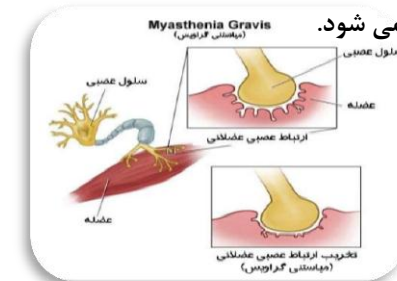


## آنچه شما باید در مورد میاستینی گراو بدانید (Myasthenia- Gravis)



✓

میاستینی گراو یک اختلال خود ایمنی است. به این معنی که سیستم دفاعی بدن به بافت های خودی حمله می کند. علت بروز میاستینی، آسیب دیدن محل های اتصال اعصاب به عضلات است. به همین دلیل پیام های عصبی درست به عضلات منتقل نمی شوند و انقباض عضلات مشکل پیدا می کند. این اختلال منجر به ضعف



عضلات با درجات متفاوت می شود. این بیماری ممکن است در هر سنی رخ دهد، اما در میان خانم های جوان در سنین ۴۰-۲۰ سال شایع تر است،

### علل و عوامل:

علت دقیق بیماری شناخته نشده است. در بعضی موارد به همراه سایر اختلالات خود ایمنی رخ میدهد و در موارد نادر، بیماری در نتیجه تومورهای غده تیموس (که بخشی از سیستم ایمنی محسوب می شود) ایجاد می شود.

به هر علتی که بیماری ایجاد شده باشد اختلال اصلی به دلیل حمله آنتی بادی ها (سربازان دفاعی بدن) به محل اتصال عصب به عضله رخ می دهد. به این ترتیب که فعالیت عوامل شیمیایی (استیل

کولین) که پیام را از عصب به عضله منتقل می کنند دچار اشکال می شود و این اختلال منجر به ضعف در عضلات و کاهش کارایی آنها می شود.

### علائم و نشانه ها:

- ضعف عضلانی مشخص ترین علامت بیماری است. وضعی که با فعالیت بیشتر می شود و با استراحت کمتر می شود.

- مشکلات چشمی از قبیل دو بینی (دو تایی دیدن اشیا) و افتادگی پلک که در ۶۰٪ موارد دیده میشود.

- ناتوانی در انجام فعالیت هایی که نیاز به استفاده از عضلات پا یا بازو دارد مثل بالا رفتن از پله، شانه کردن مو و مسواک زدن.

- به زحمت نفس کشیدن به دلیل ضعف ماهیچه های تنفسی  
- ضعف ماهیچه های صورت و 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 دوره هایی نیز وجود دارد که بیمار هیچ علامتی ندارد و اصطلاحاً در دوره بهبودی قرار می گیرد که البته پس از آن ممکن است دوره عود علائم وجود داشته باشد.

در یک درصد بیماران اختلال در عملکرد سیستم تنفسی به صورت حاد مشاهده می شود که به عنوان کریز میاستینی گراو نامیده می شود و می تواند تهدید کننده زندگی باشد و باید بیمار در بیمارستان بستری شده و به دقت تحت کنترل و نظارت تیم درمانی قرار گیرد، در مواردی ممکن است نیاز به دستگاه تهویه مکانیکی وجود داشته باشد.

همیشه به یاد داشته باشیم: ضعف عمومی یا خستگی به تنهایی نمی تواند نشانه وجود میاستینی گراو باشد.

تشخیص: تشخیص بر اساس علائم بالینی و انجام چند تست تشخیصی تایید می شود.

درمان: درمان قطعی برای این بیماری وجود ندارد. گزینه های درمان در میاستینی گراو به شرح زیر است:

### دارو درمانی:

۱. دارو های مهار کننده کولین استراز به عنوان اولین اقدام درمانی در نظر گرفته می شوند. این داروها فرآیند پیام رسانی از عصب به عضله را تقویت کرده و قدرت عضلانی را بطور موقت بهبود می بخشند. از جمله این دارو ها میتوان به مستینون (پیریدوستیگمین) و نئوستیگمین اشاره کرد.

۲. دارو های سرکوب کننده سیستم ایمنی از جمله استروئیدها (پردنیزولون)، آزاتیوپرین، سیکلوفسفامید جهت سرکوبی سیستم ایمنی و جلوگیری از فعالیت آنتی بادی های خودی به کار می روند.  
۳. پلاسما فرز (تعویض پلاسما): پلاسما بخشی از خون است که حاوی آنتی بادی است. در پلاسما فرز، آنتی بادی های مسئول بیماری از پلاسما جدا شده و پلاسما بدون آنتی بادی جایگزین می شود. این روش بطور موقت از شدت علائم بیماری می کاهد.



### درمان جراحی:

تیمکتومی: برداشتن غده تیموس، از طریق عمل جراحی در موارد خاص می تواند با کاهش فعالیت سیستم ایمنی دخیل در بیماری وضعیت بالینی بیمار را بهبود بخشد.

### توصیه های لازم:

- از انجام فعالیت های طولانی و پی در پی که باعث تضعیف عضلات و خستگی می شود، پرهیز کنید. به منظور حفظ قوای خود، بین فعالیت ها حتما 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.



تجمع بیمارستانی امیراعلم

Amiralam.tums.ac.ir

آموزش به بیمار

## میاستینی گراو



رسد. بیمار باید تشویق شود اتومبیل خود را به پلاکهای مخصوص معلولین مجهز سازد و با این عمل میزان پیاده روی به محل پارک اتومبیل را به حداقل رساند. همچنین فعالیتهای خود را به گونه ای تنظیم کند که همزمان با اوج میزان قدرت و انرژی انجام گیرند.

برای به حداقل رساندن خطر آسیب‌رسانیون زمان صرف غذا را باید مقارن با زمان حد اکثر تاثیر داروهای آنتی کولین استراز انتخاب نمود. به علاوه بیمار به استراحت قبل از هر وعده غذایی تشویق میشود تا بدین ترتیب خستگی عضلانی کاهش یابد. برای سهولت در بلعیدن غذا، بیمار باید در وضعیت قائم و کاملاً صاف نشسته و گردن وی اندکی خم شود. غذاهای نرم و شل راحت تر بلعیده میشوند. اگر به طور مکرر به بیمار حالت خفگی دست میدهد بهتر است مصرف غذاهای پوره شده با قوامی مشابه پودینگ پیشنهاد نمود و دستگاه ساکشن باید در خانه نیز موجود باشد و نحوه استفاده از آن را در بیمارستان یاد بگیرند.

برای اطمینان از مناسب بودن وضعیت تغذیه ای برخی بیماران ممکن است تغذیه از طریق لوله معده ضرورت پیدا کند. افتادگی پلک یک یا هر دو چشم و فلج عضلات چشمی و دوبینی ممکن است ایجاد شود. برای پیشگیری از آسیب دیدگی قرینه وقتی که پلکها نمی توانند به طور کامل بسته شوند، بیمار میتواند برای فواصل زمانی کوتاهی چشمهای خود را با نوار ببندد یا از قطره های اشک مصنوعی استفاده کند. بیمارانی که عینک دارند می توانند -از قلابهای نگهدارنده- برای بالا نگهداشتن پلک استفاده کنند. بستن چشم بند بر روی یک چشم در موارد دو بینی مفید است.

عواملی که سبب تشدید نشانه ها می شوند همچنین علل احتمالی بروز بحران تنفسی باید مورد توجه قرار گیرند. بیمار از عوامل و علل مذکور مثل آشفتگی های روحی، عفونت بویژه عفونت دستگاه تنفس، فعالیت بدنی شدید، برخی داروها و درجه حرارت بالای محیطی باید اجتناب ورزد.

-داروها را همراه با شیر یا یکی از انواع شیرینی جات استفاده کنید.

-از مصرف خودسرانه داروهای خواب آور و مسکن های مخدر اجتناب کنید. زیرا این داروها می توانند مشکلات تنفسی ایجاد کنند.

-در زمان تجویز هر نوع دارو جهت سایر بیماریها پزشک معالج را در جریان بیماری میاستینی گراو خود قرار دهید.

-یک دستبند تهیه کنید که نشان دهد شما مبتلا به بیماری میاستینی 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 اجتناب کنید.

و موضوعات آموزشی برای بیماران عبارتند از: کنترل دارویی، روشهای ذخیره انرژی، راهکارهای کمک کننده در هنگام بروز تظاهرات چشمی، پیشگیری و کنترل عوارض.

کنترل دارویی از جمله ارکان مهم حیاتی روند مداوم و مستمر مراقبت است. درک عملکرد داروها و مصرف به موقع آنها مطابق با برنامه تعیین شده، همچنین پیامدهای ناشی از تاخیر در مصرف دارو و علائم و نشانه های بحران میاستینی تاکید می شود. بیمار می تواند نوسان نشانه ها را در یک دفترچه یادداشت روزانه ثبت نماید و بدین ترتیب بهترین زمان مصرف و دوز روزانه دارو را تعیین کرد. پس از انجام این اقدامات توسط بیماران میتوان برنامه زمان بندی شده مصرف دارو را تغییر داد به گونه ای که بیمار در طول روز از بالا ترین قدرت عضلانی بهره مند باشد. بیماران راهکارهای مربوط به حفظ و ذخیره انرژی را نیز باید یاد بگیرند. بیمار بهترین اوقات استراحت در طول روز را شناسایی نماید. اگر بیمار در خانه ای دو طبقه زندگی میکند میتوان پیشنهاد نمود تا اقلامی که زیاد مورد استفاده قرار می گیرند نظیر وسایل بهداشتی، وسایل شستشو و خوراکیهای مختصر همگی در یک طبقه نگهداری شوند تا بدین ترتیب جابجایی بین طبقات به حداقل