



مرکز آموزشی درمانی حضرت ولی عصر (عج)

خود مراقبتی در بیماری میاستنی گراو



واحد آموزش به بیمار

۱۴۰۳

مرزوی ما سلامت روز افزون شما

آدرس : زنجان - بالاتر از میدان ولیعصر - مرکز آموزشی
درمانی حضرت ولیعصر (عج)

تلفن : ۰۲۴-۳۳۷۷۰۸۰۱-۹

وب سایت: www.valiasr.zums.ac.ir

آدرس پست الکترونیک: z.valiasrhospital@yahoo.com

دورنگار: ۰۲۴-۳۳۷۷۰۷۵۷

نکته:

در صورت افتادگی پلک با استفاده از نوار چسب به فواصل کوتاه چشم ها را باز نگهدارد و برای پیشگیری از آسیب قرنیه اشک مصنوعی استفاده نماید. جهت کاهش اثر نور درخشان بر چشم از عینک آفتابی استفاده شود و در صورت دوبینی بطور متناوب هر ۲-۴ ساعت یک چشم با استفاده از پوشش محافظ بسته شود.

میاستنی گراو چیست؟

یک نوع بیماری خودایمنی است که در آن آنتی بادی علیه گیرنده استیل کولین عمل می کند و باعث کاهش تعداد گیرنده های استیل کولین در محل اتصال عصبی- عضلانی شده و انتقال عصبی- عضلانی در عضلات ارادی را مختل می کند. در 75% غده تیموس غیر طبیعی است

دوره بیماری متغیر است و دوره های تشدید و تخفیف رخ می دهد. دوره تشدید می تواند در نتیجه عفونت، استرس، قاعدگی، هورمونها، برخی داروها (پنی سیلین و جنتامایسین) و قرار گرفتن طولانی مدت در معرض نور خورشید ایجاد شود.

علائم و نشانه ها:

شامل ضعف مفرط و پیشرونده عضلانی و خستگی پذیری آسان است که با فعالیت تشدید شده و با استراحت رفع می شود.

ضعف عضلانی در عضلات چشم و صورت و حلق و دستها و بازو نسبت به پاها بیشتر است و در انتهای روز به حداکثر می رسد. ضعف عضلانی عضلات دیافراگم و عضلات بین دنده ای ممکن است باعث ایجاد اختلال تنفسی شود.

علائم درگیری شایعتر شامل دوبینی و افتادگی پلک، قیافه خواب آلود(شبیه ماسک)، تمایل به باز ماندن دهان به علت ضعف عضلات صورت، اختلال در صدا و صدای تودماغی، اشکال در تلفظ کلمات و اختلال در جویدن و بلع می باشد.

تشخیص:

- با استفاده از یکنوع آزمون به نام ، آزمون تنسیلون (تزریق ادروفونیوم) که بهبود قدرت عضلات صورت و بهبود افتادگی پلک ۳۰ دقیقه بعد از تزریق، نشانه مثبت بودن تست است. جهت کنترل عوارض جانبی این دارو (کاهش تعداد ضربان قلب ، تعریق و گرفتگی عضلانی) باید آمپول آتروپین در دسترس باشد.

- آزمایش تجزیه سرم از نظر وجود آنتی بادی ضد گیرنده استیل کولین، گرفتن نوار عضله و بررسی هدایت عصبی همچنین سی تی اسکن و ام آر آی قفسه سینه جهت بررسی غده تیموس و ارزیابی همزمان وضعیت تیروئید ضروری است.

درمان:

- ۱- دارویی
- ۲- تعویض پلاسمای خون (پلازما فرز)
- ۳- اقدام جراحی: برداشتن تیموس
- ۴- درمان در شرایط اورژانسی : حفظ راه هوایی، ساکشن ترشحات، اکسیژن تراپی و در صورت لزوم لوله گذاری داخل تراشه و تهویه مکانیکی در بخش مراقبت های ویژه

آموزش خودمراقبتی به مددجو:

الف) فعالیت:

- خودداری از انجام فعالیت های تکرار و طولانی مدت که باعث ضعف و خستگی میشود.
- انجام فعالیت و استراحت بطور متناوب
- انجام فعالیت مطابق با سطح تحمل و در زمان برخورداری از بالاترین سطح انرژی یعنی یک ساعت پس از مصرف داروها
- حفظ انرژی توسط مددجو: در طی حمام یا دوش گرفتن بر روی چهارپایه بنشینند و یا وسایل مورد نیاز روزانه در دسترس و نزدیک خود قرار دهد.
- قبل از احساس خستگی فعالیت های خود را متوقف نماید.

ب) رژیم غذایی:

- ✓ قبل و بعد از صرف غذا استراحت کند.
- ✓ ۱-۵/ ساعت بعد از مصرف داروها غذا را میل نماید.
- ✓ در هنگام غذا خوردن: حالت نشسته و گردن کمی به جلو متمایل شود.
- ✓ استفاده از غذاهای نرم مثل پوره سیب زمینی و ...

- ✓ برای صبحانه غذای پر کالری مصرف شود زیرا نیروی عضلانی در صبح بیشتر است.
- ✓ اگر بیمار مشکل در بلع دارد از مصرف غذاها و نوشیدنی هایی که تولید بزاق را تحریک می کنند(مثل شیر) خودداری نماید.
- ✓ اجتناب از مصرف الکل زیرا احساس ضعف را افزایش میدهد.
- ✓ خوردن غذاهای گرم می تواند به بلع آسان کمک کند.
- ✓ اگر بیمار قادر به خوردن غذای کافی نیست از رژیم پر کالری استفاده شود.

توصیه درمورد داروهای مصرفی:

- مصرف داروها طبق دستور پزشک
- با ایجاد عواملی مثل استرس جسمی و عاطفی، عفونت، قاعدگی و جراحی ممکن است نیاز به افزایش میزان دارو باشد. در این صورت با پزشک مشورت شود.
- جهت کاهش عوارض گوارشی دارو را همراه غذا مصرف نماید.
- رژیم غذایی پر پروتئین و در صورت تجویز پزشک مولتی ویتامین و آهن مصرف شود.
- به دلیل مستعد بودن به ابتلا به عفونت، از تماس با افراد سرماخورده و حضور در محیط های شلوغ خودداری شود.
- در صورت بروز زردی در داخل چشم و پوست به پزشک مراجعه شود.
- از مصرف داروهای بدون نسخه پزشک مانند آنتی بیوتیک، داروهای قلبی- عروق و داروهای ضد تشنج که می تواند منجر به تشدید بیماری گردد خودداری شود.