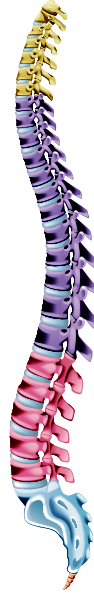




تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster
شركة الصحة القابضة

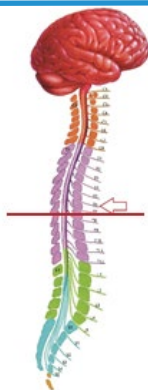


عسر الانعكاسات الذاتية
Autonomic Dysreflexia

ماهي نوبة عسر الانعكاسات الذاتية؟

هي نوبة مرضية حرجة تحدث للأشخاص الذين يعانون من إصابات في الحبل الشوكي (فوق مستوى الفقرات الصدرية السادسة T6).

بما أن الدماغ غير قادر على الاتصال بباقي الجسد، فهو لا يستطيع إرسال إشارة لخفض ضغط الدم عند ارتفاعه بشكل مفاجئ وغير منتظم فيستمر الضغط بالارتفاع إلى درجة خطيرة وإذا لم تعالج هذه الحالة بسرعة قد تؤدي إلى نزيف دماغي أو الموت.



من الضروري معرفة علامات و أعراض النوبة وكيفية التصرف وقت حدوثها والتوجه للطوارئ وإبلاغ طبيبك بها.



مما يتكون الجهاز العصبي اللاإرادي؟

يتألف من مجموعة من الألياف العصبية الموجودة بالحبل الشوكي، والتي تتحكم في موازنة نشاط عدة أعضاء بالجسم مثل :



نبضات القلب



درجة حرارة الجسم



إفرازات الغدد الأخرى



ضغط الدم

يعمل هذا الجهاز بنمطين متعاكسين؛ بحيث يقوم **النمط الأول** بزيادة نبضات القلب ورفع ضغط الدم داخل الأوعية، وذلك عند القيام بنشاط يتطلب جهد جسدي

ويقوم **النمط الآخر** بالمحافظة على هذه الزيادة من أن تكون مبالغة ويعمل على تخفيضها تدريجيًا استجابة للحالة.

ما هي المسببات الأكثر شيوعاً لنوبات عسر الانعكاسات الذاتية؟

1 امتلاء المثانة وفي الأغلب انسداد
القسطرة أو التهاب المثانة

2 الإمساك أو امتلاء الأمعاء

3 حصوات المثانة والكلى والتي من
الممكن أن تسبب التهابات

4 التقرحات السريرية

5 الحروق الجلدية

نمو الأظافر داخل الجلد

6

الكسور تحت مستوى الإصابة

7

كل ما من شأنه أن يسبب ألم في
العادة

8

آلام الدورة والولادة

9

الجماع والقذف

10

ما أعراض نوبة عسر الانعكاسات الذاتية؟

ستساعد معرفتك لأعراض النوبة على الوقاية من تكرارها أو حدوثها، ومن أهمها: **الصداع**؛ فهو دليل على وجوب إفراغ المثانة من البول أو إخراج الفضلات أو إزالة مسبب النوبة وما إن يتم ذلك حتى يختفي الألم. يمكنك التمييز بين الصداع الناتج عن ضغط الدم وبين غيره من أنواع الصداع لأن الأول يخف دائمًا إذا ما اتخذ المريض وضعية الوقوف

يمكن أن تشمل أعراض النوبة :

غثيان



صعوبة في التنفس



آلام الرأس (صداع)



احتقان الأنف



عدم الرؤية جيدًا



شعور شديد بالقلق والتوتر



تعرّق الجلد فوق مستوى الإصاصة



مشاكل في الأمعاء والمثانة



ظهور بقع في الجلد



ارتفاع في ضغط الدم



خفقان القلب



ضعف في نبضات القلب



متى يشكل ارتفاع ضغط الدم خطرا علي؟

في أغلب الأحيان بعد إصابة العمود الفقري، يكون ضغط الدم منخفض عن المستويات المتعارف عليها ولذلك فإنه يتوجب عليك معرفة قياسات ضغطك بعد الإصابة فارتفاع الضغط ولو بشكل بسيط (أي مجرد ارتفاع الضغط الانقباضي ٢٠ درجة فوق الضغط الطبيعي لك) يستدعي العلاج و الانتباه

مثال: تكون لدينا القياسات الطبيعية لضغط دمك حول 100/55 مثلاً وارتفع مستوى الضغط لديك إلى 120/65.

قد لا يثير ذلك اهتمام بعض الممارسين الصحيين ممن ليس لديهم الخبرة في التعامل مع إصابات الحبل الشوكي

تذكر إن حدوث ردة الفعل اللاإرادي للجهاز العصبي الذاتي هو تهديد حقيقي لحياتك وله تبعات صحية



ماذا أفعل عند حدوث نوبة عسر الانعكاسات الذاتية؟

- اطلب المساعدة من أي شخص قريب منك
- حاول الجلوس أو رفع الرأس، لأنه يساعد على انخفاض الضغط
- أزل الملابس الضيقة أو وسعها
- ابحث عن سبب النوبة و حاول إزالته
- افحص ضغط دمك كل دقيقتين
- تأكد من عدم انسداد القسطرة
- أفرغ المثانة من البول، و استخدم الجل المضاف إليه مخدر مثل: مادة الليدوكين
- تحقق من سلامة الجلد أو الأصابع وباطن القدمين في حالة وجود قروح

في حال ظهرت أعراض النوبة، توجه إلى أقرب طوارئ و إن اختفت الأعراض



يمكن أن تؤدي حالة عسر الانعكاسات الذاتية إلى نوبات مرضية والسكتة الدماغية أو الموت

كيف أقي نفسي من نوبات عسر الانعكاسات الذاتية؟

1 قس علاماتك الحيوية: عدد نبضات القلب، ضغط الدم، درجة حرارة الجسم، معدل الأكسجين في الدم.

2 تأكد من عدم انسداد أو التواء أو ضغط على القسطرة الدائمة.

3 التزم ببرنامج التفريغ اليومي عند استخدام القسطرة المتكررة.

4 إذا كنت تتحكم في خروج البول، تأكد من خروج كمية كافية و استخدم القسطرة للتأكد من عدم امتلاء المثانة مرة أخرى.

5 احرص على أن يكون كيس البول دائما فارغا أو غير ممتلئ.

6 حافظ على برنامج إخراج فضلات الجسم بشكل منتظم.

7 تأكد من عدم وجود احتباس للبول في المثانة وعدم وجود إمساك.

8 احرص على أخذ ملابس إضافية و أدوات القسطرة عند الخروج من المنزل.

9 تأكد من أن ملابسك غير ضيقة.

10 تأكد من عدم وجود علامات احمرار أو تشققات في جلدك.

11 حافظ على الفحص الدوري عند الطبيب و سجل عدد مرات حدوث النوبة وإبلاغه بذلك.

تذكرا!



تعتبر حالة عسر الانعكاسات الذاتية حالة طبيّة طارئة
مهددة لحياة الشخص المصاب بالفقرة الصدرية
السادسة وما فوق

من أهم علامات حالة عسر الانعكاسات الذاتية



عدم انتظام في
ضربات القلب



ارتفاع مفاجئ
في ضغط الدم



تعرّق فوق مستوى
الإصابة



صداع حاد

قد تحدث حالة عسر الانعكاسات الذاتية عند حدوث أي
ألم شديد أو حالة طارئة تحت مستوى الإصابة؛ كـ
مشاكل التحكم في الإخراج بالمثانة أو الفضلات،
انسداد القسطرة، امتلاء الأمعاء، الملابس الضيقة أو
تقرحات الجلدية

يتضمن العلاج الطارئ للنوبة

- اجلاس المريض عند القدرة أو رفع رأسه لأن ذلك يساعد على انخفاض الضغط
- خلع أو توسيع الملابس الضيقة
- البحث عن السبب وغالباً تتركز في مشاكل المثانة، الأمعاء، أو سلامة الجلد

في حال استمرار الحالة الرجاء استخدام العلاجات الموصوفة لهذه الحالة أو التوجه لأقرب مركز طوارئ



من المهم التعرف على الطرق الوقائية لحالة عسر الانعكاسات الذاتية وهي

المحافظة على صحة المثانة والانتظام على عدم امتلائها واستخدام الخيار المناسب لإفراغها من قبل الطبيب المعالج

المحافظة على عدم امتلاء الأمعاء بالفضلات والانتظام على برنامج تنظيم الاخراج اليومي

المحافظة على سلامة الجلد وعدم تعرضه للتقرحات

لأن الوعي وقاية

إدارة التثقيف الصحي

قسم التثقيف الصحي

HEM1.18.000470

R2-CCCM-CPAVA- 280425- AA