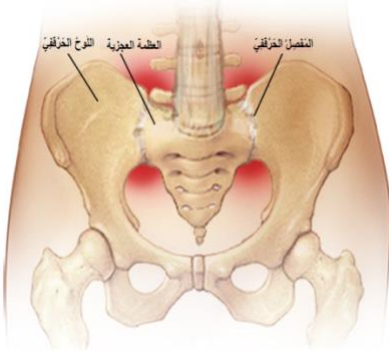


إلتهاب الفقرات التصلبي

➤ ما هو التهاب الفقرات التصلبي؟

- هو مرض روماتيزمي يسبب التهاباً مزمناً في فقرات العمود الفقري و المفصل الحرقفي مسبباً ألماً و تصلباً في أسفل الظهر كما قد يصيب مفاصل أخرى و يؤدي أيضاً إلى التهاب في أماكن التصاق الأوتار بالعظام.
- يصيب التهاب الفقرات التصلبي 0.5% من سكان العالم. غالباً ما يبدأ المرض في مرحلة الشباب وقبل سن الأربعين و يصيب الذكور أكثر من الإناث.



➤ ما هي أسباب التهاب الفقرات التصلبي؟

- إن أسباب حدوث المرض وكيفية تطوره لا تزال غير معروفة، إلا أن إختلال الجهاز المناعي قد يلعب دوراً رئيسياً في نشوء المرض مع وجود عوامل أخرى كالعوامل البيئية و الالتهابات البكتيرية.
- أثبتت الدراسات أن نسبة حدوث هذا المرض تكون أعلى في الأشخاص الذين يحملون العامل الوراثي (HLA-B27)، إلا أن كيفية حدوث ذلك أو ماهي العلاقة بين المرض وهذا العامل الوراثي فلا يزال قيد البحث والدراسة ، و من الجدير بالذكر أن وجود هذا الجين لا يعني ضرورة إصابة الشخص بالمرض المذكور.

• ما هي اعراض مرض التهاب الفقرات التصلبي؟

- آلام و تيبس في أسفل الظهر وتعد هذه الآلام المزمنة من أهم و أول الأعراض التي يشكو منها المريض وتزيد هذه الآلام بعد فترات من الراحة وتقل تدريجياً مع الحركة وقد يشعر المريض بالألم في منطقة الأرداف على جانب واحد أو على كلا الجانبين، وسبب هذه الآلام هو التهاب المفاصل الحرقفيين.



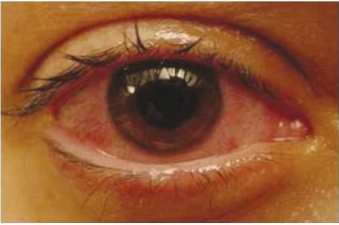
يتكون المفصل الحرقفي عند التقاء عظمة الحرقف
آخر عظام العمود الفقري مع عظمتي الحوض



- آلام في أماكن اتصال الأوتار والأربطة مع العظام و من أشهرها منطقة الكعب.



- آلام و تورم في المفاصل الطرفية وخاصة مفاصل الأوراك و الركبتين و الكاحلين.



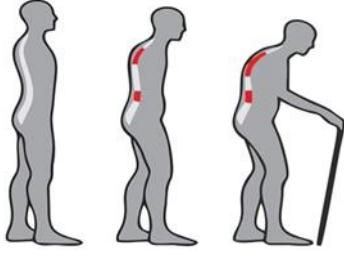
- ألم و إحمرار في العين ناتجاً عن التهاب قزحية العين الأمامي.



- من الممكن أن يصيب التهاب الفقرات التَّصَلُّبي أجهزة أخرى في الجسم مثل الجهاز الهضمي و القلب و الرئتين.

الأعراض مثل الألم والتعب والتيبس تختفي وتعود بين فترة وأخرى لكن معظم المرضى الذين يعانون من التهاب المفاصل الفقارية يعيشون حياة صحية عند التزامهم بالعلاج وبتعليمات الطبيب المعالج.

➤ ما هي مضاعفات مرض إلتهاب الفقرات التصلُّبي؟



- تصلب دائم في الظهر:
بمرور الوقت تؤدي الإلتهابات بمفاصل الظهر إلي حالة من التصلب الدائم في العمود الفقري مما يحد من حركة المصاب و يؤدي الي تحذب مزمن في الظهر.
- حدوث قصور بوظيفة التنفس و ذلك لوجود تصلب بالمفاصل الضلعية الفقرية بالصدر.
- حدوث هشاشة العظام.

➤ كيف يتم تشخيص إلتهاب الفقرات التصلبي؟

قد يتأخر تشخيص إلتهاب الفقار اللاصق عندما تكون الأعراض خفيفة أو عندما يعزو المريض الأعراض التي يعاني منها بالخطأ إلى مشاكل أكثر شيوعاً.



- تشخيص المرض يعتمد على تاريخ المريض و الأعراض الإكلينيكية.
- قد تساعد بعض فحوصات الدم مثل زيادة سرعة ترسب الكريات الحمراء (ESR)، و زيادة بروتين ج التفاعلي (CRP) في تشخيص و متابعة نشاط المرض، إلا أنها قد تكون طبيعية في 50% من المصابين.
- إن الأشعة السينية و الرنين المغناطيسي للعمود الفقري و المفاصل الحرقفية لهما دور هام في تشخيص و متابعة تطور المرض.
- إن الكشف عن وجود العامل الوراثي (HLA-B27) قد يساعد في توجيه الطبيب المعالج للتشخيص.

➤ ما هي أهمية العلاج؟

أثبتت كل الدراسات الطبية العالمية أن العلاج المبكر و الإنتظام به يحقق الأهداف التالية:

- التخلص من عوارض المرض كالآلم و التصلُّب في أسفل الظهر.
- منع المضاعفات التي تؤدي الي تشوه العمود الفقري و الإعاقة الجسدية.
- تحسين نوعية حياة المريض.

➤ كيف يتم معالجة داء إلتهاب الفقرات التَّصَلُّبي ؟

- هذا المرض يعتبر من الأمراض المزمنة، ومن المهم أن يدرك المريض أن العلاج قد يستمر وقتاً طويلاً يحدده الطبيب المعالج.
- يتكون العلاج من شقين:
 - علاج طبيعي/ تاهيلي يساعد على الحفاظ على المفاصل والتخفيف من تصلب العمود الفقري
 - علاج دوائي يساعد على إيقاف نشاط المرض و تخفيف الأعراض.

العلاج الطبيعي



- يلعب العلاج الطبيعي دوراً مهماً في علاج مرض الإلتهاب الفقاري التَّصَلُّبي، ويفضل دائماً بدء العلاج الطبيعي مبكراً وأن يكون بصورة منتظمة، ليحقق أفضل النتائج من حيث الحفاظ على مدى حركة المفصل وقوة العضلات كما أنه يساعد في منع التشوهات المفصليّة.
- تُعد ممارسة الرياضة أحد الأنشطة الأساسية لمقاومة ومنع التيبس، ويجب أن يتم اختيار بعض الرياضات التي لا تسبب أي إجهاد للمفاصل مثل السباحة أو ركوب الدراجات.

العلاج الدوائي

- 1- مضادات الإلتهاب غير الستيرويدية (NSAIDs): هي الأكثر استخداماً في علاج التهاب الفقرات التصلبي. هذه العائلة من الأدوية تشمل عقاقير مختلفة و قد ينصح الطبيب المعالج بالتغير من عقار إلى آخر حسب استجابة المريض.
- 2- العقاقير البيولوجية: (Biological agents) العقاقير البيولوجية هي عقاقير حديثة تستخدم إذا لم يستجب المريض للأدوية السابقة أو عند حدوث مضاعفات جانبية أو موانع لاستعمالها.

من أمثلة العقاقير (Anti-TNF agents)		
اسم الدواء	طريقه الحقن	عدد مرات الحقن
اداليموماب (Adalimuab)	تحت الجلد	مرة كل أسبوعين
انفليكسماب (Infliximab)	الوريد	مرة كل شهرين
إيتانرسيببت (Etanercept)	تحت الجلد	مرة كل أسبوع

- لضمان فعالية الأدوية البيولوجية، يجب مراعاة حفظها في درجة حرارة المبرد (2°C – 8°C) منذ استلامها إلى حين موعد استخدامها.
- هناك أدوية بيولوجية جديدة قد يستخدمها الطبيب المعالج إذا استدعت الحاجة.

3- مشتقات الكورتيزون التي تعطي اما عن طريق الفم أو الحقن في العضلات، و هي تقوم بتنشيط التفاعل الإلتهابي في المفاصل الطرفية كالركبة و الكاحل ولكن تأثيرها محدود في السيطرة على التهابات العمود الفقري.

4- العقاقير المعدلة لطبيعة المرض: (DMARDs) ومن هذه الأدوية: السلفاسالازين و الميثوتركسات و هذه الأدوية تفيد فقط في حالة وجود إلتهابات في المفاصل الطرفية.

➤ نصائح عامة لمرضي التهاب الفقرات النَّصْلَبِي

- الإكثار من تناول الخضار و الفواكه و مشتقات الحليب قليلة الدسم.
- الحفاظ على الوزن الصحي من أجل تقليل الضغط على المفاصل و العمود الفقري.
- بعض العقاقير المعالجة لمرض إلتهاپ الفقرات النَّصْلَبِي آمنة الاستخدام خلال فترة الحمل و الرضاعة و لكن يجب إستشارة طبيب الأمراض الروماتزمية قبل التخطيط للحمل، حيث إن بعض العقاقير المستخدمة لابد من إيقافها قبل بداية الحمل و إستبدالها بعقاقير أخرى.
- الامتناع عن التدخين حيث إنه يزيد من شدة أعراض المرض.
- استخدام المراتب الطبية التي تحافظ على العمود الفقري أثناء النوم.