

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Sayidati
DATE:	12-March-2016
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	30,000
TITLE :	7 unknown facts about asthma
PAGE:	112:114
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

PRESS CLIPPING SHEET



7 حقائق غير شائعة عن الربو

تَكْثِينَ، تَسْمَعِينَ أَرْزِيزَ صَدْرِكَ، وَأَحْيَانًا لَا تَقْوِينَ حَتَّى عَلَى التَّنَفُّسِ!
الربو مرض شائع، يصيب فرداً من بين كل 12 فرداً، ويخبئ الحقائق الآتية غير الشائعة: «

بيروت | سيدتي

PRESS CLIPPING SHEET

1 الربو والحساسية يداً بيد

تبيّن مجموعة من الدراسات، أن ردود الفعل لمثيرات الحساسية، كالصراصير والعثة والغبار والعفن ووبر الحيوان، تقود إلى تهيج مسالك الهواء وتشنجها، مولدة عوارض الربو! وإذا كنت مصابة بالربو، وتلاحظين أن العقاقير التي تتعاطينها لهذه الغاية لا تجدي نفعاً، فهذا يعني أنك تشكين من حساسية غير مكتشفة بعد، منبهة بإحداث ما تقدّم. لذا، ناقشي الأمر، مع طبيبك.

2 يمكن الإصابة بالربو في سنّ متقدّمة

إن اجتياز سن الرشد لا يعفي من الإصابة بالربو! لطالما ساد الاعتقاد أن عوارض الربو تظهر قبل سنّ الخامسة، بيد أن الحقيقة تفيد أنها تواجه المرء في أي سنّ كان. إن بدء الحالة عند الراشد تعود إلى رد فعل تحسّسي لعنصر كيميائي أم أكثر، كما هي حال كرسي المكتب أو مكيف الهواء... علماً أن 15 % من حالات الربو تتصل بآماكن العمل. وكذلك، إن الهرمونات والعوامل الوراثية والبيئة التي يعيش فيها المرء مسؤولة أيضاً.

3 يمكن أن تظهر العوارض عند الحركة

يصرّح أفراد مصابون بالربو أن نوبة الربو «تندلع»، عند ممارستهم الرياضة (الجري أو ركوب الدراجة). بالمقابل، من الممكن مواجهة عوارض الربو عند الحركة، حصراً!

إن شعبي القصبة الهوائية المسؤولين عن إدخال الهواء إلى الرئتين تضيقان عند بذل أي مجهود، ما يقود إلى تشنّج العضلات المحيطة. تتطوّر الحالة المذكورة عند ممارسة الرياضة في مناخ بارد، أي عندما يتنفس الرياضي هواءً أكثر برودة وجفافاً من ذلك المتوفّر في المسالك الهوائية. وهذا يستدعي زيارة الطبيب الذي قد يقترح أخذ بضع نفخات من دواء موسّع للقصبات، قبل الذهاب إلى صف «الزومبا» مثلاً، مع غطاء الأنف والفم بوشاح عند أداء التمرينات في مكان مكشوف.

4 المتلازمة السابقة للحيض مسؤولة أيضاً

تقلّب المزاج وانتفاخ البطن... نوبات الربو؟! إن 40 % من الإناث الشاكيات من الربو تصرّح أن عوارض حالتها المرضية تشدّ قبيل موعد الحيض، حسب دراسة قادها «جورنال تشست». إن الباحثين لا يزالون في طور الكشف عن كنه الأمر، بيد أن دراسة منفصلة تقترح أن التحولات في هرمون «الاستروجين» تتسبّب في تهيج إضافي للمسالك الهوائية.

5 العقاقير المتاحة من غير وصفة تطلق النوبات

تتّهم 10 % من المصابين بالربو، مضادات الالتهاب غير الستيرويدية (الأسبرين) والإيبوبروفين والنابروكسين) بالتسبّب بأزمة الربو لديها، أو بتعميق الأخيرة. في هذا الإطار، من المعلوم أن مضادات الالتهاب غير الستيرويدية تعوق عمل «انزيم» يعزّز من إنتاج الـ«لوكوترين»، وهي مجموعة من المركبات النشطة بيولوجياً، المشتقة من حمض «الأراكيدونيك»، والعاملة على تنظيم التفاعلات الأرجية والالتهابية.

لسوء الحظ، تغيب أي طريقة تتنبأ بالحساسية ضد مضادات الالتهاب غير الستيرويدية قبل حدوثها، لكن عند ملاحظة الحالة يمكن تعاطي الـ«أسيتامينوفين» كبديل لتسكين الصداع أو الألم في العضلات...

6 الإجهاد الانفعالي يقود إلى عوارض الربو

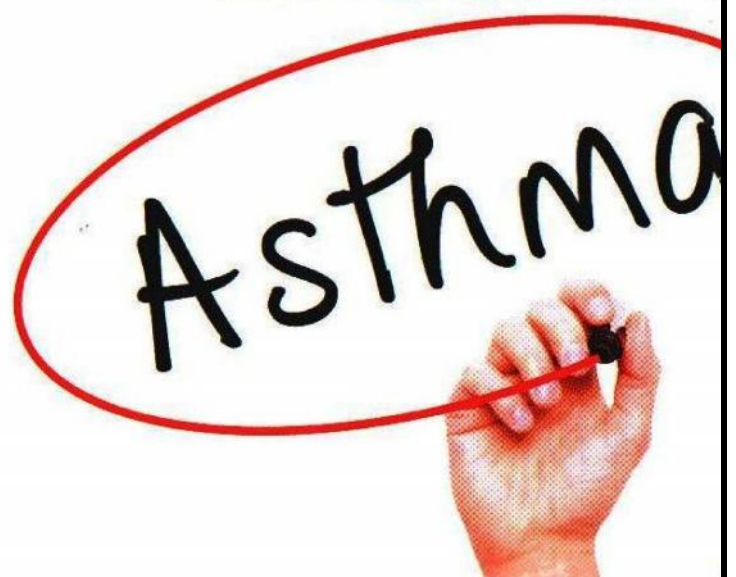
تندلع أزمة الربو، أحياناً، جرّاء الإجهاد. والأخير يثير أحياناً البكاء والكرب وأيضاً التنفس بطريقة غير مألوفة، ما يطبق على العضلات المحيطة بمسالك الهواء، مسبباً عوارض الربو، حسب «جمعية الرئة الأميركية».

7 الربو المصاحب للجزر المعدي المريئي

إن 75 % من الشاكين من الربو تعاني من الجزر المعدي المريئي أيضاً، ولو أن الباحثين يجهلون التداخل بين الحالتين، إلا أن البعض يلوم العقاقير المعالجة للربو في هذا المجال ▶▶



40 % من
الإناث
الشاكيات
من الربو
تصرّح أن
عوارض
حالتها
المرضية
تشدّ
قبيل موعد
الحيض ▶



PRESS CLIPPING SHEET

تعرف البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة السعودية الربو بـ«المرض المزمن الذي يصيب الممرات الهوائية للرئتين، وينتج عن التهاب وضيق الممرات التنفسية؛ ما يمنع تدفق الهواء إلى الشعب الهوائية، ويؤدي إلى نوبات متكررة من ضيق التنفس، مع أزيز بالصدر (صفير بالصدر) مصحوب بالكحة والبلغم بعد التعرض لاستنشاق المواد التي تثير ردود فعل أرجية (حساسية) أو تهيج الجهاز التنفسي. وتختلف هذه النوبات في شدتها وتكرارها من شخص إلى آخر».

ما هي مثيرات الربو؟



إن «الإنفوغرافيك» معربة بتصرف عن «ذا ميدكال سيتي/ المدينة الطبية» بالفلين.

تابعوا المزيد من «الإنفوغرافيك» في قسم الصحة والرشاقة في «سيدتي.نت» www.sayidaty.net