

PRESS CLIPPING SHEET

| | |
|----------------------|---|
| PUBLICATION: | Al Watan |
| DATE: | 23-October-2019 |
| COUNTRY: | Egypt |
| CIRCULATION: | 100,000 |
| TITLE: | 17.3% have migraines in Egypt - Neurologist |
| PAGE: | 04 |
| ARTICLE TYPE: | Agency-Generated News |
| REPORTER: | Mariem El Khatry |
| AVE: | 37,740 |

د. عمرو الحسنى: ٢٥٪ من النساء يصبن بالمرض طوال حياتهن.. والتعرض لـ «الكمبيوتر والموبايل» أبرز الأسباب استشارى مخ وأعصاب: نسبة الإصابة بالصداع النصفى فى مصر تصل إلى ١٧,٣٪ ١٠٪ من سكان العالم بينهم صغار وكبار مصابون به.. ونسبته بين الرجال ٨٪

والسيدات ٥٠,٠٪، أى إنه ينتشر بين السيدات أكثر من الرجال، ووفقاً لما أقره آخر الأبحاث، فإن ٢٥٪ من النساء يعانين منه طوال حياتهن، لتغير معدلات الهرمونات الأنثوية، مقارنة بـ ٨٪ فقط من الرجال.

■ وماذا عن الإصابة به فى مصر؟
- ينتشر بشكل مرتفع، حيث تصل النسبة إلى ما يقرب من ١٧,٣٪.

■ وهل يظل مصاحباً للشخص طوال حياته؟
- ينخفض انتشاره مع التقدم فى العمر، لكن التعرض له يجعله يؤثر على حياة الشخص وأدائه بشكل عام.

■ وكيف يمكن الوقاية من التعرض للإصابة؟
- يفضل عدم النوم لساعات طويلة وتناول الأكل المفيد، وتجنب شرب الحمضيات كعصير البرتقال والليمون قبل الأكل، مع عدم الإكثار من تناول المكسرات وممارسة الرياضة بانتظام، والإقلاع عن التدخين، وذلك لتجنب الإصابة.

غير عادية للصوت والضوء والرائحة، والتعب وفقدان التركيز، وسرعة الانفعال، والتأثؤب المتكرر، وجب الأكل، أما العوامل الذهنية المسببة للصداع فتتمثل فى الاكتئاب، التوتر، الخوف، القلق، وتتمثل العوامل البيئية المسببة فى: الارتفاع عن السطح، التدخين، الأدوار العالية، الكحول، الحمية الغذائية، التغيرات المناخية، كما أن هناك عوامل أخرى مسببة لهذا المرض، تتمثل فى التعرض فترة طويلة لشاشات الكمبيوتر والموبايل، التغيرات الهرمونية، اضطرابات النوم.

■ وما نسبة الإصابة بالمرض على مستوى العالم؟
- يعانى ١٠٪ من سكان العالم من الصداع النصفى، وينتشر بمعدل من ٢ - ٣ بين السيدات مقارنة بالرجال، كما أنه سجل أعلى معدلات انتشار فى الفئة العمرية من ٣٠ - ٣٩ عاماً، فى كل من الرجال بنسبة ٧,٤٪، والسيدات ٢٤,٤٪، كما سجل الصداع النصفى أقل معدلات انتشار فى الفئة العمرية من ٦٠ سنة فما فوق للرجال بنسبة ١,٦٪،

إصابة الأطفال

هناك بعض الأطفال يتعرضون للإصابة بهذا المرض، ويتم التعرف عليه من خلال عدم رغبة الطفل فى التعرض للضوء، مثل شاشة التلفاز، أو الضوضاء، لأن هذه الأشياء تزيد منه، فيبدأ الطفل بالشكوى، وعند التعرف على هذه الأعراض يجب الذهاب فوراً للطبيب المتخصص.

- تختلف العوامل المسببة من شخص إلى آخر، وتتمثل أهم مسبباته الشائعة فى «التعب، التوتر، الرطوبة، سرعة الانفعال، عدم تناول بعض الوجبات، الضوضاء، الأنوار العالية، ألم الرقبة»، وتشمل الأعراض الأخرى «حساسية



قال الدكتور عمرو حسن الحسنى، استشارى أمراض المخ والأعصاب فى مستشفى قصر العينى، إن ١٠٪ من سكان العالم يعانون من الصداع النصفى، مشيراً إلى أن نوبته قد تصل إلى ٧٢ ساعة. وأكد «الحسنى»، فى حوار لـ «الوطن»، أنه وفقاً لآخر الأبحاث، فإن ٢٥٪ من النساء يعانين من المرض طوال حياتهن لتغير معدلات الهرمونات الأنثوية، مقارنة بـ ٨٪ فقط من الرجال.. وإلى تفاصيل الحوار:

■ بداية ما الصداع النصفى؟

- هو اضطراب عصبى معقد، ويُعرف بأنه صداع متكرر مسبب للعجز، وينتج عن توسع شديد فى الأوعية الدموية، وتستمر نوبته من ٤ - ٧٢ ساعة، حيث يشعر المريض بألم نابض، وقد يكون متوسطاً أو شديداً، مع ملازمته لبعض الأعراض، مثل القيء والغثيان والحساسية للأصوات والضوء، وقد يصاحبه غثلة أو وميض بالعين، كما تزداد الإصابة به مع الوقت، فقد يتحول من عرضى إلى مزمن، ويشتمل على

مجموعة من أوجه العجز، حيث إن تكرار زيادة النوبات تصاحبه زيادة فى العجز، وتصاحب الصداع النفسى أعباء عائلية واقتصادية وشخصية، مما يؤدي إلى زيادة تكرار النوبات.

■ وما الذى يؤدي للإصابة؟