

توصیه های لازم:

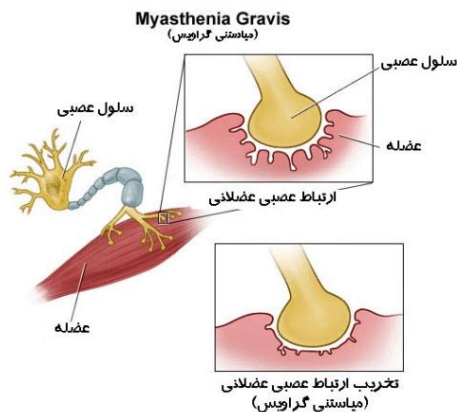
- از انجام فعالیت های طولانی و پی در پی که باعث تضعیف عضلات و خستگی می شود پرهیز کنید و به منظور حفظ قوای خود بین فعالیت ها حتماً استراحت کنید.
- مصرف دقیق و صحیح داروها بسیار با اهمیت است. هر تأخیری در دریافت دارو ممکن است در توانایی بلعیدن یا تنفس اشکال ایجاد کند.
- از مصرف خودسرانه داروهای خواب آور و مسکن های مخدر اجتناب کنید زیرا این داروها می توانند منجر به مشکلات شدید تنفسی شوند.
- یک دستبند تهیه کنید که نشان دهد شما مبتلا به بیماری میاستنی گراو هستید تا در مواقع اورژانسی، کمک کردن به شما آسان تر انجام شود.
- از حضور در جمع های شلوغ و پر رفت و آمد و مواجهه با افراد عفونی و سرما خورده به خصوص در زمستان به دلیل افزایش احتمال ابتلا به عفونت اجتناب کنید.
- از قرار گرفتن در محیط های بسیار گرم خودداری کنید زیرا ضعف شما را بدتر می کند.
- از مصرف غذاهای بسیار گرم اجتناب کنید و قبل از غذا بهتر است استراحت کنید تا ضعف ماهیچه ها کاهش یابد.
- بهتر است از غذاهای نرم که آسان بلعیده می شوند استفاده کنید و هنگام غذا خوردن در حالت نشسته یا نیمه نشسته قرار بگیرید و غذا را کاملاً بجوید.
- از انجام ورزش های سنگین خودداری کنید، راه رفتن به مقدار کم در زمانی که بیشترین انرژی را دارید مثلاً در صبحها یا بعد از خواب ظهر مفید است.
- سیگار را قطع کنید زیرا تنفس شما را مشکل تر می کند.
- انرژی خود را ذخیره کنید مثلاً در حالت نشسته موه های خود را شانه کنید یا مسواک بزنید یا لباس خود را عوض کنید.

منابع:

- 1-Myasthenia gravis available <http://www.mdconsult.com/das/patient/body/327511106-3/1290610632/10084/38919.html> Accessed 2012.
- 2-Smeltzer S, Bare B. Brunner & Suddarth's Text book of Medical Surgical Nursing. (2010). Lippincott Williams &Wilkins 12th Ed



میاستنی گراویس

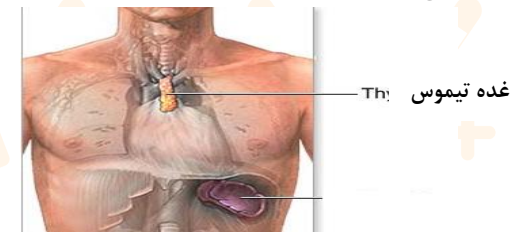


بیمارستان شهدای پاکدشت

میاستنی گراو یک اختلال خستود ایمنی محسوب می شود به این معنی که آنتی بادیها که مسئول عملکرد سیستم ایمنی بدن می باشند بر علیه خود بدن اقدام می کنند. در بیماری میاستنی گراو انتقال پیام از عصب به عضله دچار اختلال می شود و در نتیجه ضعف عضله بوجود می آید. اینضعف ممکن است در یک عضو (مثلا چشم) یا در تمام اعضا ایجاد شود. این بیماری ممکن است در هر سنی رخ دهد اما در بین خانم های جوان در سنین ۴۰-۲۰ سال و آقایان ۷۰-۶۰ ساله شایع تر است.

علل

علت دقیق بیماری شناخته نشده است. در ۸۰ الی ۹۰ درصد موارد آنتی بادی مسئول بیماری در خون وجود دارد و در ۸۰ درصد موارد غده تیموس که در جلوی گردن قرار دارد و وظیفه آن ساختن آنتی بادی است بزرگ شده است.



علائم

- خستگی و ضعف عضلانی که با فعالیت بیشتر و با استراحت کمتر می شود مشخص ترین علامت بیماری است. و باعث اختلال در کارکرد فرد میشود.
- ضعف عضلات چشم که باعث افتادگی پلک و دو بینی (دوتایی دیدن اشیاء) می شود.
- در موارد شدید سختی در تنفس به دلیل ضعف ماهیچه های تنفسی نیز رخ می دهد که می تواند تهدید کننده زندگی باشد و باید بیمار در بیمارستان بستری شود و به دقت تحت کنترل و نظارت تیم درمانی قرار گیرد.

- ضعف ماهیچه های صورت، گلو و گردن که ممکن است باعث اشکال در صحبت کردن، جویدن و بلعیدن شود.
- استرس و عفونت از جمله عواملی است که ممکن است علائم را شدت ببخشد با این وجود زمان هایی نیز وجود دارد که بیمار هیچ علامتی ندارد و اصطلاحاً در دوره بهبودی قرار می گیرد که البته پس از آن ممکن است یک دوره عود علائم وجود داشته باشد.

نکته: ضعف عمومی یا خستگی به تنهایی نمی تواند نشانه وجود میاستنی گراو باشد.

تشخیصی

تشخیص براساس علائم بالینی و انجام چند تست تشخیصی، تأیید می شود:

- ♦ **تست تنسیلون:** دارویی به اسم تنسیلون تزریق می شود؛ این دارو باعث بهبود قدرت عضلانی به طور موقت می شود. پاسخ مثبت به دارو، تشخیص را تأیید می کند.
- ♦ **نوار عصب یا الکترومیوگرافی:** فعالیت اعصاب و عضلات را بررسی می کند.
- ♦ **آزمایشات فون:** جهت بررسی آنتی بادی های موجود در خون انجام می شود که از طریق آن سطح سرمی آنتی بادی ضد گیرنده استیل کولین اندازه گیری میشود.

- ♦ **سی تی اسکن قفسه سینه**

درمان

اگرچه درمان قطعی برای این بیماری وجود ندارد اما با درمان مناسب فرد می تواند بر مشکلات بیماری فائق آمده و کیفیت زندگی نسبتاً مطلوبی داشته باشد. درمان میاستنی به ترتیب زیر می باشد:

دارو درمانی:

- مهارکننده های کولین استراز
- این دسته از داروها عواملی که مانع انتقال پیام از عصب به عضله می شوند را مهار می کنند (این مواد کولین استراز نام دارند) این

داروها با مهارکردن این مواد فرآیند پیام رسانی از عصب به عضله را تقویت کرده و قدرت عضلات را به طور موقت بهبود می بخشند. از جمله این داروها می توان به مستینون (پیریدوستیگمین) و نئوستیگمین اشاره کرد.

– داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی مانند استروئیدها (پردنیزولون)، آزاتیوپرین، سل سیت، ساندیمون و سیکلوفسفامید که مسئولیت سرکوبی سیستم ایمنی و جلوگیری از فعالیت آنتی بادی های خودی را به عهده دارند.

پلاسمافرز (تعویض پلاسما):

پلاسمای بخشی از خون است که حاوی آنتی بادی است در پلاسمافرز، آنتی بادی های مسئول بیماری از پلاسما جدا شده و پلاسمای بدون آنتی بادی جایگزین می شود این روش به طور موقت از شدت علائم بیماری می کاهد.

ایمونوگلوبولین داخل وریدی: نقش آن شبیه پلاسمافرز میباشد.

درمان جراحی:

برداشتن غده تیموس باعث بهبود علائم و طولانی شدن دوره های خاموشی می شود. از آنجائیکه بلافاصله پس از برداشتن غده تیموس هنوز آنتی بادی های مضر در گردش خون وجود دارند مزایای عمل جراحی ممکن است تا ۳ سال بعد دیده نشوند. و این عمل در بیمارانی که شروع بیماری قبل از ۶۰ سالگی میباشد انجام میشود.

عوارض میاستنی گراو

یکی از عوارض مهم بیماری عود آن است که بحران میاستنی نامیده می شود. علائم آن عبارتند از ضعف شدید و عمومی عضلانی، ضعف عضلات صورت و نارسایی تنفسی. یکی از علل عود بیماری عفونت تنفسی می باشد اما علل دیگری مانند مراعات نکردن رژیم دارویی، جراحی، حاملگی و مصرف برخی داروها نیز سبب عود می شوند. این وضعیت باعث نارسایی تنفسی شدید می شود و فرد باید در بخش مراقبت های ویژه بستری و حمایت تنفسی دقیق انجام شود.