



❖ فعالیت

در زمان ابتلا به این بیماری لازم است فعالیت خود را به صورت زیر تنظیم نمایید:

✓ بالا و پایین شدن شدت علائم از روزی به روز دیگر در این بیماری شایع است و باید یک برنامه استراحت زمانبندی شده همراه با پرهیز جدی از خستگی و گرما تنظیم شود.

✓ از انجام فعالیتهای طولانی و پی در پی که باعث تضعیف عضلات و خستگی میشود پرهیز کنید.

✓ به منظور حفظ قوای خود بین فعالیتهای حتما استراحت کنید.

✓ از انجام فعالیت در آفتاب یا هوای سرد اجتناب کنید.

✓ در انرژی بدن صرفه جویی کنید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

در این بیماری رژیم خاصی نیاز نیست ولی:

✓ اگر در جویدن و بلعیدن دچار اختلال شوید، ممکن است لازم باشد از غذاهای نرم استفاده کنید.

✓ سعی کنید از غذاهای سالم استفاده کنید.

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ اگر دارای علائم واضح میاستنی گراو باشید.

✓ در صورت بروز اختلال در بلع یا تنفس

✓ **تست تنسیلون**: دارویی به نام تنسیلون به بیمار تزریق میشود؛ دارو به طور موقت باعث برگرداندن قدرت عضلانی میشود. پاسخ مثبت به دارو، تشخیص را تایید میکند.

✓ آزمایش الکترومیوگرافی یا نوار عصب و عضله (EMG): با استفاده از این روش، پتانسیل الکتریکی سلول عضلانی را اندازه گیری میکنند و اختلال در انتقال عصب به عضله را تشخیص میدهند.

✓ سی.تی.اسکن: برای تشخیص غده تیموس غیر طبیعی و یا وجود تومور در غده تیموس به کار میرود.

✓ آزمایش عملکرد ریوی: قدرت تنفس را اندازه گیری میکند.

❖ درمان

✓ داروهای مهار کننده استیل کولین مانند نتوستگمین برای بازگردان عملکرد طبیعی عضله، مقدار بیش از حد دارو ممکن است خود باعث ضعف شود.

✓ داروهای کورتونی هم در مواقع تشدید علائم بیماری به کار گرفته میشوند و عموماً پاسخ خوبی به همراه دارند.

✓ پلاسمافرز: پلاسما بخشی از خون است که حاوی آنتی بادی است در پلاسمافرز، آنتی بادیهای مسئول بیماری از پلاسما جدا شده و پلاسمای بدون آنتی بادی جایگزین میشود. این روش به طور موقت از شدت علائم بیماری میکاهد.

✓ جراحی در زمانی که غده تیموس سرطانی باشد.



میاستنی گراو

مرکز آموزشی درمانی آیت الکاظمی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار ۹-۳۲۲۶۴۸۲۵-۳۸

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار

کد: PE/NUR-KH-01-19

❖ شرح بیماری

میاستنی گراو یک بیماری خود ایمنی است یعنی سیستم ایمنی بدن، به اشتباه سلولهای سالم را هدف قرار میدهد و به آنها آسیب میرساند. پیامهای عصبی در طول عصب حرکت میکنند تا به عضله برسند. سلولهای عصبی به سلولهای عضلانی متصل نیستند. فضای ما بین این دو را ماده انتقال دهنده عصبی-عضلانی به نام استیل کولین پر کرده است. در بیشتر بیماران مبتلا به میاستنی گراویس، گیرنده های استیل کولین در محل اتصال عصبی-عضلانی تخریب میشوند و از انقباض عضلانی جلوگیری میکنند و منجر به ضعف عضلات بدن میشوند.



❖ علائم

از علائمی که پیش از بروز این بیماری در فرد میتوان مشاهده نمود به موارد زیر میتوان اشاره کرد:

✓ ضعف عضلانی مشخص ترین علامت بیماری است، وضعی که با فعالیت بیشتر میشود و با استراحت کمتر میشود.

✓ افتادگی یک یا هر دو پلک و تاری دید و دوبینی در نتیجه ضعف عضلات کنترل کننده چشم

✓ اختلال بلع

✓ عدم تعادل در راه رفتن و ناتوانی در انجام فعالیتهایی که نیاز به استفاده از عضلات پا یا بازو دارد مانند بالارفتن از پله، شانه کردن مو و مسواک زدن

✓ ضعف بازوها، دستها، انگشتان، ساق پا و گردن

✓ تنگی نفس و به زحمت نفس کشیدن به دلیل ضعف ماهیچه های تنفسی

✓ ضعف ماهیچه های صورت، گلو و گردن که ممکن است باعث اشکال در صحبت کردن، جویدن و بلعیدن شود.

✓ خستگی عضلانی مزمن

❖ علل شایع

از عللی که موجب بروز این بیماری میشود میتوان به موارد زیر اشاره نمود:

✓ عامل اصلی اختلال خود ایمنی است.

✓ تومور غده تیموس

❖ عوامل خطر

✓ سابقه خانوادگی این بیماری یا سایر بیماریهای خود ایمنی

✓ سابقه بروز برخی سرطانها، به خصوص سرطان تیموس و ریه، در نوزادان و شیرخواران

✓ خستگی و استرس

✓ بعضی داروها مانند کلسیم و منیزیم

✓ بیماری تبار و گرمای زیاد

✓ برخی آنتی بیوتیکها

❖ عوارض احتمالی

به دنبال این بیماری ممکن است عوارض زیر در فرد مشاهده گردد:

✓ ورود غذا به راههای تنفسی و احساس خفگی در اثر اختلال بلع

✓ فلج عضلات تنفسی

✓ عوارض بی حرکتی

❖ تشخیص

پزشک جهت تشخیص این بیماری اقدامات زیر را انجام میدهد:

✓ اولین قدم برای تشخیص شامل: بررسی وضعیت سلامتی فرد و معاینات بدنی و عصبی میباشد.

✓ آزمایش خون: جهت بررسی آنتی بادیهای موجود در خون انجام میشود