

## بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی  
درماتی گیلان

مرکز آموزشی-درمانی پورسینا



MULTIPLE SCLEROSIS  
AWARENESS

مراقبت از بیماران ام اس

(انچه همراهان باید بدانند)



تهیه و تنظیم: فاطمه صمدی

زیر نظر سوپروایزر آموزشی

زمستان ۹۵

## بیماری MS چیست ؟

یک بیماری دستگاه عصبی مرکزی بوده  
و در این بیماری پوشش محافظ اعصابی  
که در داخل مغزو نخاع قرار دارند تخریب  
می شود

علامیم حسی: ازدست رفتن حس قسمتی از بدن  
یا احساسات غیرطبیعی مثل سوزش-  
گزگز و مورمور شدن

علامیم بینایی: کاهش دید یک چشم-دوبینی

علامیم حرکتی: ازدست رفتن قدرت یک اندام-یک نیمه  
بدن یا ازدست رفتن قدرت-عدم تعادل در راه رفتن

سایر علامیم: اختلال ادراری و عملکرد جنسی-سرگیجه-  
خستگی-خستگی اختلال شناختی

شما دوست عزیز مبتلا به ام اس،  
اگر مشکل راه رفتن دارید بدانید که:

مشکلات راه رفتن و حفظ تعادل یکی  
از مشکلات رایج در بیماری ام اس  
است که ممکن است درجائی از سیر  
بیماری گریبان گیر فرد مبتلا شود. این  
مشکلات می توانند به چند دلیل  
بروز نمایند:

ضعف حرکتی و سفتی عضلانی و  
نقایص حسی و خستگی باشد .

## نکات مهم در مراقبت از MS بیماران :

۱- استفاده از داروهای مناسب برای  
رفع خستگی، سفتی عضلانی زیر نظر  
پزشک معالج گرچه علاجی برای ام  
اس وجود ندارد، اما "داروهای  
تغییر دهنده سیر بیماری" وجود دارند  
که می توانند فراوانی و شدت حملات ام  
اس را کاهش دهند. مصرف این  
داروها می تواند میزان آسیب به مغز و  
نخاع در طول زمان را کاهش دهد و  
جلوی پیشرفت معلولیت را بگیرد تجویز  
دوزهای بالای داروهای کورتونی  
هنگام بروز حمله بیماری می تواند  
زمان حمله را کوتاه کند. داروهای  
بسیار دیگری هم برای کنترل علائم  
آزارنده ام اس مانند اسپاسم عضلانی،  
بی اختیاری ادراری، و درد وجود  
دارند.



۲- اغلب مشکلات راه رفتن، با استفاده از تمرینات فیزیوتراپی و کار درمانی قابل بهبود هستند.

۳- افرادی که دچار ضعف عضلانی و مشکلات در راه رفتن می باشند با کسب آموزش با استفاده از وسایل کمکی همچون واگرو عصا به راه رفتن خود ادامه دهند.

۴- کار درمانی می تواند در تقویت عضلات و هماهنگی در فعالیت های روزانه موثر باشد

۵- با توجه به مشکلات خستگی ضروری است در انجام فعالیت ها زمان برای استراحت نیز در نظر گرفته شود

۶- به منظور فعال بودن ذهن ضرورت مصاحبه با دوستان، دیدن فیلم، مطالعه، حل جدول، حفظ شعر مورد نظر قرار گیرد.

۷- در استفاده از استخر و یا دوش گرفتن دمای آب ولرم باشد

۸- سطوح زمین و فرشهای موجود در خانه مورد توجه قرار گیرد تا موجب زمین خوردن بیمار نگردد.

۹- مشکلات کنترل ادرار تاثیر بدی بر روی مردان و زنان مبتلا به ام اس دارد خوشبختانه تغییر در شیوه زندگی مانند دفعات زمان نوشیدن مایعات و استفاده از دارو کمک کننده هست

۱۰- صحبت کردن با مشاور باعث حمایت از بیمار میشود

۱۱- حدود نیمی از مبتلایان به ام اس دچار شکلی از درد می شوند که یا ناشی از ایجاد مدار کوتاه در دستگاه عصبی است یا به علت اسپاسم و کشیدگی عضلانی رخ می دهد. پزشکان برای تسکین این درد ممکن است از داروهای ضدافسردگی و ضدتنشج (که خواص ضد درد هم دارند) استفاده کنند. داروهای مسکن و داروهای ضداسپاسم نیز ممکن است مورد استفاده قرار گیرند. درد عضلانی این بیماران اغلب به خوبی ماساژ درمانی و فیزیوتراپی هم تسکین پیدا میکند.



اغلب بیماران ام اس طول عمر طبیعی یا نزدیک به طبیعی خواهند داشت. با اینکه این بیماری ممکن است راه رفتن یا انجام برخی از کارها را مشکل کند، همیشه به معلولیت شدید منتهی نمی شود

بسیاری از مبتلایان به ام اس با وجود درمان های موثر، شیوه های توانبخشی، وسایل کمکی فعال باقی می مانند، به شغل شان ادامه می دهند و می توانند از زندگی خانوادگی و فعالیت های محبوب شان لذت ببرند.

درمان های دارویی شامل سه رویکرد:

الف- درمان های علامتی: داروهای برای کاهش خستگی-درد-گرفتگی عضلانی- مشکلات ادراری-افسردگی وجود دارد که باتجویز پزشک و مصرف آن ها این علایم کاهش میابند.

ب-درمان علامت حادبیماری که باتجویز کورتون بادوز بالا انجام میشود

پ-داروهای تغییردهنده سیربیماری شامل داروهای خوراکی یا تزریقی هستند که مصرف مداوم آنها باعث کاهش فعالیت بیماری و کاهش بروز حملات بیماری و کاهش ناتوانی و عوارض ناشی از بیماری میشود.