگی انسان‌ها شیوعش را تشدید کرده و روزه‌روز تعداد افراد درگیر با آن را بیشتر می‌کند. نرخ شیوع بیماری‌های التهابی روده موسوم به IBD در سال‌های اخیر چنان بوده که ناقوس نگرانی متخصصان و محققان گوارش در کشور به صدا درآمده و محافل علمی به تکاپوی بررسی دقیق‌تر آن افتاده‌اند. از همین رو نخستین کنگره بین‌المللی بیماری‌های التهابی روده به همت بیمارستان فوق‌تخصصی رضوی و با حضور متخصصان برجسته ایرانی و خارجی طی چند روز گذشته در مشهد برگزار شد و در قالب کارگاه و سخنرانی، به ابعاد مختلف این بیماری، از زمینه‌های پیدایش تا مکانیسم‌های درمان پرداخته شد.

بیماری‌های التهابی روده یا IBD چیست؟

IBD یا بیماری‌های التهابی روده به التهاب مزمن تمام یا بخشی از دستگاه گوارش - از دهان تا مقعد - گفته می‌شود. IBD شامل دو بیماری اصلی کرون و کولیت اولسروز است. اولی می‌تواند هر جای دستگاه گوارش را درگیر کند، اما دومی اغلب فقط در روده بزرگ مشاهده می‌شود.

علائم این بیماری با محل دقیق ابتلا به آن ارتباط تنگاتنگی دارد، اما به گفته دکتر حمید اسدزاده متخصص گوارش و دبیر علمی کنگره بین‌المللی بیماری‌های التهابی روده، به طور خلاصه دفع خون همراه با مدفوع، اسهال مزمن، درد و کاهش وزن مهم‌ترین علائم این بیماری است. در مرتبه بعدی اهمیت نیز علائمی همچون تب، خستگی، درد مفاصل، درگیری چشم و پوست و اختلال در رشد و بلوغ کودکان قرار دارد.

درباره علت ایجاد بیماری اگرچه نظرات مختلفی مطرح شده، اما هیچ یک از آنها به طور قاطع مورد پذیرش مجامع علمی قرار نگرفته است اما آنچه مسلم است در ایجاد این بیماری وراثت و مسائل ژنتیک نقش مهمی دارد. سن، نژاد، سابقه خانوادگی، مصرف برخی داروها، مصرف سیگار، مصرف بیش از حد برخی مسکن‌ها و زندگی ماشینی و سبک زندگی مدرن عواملی هستند که بستر مناسبی برای پیشروی این بیماری فراهم می‌کنند.

رفتارهای تغذیه‌ای و عادات‌های غذایی به عنوان عامل تشدیدکننده بیماری و عامل کنترل‌کننده می‌تواند طی فرآیند درمان مطرح باشند. این را پروفسور گابریل بیگانو، متخصص رومانیایی پاتولوژی و محقق ارشد بیماری‌های دستگاه گوارش به خبرنگار جام‌جم می‌گوید.

او که از سخنرانان مدعو به کنگره بین‌المللی بیماری‌های التهابی روده است، ژنتیک را مهم‌ترین عامل ابتلا به این بیماری می‌داند و می‌گوید. 15 درصد مبتلایان بیماری کرون، مشخصاً تحت تاثیر فاکتورهای ژنتیک درگیر این بیماری شده‌اند، افرادی که غالب آنها را جوانان تشکیل می‌دهند.

به گفته این پزشک متخصص رومانیایی، این بیماری بیشتر در طبقات بالای اجتماعی و اقشار مرفه مشاهده می‌شود و در میان کشورها نیز، توسعه‌یافته‌ترها بیشتر در معرض ابتلا به آن هستند. شاید از همین روست که برخی متخصص‌ها، میان سبک زندگی مدرن - با مولفه‌هایی نظیر گرایش به فست‌فودها، تحرک کم، رژیم‌های مملو از چربی‌های اشباع‌نشده - و ابتلا به این بیماری رابطه برقرار می‌کنند، هر چند البته این ارتباط نیز به طور قطع به اثبات نرسیده است.

آمار مبتلایان، در هاله‌ای ابهام

هیچ‌گونه آمار رسمی در خصوص شمار مبتلایان بیماری‌های التهابی روده و نرخ رشد ابتلا به آن در کشور وجود ندارد. این را دکتر اسدزاده می‌گوید و می‌افزاید آنچه درخصوص افزایش ابتلا به این بیماری گفته می‌شود تنها براساس مشاهدات کلینیکی متخصصان مربوط در کشور است. او البته یادآوری می‌کند که بتازگی وزارت بهداشت گروه‌هایی تشکیل داده که بیماری‌ها را ثبت می‌کنند. این کار در صورت تداوم می‌تواند به حصول آمارهای قابل اعتنای رسمی در خصوص بیماری‌های مهم منجر شود. در نبود آمار رسمی قابل اعتنا اما برخی آمارهای غیررسمی وجود دارد، مثل شمار ده هزار نفری افراد مبتلا به این بیماری در کشور که دکتر رضا ملک‌زاده به آن اشاره می‌کند.

وی که رئیس مرکز تحقیقات گوارش و کبد دانشگاه علوم پزشکی تهران است، می‌گوید با بهبود یافتن شرایط اجتماعی و

اقتصادی در کشور روند شیوع به این بیماری رشد داشته است.

روند پیشروی و روش‌های درمان

التهاب روده در ابتدای امر یک بیماری ناتوان‌کننده است، اما در نوع پیشرفته خود می‌تواند حتی به مرگ افراد منجر شود. در خصوص منشأ ابتلا به این بیماری برخی حدسیات درخصوص آلودگی‌های میکروبی نیز مطرح شده، اما دکتر اسدزاده معتقد است، آلودگی‌های میکروبی از قبیل آنچه درباره آلودگی برخی سبزیجات مشاهده می‌شود، ممکن است بیماری را تشدید کند، اما این که میکروب می‌تواند عامل ایجاد این بیماری باشد یا نه، هنوز معلوم نشده است.

او این بیماری را در صورت مراجعه بهنگام به پزشک و مراکز درمانی، قابل کنترل می‌داند، اما این هشدار را نیز می‌دهد که التهاب روده، در صورت پیشرفت می‌تواند به سوراخ شدن روده و حتی مرگ افراد بینجامد. از سوی دیگر این بیماری درمان قطعی ندارد و اغلب روش‌های درمانی نه به درمان کامل که به کنترل علائم بیماری منجر می‌شود، به طوری که پس از کنترل کامل علائم نیز احتمال بازگشت بیماری در درازمدت وجود دارد.

با تمام این اوصاف تشخیص بیماری پس از مراجعه به پزشک و مشخص شدن سوابق ابتلا، از طریق یکی از سه روش آزمایش مدفوع، کولونوسکوپی (مانیتورکردن کل روده بزرگ) یا سیگموئیدوسکوپی (مانیتورکردن قسمت‌های انتهایی روده بزرگ) انجام می‌شود. داروهای مشخصی نیز از قبیل ضد التهاب‌ها و کورتون‌ها برای کنترل آن وجود دارد. کنترل دارویی در خصوص اغلب مبتلایان منجر به نتیجه می‌شود، اما درخصوص تعداد معدودی از مبتلایان ممکن است نیاز به جراحی و خارج کردن بخش ملتهب باشد.

توصیه‌های عمومی و تغذیه‌ای

مانند همه بیماری‌های دیگر تشخیص زودهنگام در کنترل بیماری تاثیر بسزایی دارد. بنابراین در صورت مشاهده هر یک از علائمی که ذکرش رفت، بخصوص دفع خون در مدفوع، به پزشک متخصص مراجعه کنید و تست‌های مربوطه را انجام دهید. از سوی دیگر اگرچه نقش تغذیه به عنوان عامل اصلی ایجادکننده بیماری هنوز اثبات نشده، ولی درخصوص تشدیدکننده بودن آن اتفاق نظر وجود دارد و البته نقش آن در کنترل بیماری محرز است بنابراین، در مصرف فست‌فودها، غذاهای نیمه‌آماده، غذاهای پر از چربی اشباع نشده، غذاهای پرچرب و سوخاری شده، نوشابه‌های گازدار و مواردی از این دست افراط نکنید، ضمن این‌که در صورت ابتلا به بیماری رژیم غذایی خود را با مشورت پزشک معالجتان انتخاب کنید. فراموش نکنید بیماری‌های التهابی روده براحتی قابل کنترل است، اما درصورت بی‌توجهی ممکن است به اتفاقات خطرناکی منجر شوند پس نگران نباشید و از این بیماری‌ها نترسید، اما علائم را جدی بگیرید.