

مولتیپل اسکیزوز

(ام.اس)

دکتر مسعود اعتمادی فر - دکتر احمد جیت سار

اعتمادی فر، مسعود، ۱۳۴۲-

مولتیپل اسکروز(ام.اس) مسعود اعتمادی فر، احمد چیت ساز - اصفهان:
مشل، ۱۳۸۳.

ISBN:964-6602-19-3

۱۲۰ ص

ISBN:964-8342-90-3

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

۱.ام.اس(بیماری).۲.ام.اس(بیماری)- درمان.

الف.رهنما چیت ساز، ۱۳۲۵- ب، عنوان.

۶۱۶/۸۳۴

م ۶ الف/ RC۳۷۷

۴۱۲۴۱- ۸۳ م

کتابخانه ملی ایران



مولتیپل اسکروز(ام اس)



دکتر مسعود اعتمادی فر - دکتر احمد چیت ساز

ناشر:

انتشارات مشعل - انتشارات دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

اصفهان - چهارباغ جنب سینما فلسطین انتشارات مشعل ۲۲۱۳۴۸۶

اصفهان - دانشگاه علوم پزشکی اصفهان ص.پ. ۳۱۹-۸۱۷۴۹ تلفن: ۶۷-۷۹۲۳۰۶۶

چاپ اول: چاپخانه داد- تابستان ۱۳۸۴- تیراژ: ۲۰۰۰

شابک ۳- ۱۹- ۶۶۰۲- ISBN ۹۶۴ شابک ۳- ۹۰- ۸۳۴۲- ISBN ۹۶۴

قیمت: ۱۲۰۰ تومان

کلیه حقوق مادی این اثر برای دانشگاه علوم پزشکی اصفهان محفوظ است

فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	تاریخچه بیماری ام.اس و زمان شناخت این بیماری چگونه است ؟
۱۳	در مبتلایان به ام.اس چه اختلالی در دستگاه عصبی مرکزی بوجود می آید؟
۱۴	علت بیماری ام.اس چیست؟ نقش فاکتورهای محیطی / استعداد نژادی / نقش سیستم ایمنی /
	نقش ارث و فاکتورهای ژنتیکی / نقش ویروس ها
۱۶	نقش سن در بروز ام.اس چگونه است؟
۱۶	نقش جنس در ابتلا به ام.اس چیست؟
۱۷	نقش عوامل اقتصادی اجتماعی در بروز ام.اس چیست ؟

- ۱۷ نقش استرس در ایجاد ام. اس چیست؟
- ۱۸ ام. اس با چه بیماریهایی ممکن است اشتباه شود؟
- ۲۰ آیا فرزندان بیماری که مبتلا به بیماری ام. اس است در آینده دچار بیماری ام. اس خواهند شد؟
- ۲۰ چرا ام. اس در زنان شایعتر است؟
- ۲۱ آیا بیماری ام. اس واگیردار و مسری است؟
- ۲۱ آیا ام. اس یک بیماری کشنده است و آیا میزان مرگ و میر در ام. اس بیشتر از افراد عمومی جامعه است؟
- ۲۱ علت عمده مرگ بیماران ام. اس چیست؟
- ۲۲ آیا کودکان هم دچار ام. اس می شوند؟
- ۲۳ ام. اس چه علائمی ایجاد می کند؟ علائم حرکتی / علائم حسی / علائم بینایی / علائم مخچه‌ای / علائم ساقه مغز و اعصاب کرانیال (جمجمه‌ای) / علائم درگیری سیستم اتونوم (دستگاه خودکار) / علائم روحی روانی / اختلالات شناختی
- ۲۶ آیا احتمال بهبودی کامل ام. اس و بازگشت به حالت قبل از بیماری وجود دارد؟
- ۲۶ سرانجام ام. اس چگونه است؟
- ۲۸ ام. اس چگونه تشخیص داده می شود؟ گرفتن تاریخچه پزشکی و شرح حال / معاینه عصبی / ام. آر. آی (MRI) / پتانسیل‌های فرا خوانده بینایی و شنوایی و حسی / آزمایش مایع مغزی - نخاعی (CSF)
- ۳۰ انواع مختلف بیماری ام. اس از نظر علائم و سیر بیماری چگونه هستند؟
- ۳۱ چه عواملی بیماری ام. اس را تشدید می کنند؟
- ۳۲ ام. اس چگونه درمان می شود؟
- ۳۴ درمانهای پیشگیری کننده از بروز حملات ام. اس چیست؟
- ۳۴ آیا با مصرف داروی بتا اینترفرون بیماری ام. اس کاملاً بهبودی پیدا می کند؟
- آیا مصرف اینترفرون‌ها برای سلامتی بیمار ضرر دارد؟
- ۳۶ در کدام دسته از بیماران مبتلا به ام. اس اینترفرون‌ها را می توان تجویز کرد؟
- ۳۷ آیا تمویض پلاسما در درمان ام. اس مؤثر است؟
- ۳۸ آیا IVIg یا ایمونوگلوبولین وریدی در درمان ام. اس نقش دارد؟
- ۳۸ میتوکسانترون چیست و در چه گروهی از بیماران ام. اس آنرا توصیه می کنید؟

- نقش نانالیزوماب (NATALIZUMAB) در درمان ام.اس چیست؟ ۳۹
- عوارض داروهایی که در درمان ام.اس مصرف می‌شود چیست؟/عوارض داروهای استروئیدی (پردنیزولون)/عوارض بتا اینترفرون‌ها/ عوارض آزاتیوپرین/ عوارض میتوکسانترون/ عوارض آمانتادین/ عوارض تیزانیدین ۳۹
- مردم می‌گویند کورتون عوارض زیادی دارد و من به همین دلیل داروهایم را قطع کرده‌ام، چه کار باید بکنم؟ ۴۱
- آیا استفاده از بتاسرون بهتر است یا آونکس؟ ۴۲
- آیا عوارض بتاسرون و آونکس بیشتر از فواید آنها است؟ ۴۲
- اثرات کورتون در ایجاد پوکی استخوان (استئوپروز) در سیر درمان ام.اس چیست؟ ۴۳
- پیشگیری از پوکی استخوان در ام.اس به چه نحوی می‌باشد؟ ۴۴
- درمانهایی که علائم بیماری ام.اس را تخفیف می‌دهند و یا درمانهای علامتی درام.اس کدام هستند؟ ۴۵
- جهت کاهش خستگی در بیماران مبتلا به ام.اس چه کار می‌توان کرد؟ ۴۶
- آیا در ام.اس اختلالات خواب رخ می‌دهد و جهت اصلاح آن چه اقدامی باید نمود؟ ۴۶
- جهت کاهش دادن افسردگی در ام.اس چه اقدامی باید انجام داد؟ ۴۷
- جهت کاهش سفتی عضلات یا اسپاستیسیتی در ام.اس چه اقدامی می‌شود؟ ۴۸
- درمان ضعف عضلاتی در ام.اس به چه نحوی است؟ ۵۱
- درمان لرزش در ام.اس چیست؟ ۵۲
- درمان سرگیجه در ام.اس چیست؟ ۵۲
- درمان اختلالات ادراری و مشکلات مثانه در ام.اس چگونه است؟ ۵۲
- درمان یبوست و اختلال عملکرد روده در مبتلایان به ام.اس چیست؟ ۵۵
- درمان ناتوانی جنسی در ام.اس به چه شکلی انجام می‌شود؟ ۵۶
- درمان درد در ام.اس چگونه است؟ ۵۷
- فواید درمان علامتی در ام.اس چیست؟ ۵۸
- آیا انرژی درمانی، طب سوزنی، یوگا درمانی و هومیوپاتی در درمان ام.اس مؤثر هستند؟ ۵۹
- تأثیر زهر زنبور عسل در ام.اس چیست؟ ۵۹
- درمان علائم حسی به صورت سوزن سوزن شدن، خواب رفتگی اندام‌ها، بی‌حسی و درد در اندام‌ها چگونه است؟ ۶۱

- درمان احساس ضعف و خستگی ناشی از بیماری ام.اس چگونه است؟ ۶۲
- آیا بیماری ام.اس برحافظه و فراگیری تأثیری می‌گذارد و این مشکلات چگونه درمان می‌شوند؟ ۶۳
- آیا بیمار مبتلا به ام.اس می‌تواند ازدواج کند؟ ۶۴
- نحوه کنترل هیجانات در ام.اس چگونه است؟ ۶۵
- روش‌های تطابق و سازگاری و کنار آمدن بیمار و اطرافیان بیمار با بیماری ام.اس چیست؟ ۶۶
- نحوه پیگیری و مراجعه مبتلایان به ام.اس بایستی به چه نحوی باشد؟ ۶۷
- آیا بیمار ام.اس دچار ناتوانی حرکتی باید استراحت مطلق داشته باشد یا باید او را تشویق به حرکت کرد؟ ۶۷
- نحوه برخورد فامیل نزدیک و اطرافیان فرد مبتلا به ام.اس چگونه باید باشد؟ ۶۸
- آیا در ام.اس مشکلات گفتاری و اختلال تکلم رخ می‌دهد؟ ۶۸
- آیا مبتلایان به ام.اس دچار تشنج می‌شوند؟ ۶۹
- آیا ضربه‌های فیزیکی و مغزی در ایجاد و تسهیل ابتلا به ام.اس نقش دارند؟ ۶۹
- آیا بیمار مبتلا به ام.اس قادر به ادامه کار و شغل خود می‌باشد؟ آیا باید شغل خود را عوض کند؟ ۶۸
- آیا بیمار مبتلا به ام.اس می‌تواند رانندگی کند؟ ۷۲
- بیمار مبتلا به ام.اس بایستی جهت درمان و پیگیری به چه پزشکی مراجعه کند؟ ۷۲
- بیمار ام.اس برای بهبودی از ام.اس خویش چه نقشی می‌تواند داشته باشد؟ ۷۳
- چگونه می‌توان بارعب و وحشت ناشی از نام ام.اس مقابله نمود؟ ۷۴
- تأثیرات نوشیدن مشروبات الکلی در فرد مبتلا به ام.اس چگونه است؟ ۷۵
- آیا فرد مبتلا به ام.اس می‌تواند از مواد مخدر استفاده کند؟ ۷۵
- نقش حشیش در درمان ام.اس چیست؟ ۷۶
- آیا کمبود ویتامین B12 در ایجاد و پیشرفت ام.اس نقش دارد؟ ۷۶
- آیا رژیم غذایی فاقد گلوتن در درمان ام.اس نقش دارد؟ ۷۶
- نقش غذاهای آلرژی‌زا در ام.اس چیست؟ ۷۷
- نقش مصرف ویتامین‌ها و مواد معدنی با مقادیر بالا در ام.اس چیست؟ ۷۷
- آیا کمبود مس در ایجاد ام.اس نقش دارد؟ ۷۸

- ۷۸ آیا افزودنی‌های خوراکی، در ایجاد ام.اس مؤثرند؟
- ۷۸ آیا خام‌خواری موجب ام.اس می‌شود؟
- ۷۸ آیا بین مصرف زیاد شیر گاو به‌ویژه شیر تازه گاو در اوایل زندگی و ابتلاء به ام.اس ارتباطی وجود دارد؟
- ۷۸ نقش سموم (توکسین‌ها) در ایجاد ام.اس چیست؟
- ۷۹ آیا برای بهبودی ضعف و خستگی در مبتلایان به ام.اس مواد انرژی‌زا را توصیه می‌کنید؟
- ۷۹ رابطه ام.اس و انواع رژیم‌های غذایی چگونه است؟
- ۸۲ مبتلایان به ام.اس برای روزه گرفتن چه تکلیفی دارند؟
- ۸۳ نقش ویتامین D در بیماری ام.اس چیست؟
- ۸۳ تأثیر حاملگی بر روند بیماری ام.اس چگونه است؟
- ۸۶ پی‌گیری دارویی در دوران حاملگی، زایمان و پس از زایمان در ام.اس چگونه است؟
- ۸۶ آیا خانم مبتلا به ام.اس که ناخواسته حامله شده می‌تواند سقط جنین کند؟
- ۸۷ آیا روش زایمان (سزارین یا زایمان طبیعی، زایمان با فورسپس) روی روند بیماری ام.اس تأثیر دارد؟
- ۸۷ آیا می‌توان در زمان حاملگی از داروهای رایج در درمان ام.اس استفاده کرد؟
- ۸۸ آیا مادر مبتلا به ام.اس می‌تواند بعد از زایمان طفل خود را شیر دهد؟
- ۸۹ آیا مصرف قرص جلوگیری از حاملگی در ام.اس اشکال دارد؟
- ۹۰ تأثیر قاعدگی و عادت ماهیانه بر ام.اس چیست؟
- ۹۰ تأثیر انواع ورزش بر روند بیماری ام.اس چگونه است؟
- ۹۲ آیا ورزش یوگا برای بهبودی ام.اس مناسب است؟
- ۹۳ مضرات استعمال دخانیات و سیگار برای بیماران ام.اس چیست؟
- ۹۳ آیا جوانی که مبتلا به ام.اس است می‌تواند خدمت سربازی را انجام دهد؟
- ۹۳ در صورتی که بیمار مبتلا به ام.اس نیاز به عمل جراحی و بیهوشی داشته باشد چه اقداماتی را توصیه می‌کنید؟
- ۹۴ در صورت نیاز به اقدامات دندانپزشکی چه توصیه‌هایی به بیماران ام.اس دارید؟
- ۹۴ در محیط‌های گرم بیماران مبتلا به ام.اس چه مراقبت‌هایی را باید انجام دهند؟
- ۹۵ آیا انجام واکسیناسیون را برای بیماران ام.اس توصیه می‌کنید؟

- ۹۶ درمورد ادامه تحصیلات، انتخاب رشته درسی و فعالیت‌های شغلی چه توصیه‌هایی برای بیماران ام.اس دارید؟
- ۹۷ مطلع نمودن بیمار از اینکه مبتلا به ام.اس است و نحوه پذیرش بیمار چگونه باید باشد؟
- ۹۷ طریقه جلوگیری و درمان عوارض ثانویه بیماری ام.اس چگونه است؟
- ۹۹ بیماران ام.اس، جهت جلوگیری از ناتوانی و پیشرفت ضعف اندام‌ها چه کارهایی باید انجام دهد؟
- ۱۰۱ کدام کشور دنیا در خصوص تشخیص و درمان ام.اس پیشرفت بیشتری داشته است و آیا در صورت داشتن امکانات مالی عزیمت به آن کشور را توصیه می‌کنید؟
- ۱۰۲ آیا ممکن است ام.اس بطور کامل بهبود یابد؟
- ۱۰۲ چرا پزشکان داروهای جدیدی که در رسانه‌های ارتباط جمعی و ماهواره‌ها یا در سایت‌های اینترنتی مربوط به ام.اس ارائه می‌شود را تجویز نمی‌کنند؟
- ۱۰۲ در مورد بهبود کیفیت زندگی بیماران ام.اس چه توصیه‌هایی می‌کنید؟
- ۱۰۳ چگونه می‌توان با ام.اس زندگی کرد؟
- ۱۰۴ غیر از مصرف دارو چه کمک‌هایی می‌توان جهت بهبودی بیمار مبتلا به ام.اس انجام داد؟
- ۱۰۴ روش‌های بهبود فعالیت حرکتی در ام.اس چیست؟
- ۱۰۵ راه‌های تقلیل بی حرکتی و سفتی عضلات در ام.اس کدام است؟
- ۱۰۶ راههای بهبود عملکرد حسی و ادراکی در ام.اس چیست؟
- ۱۰۶ درمورد بهبود ارتباط با سایر افراد جامعه چه توصیه‌هایی برای بیماران ام.اس وجود دارد؟
- ۱۰۷ روش بهبود و پیشگیری از زخم بستر در بیماران ام.اس چگونه است؟
- ۱۰۸ نحوه برخورد بیمار با اختلال عملکرد مثانه و مشکلات ادراری در ام.اس چگونه است؟
- ۱۱۰ راههای کنترل یبوست و سایر مشکلات گوارشی در ام.اس چیست؟
- ۱۱۰ توصیه‌های لازم برای بیماران ام.اس جهت استفاده بهینه از محیط زندگی کدامند؟
- ۱۱۲ چه راهنمایی‌ها و توصیه‌های کلی به افراد مبتلا به بیماری ام.اس می‌نمائید؟
- ۱۱۶ سایت‌های اینترنتی معتبر مربوط به بیماری ام.اس کدامند؟
- ۱۱۸ منابع

مقدمه

بدون شک بیماری ام.اس را می‌توان از شایع‌ترین بیماری‌های سیستم عصبی دانست. متأسفانه تعداد زیادی از مردم جهان به این بیماری مبتلا هستند و روز به روز بر تعداد مبتلایان افزوده می‌شود.

در ایران نیز بیماری ام.اس را می‌توان پدیده‌ای نسبتاً جدید محسوب نمود و جامعه ما نیز با موارد زیادی از این بیماری روبرو است. گرچه در سال‌های اخیر فعالیت‌های زیادی در مورد آشنائی با این بیماری، روش‌های تشخیصی و روش‌های گوناگون درمانی در ایران صورت گرفته، لیکن هنوز جامعه ما نیازمند تلاش و کوشش زیادی از یک جهت در رابطه با بهبود وضعیت مبتلایان و از سوی دیگر پیشگیری و بروز موارد جدید بیماری است. آنچه مهم است همگان خصوصاً بیماران ام.اس بدانند آن است که ام.اس یک واژه مخوف و ترسناک نیست. ام.اس را به راحتی می‌توان مغلوب نمود. ترس از ام.اس خود آغاز گردابی است بزرگ که بیمار را در خود می‌بلعد. ام.اس بیماری است که با ترفندهای خاص، اراده، صبر، بردباری، امید و توکل بر خداوند متعال به راحتی می‌توان با آن کنار آمد و از پیشرفت بیماری جلوگیری نمود. چه بسا تعداد

زیادی از بیماران در کشور ما بعد از گذشت سال‌ها بدون هیچ‌گونه ناتوانی در کنار خانواده خود زندگی شیرینی را می‌گذرانند و ام‌اس در سایه اراده استوار آنان به زانو درآمده است.

معمولاً پرسش‌های زیادی از سوی بیماران و خانواده آنها بعد از آشنائی با ام‌اس مطرح می‌شود که پاسخ به آنها می‌تواند راهگشا و برطرف کننده بسیاری از مشکلات آن عزیزان باشد. اینکه بیمار بداند می‌تواند ازدواج کند، صاحب فرزند شود و زندگی زیبایی را برای خود و خانواده اش بسازد، جرقه‌ها و نور امید برای آینده وی روشن خواهد شد. پاسخ به سؤالات مشابه که اکثراً بصورت مشترک از طرف بیماران مطرح می‌گردید انگیزه‌ای شد تا مبادرت به چاپ این کتاب نمائیم. گرچه مجموعه حاضر خالی از نقص نبوده ولی امید ما آن است که مورد استفاده بیماران عزیز واقع شود. بدون شک راهنمایی‌های شما می‌تواند نقائص این مجموعه را برطرف و در چابهای بعدی یاری رسان ما باشد.

به امید آن روزی که ام‌اس از جامعه ما رخت بربندد و عشق و محبت، دوستی، طراوت و شادابی در آن برقرار و نشاط و تبسم بر لب‌های همه ایرانیان نقش بندد.

دکتر مسعود اعتمادی‌فر

دکتر احمد جیت ساز