

مشكلات الجهاز العصبي



مرض ألزهايمر

- يكشف فحص أدمغة المتوفين المصابين بالمرض عن وجود تشابكات ليفية عصبية في أنسجة المخ تحيط بتجمعات صلبة وغير طبيعية من البروتين.

تفسير الحالة

تتشكل هذه التجمعات من البروتين في الفراغات بين الخلايا العصبية مما يعيق التواصل بينها ويؤدي إلى موتها بمرور الوقت.

آلية حدوث الضرر (السبب)



يُعد التقدم في العمر أحد العوامل الرئيسة للإصابة

عامل الخطر



فقدان الذاكرة والنسيان

الأعراض



صعوبة في التركيز والتفكير والاستيعاب

على الرغم من عدم وجود طريقة فاعلة للوقاية إلا أن الآتي يساعد في تقليل احتمالية الإصابة والحفاظ على صحة الدماغ :

1. اتباع نظام غذائي متوازن وصحي (غني بالفواكه والخضروات)

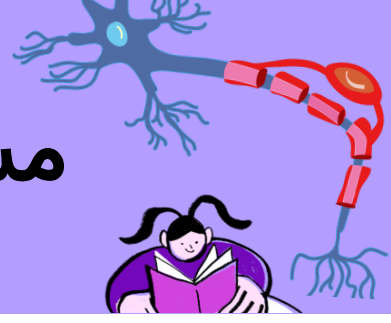
2. ممارسة التمارين الرياضية بانتظام

3. الإقلاع عن التدخين

نص الكتاب للتأكيد

يكشف فحص أدمغة الأفراد الذين يُتوفون وكانوا مصابين بمرض ألزهايمر وجود تشابكات ليفية عصبية في أنسجة المخ تحيط بتجمعات صلبة وغير طبيعية من البروتين، تتشكل هذه التجمعات في الفراغات بين الخلايا العصبية، مما يعيق التواصل بينها ويؤدي إلى موتها بمرور الوقت. ويُعد التقدم في العمر أحد العوامل الرئيسة للإصابة بهذا المرض، ومن أعراضه: فقدان الذاكرة والنسيان، وصعوبة في التركيز والتفكير والاستيعاب. وعلى الرغم من عدم وجود طريقة فاعلة للوقاية من المرض، فإن بعض العادات الصحية قد تساعد في تقليل احتمالية الإصابة به، منها: اتباع نظام غذائي متوازن وصحي غني بالفواكه والخضروات، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام، والإقلاع عن التدخين للمحافظة على صحة الدماغ والجهاز العصبي

مشكلات الجهاز العصبي



الشلل الدماغي

اضطراب عصبي ناتج عن تلف أجزاء معينة من الدماغ أثناء نمو الجنين ، وقد يحدث هذا التلف قبل الولادة، أو أثناءها أو في مرحلة الطفولة المبكرة

التعريف /السبب



- نقص الأكسجين أثناء الولادة
- العدوى الفيروسية

عوامل الخطر

قد ينتج عن عدة عوامل منها

1. عدم التوازن في الأطراف
2. صعوبة في التحكم بالحركات
3. مشكلات في النطق

الأعراض

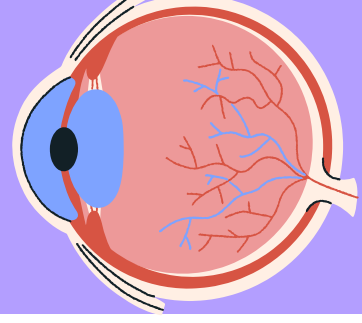
لا يوجد علاج شافٍ لهذا المرض، ولكن يمكن تخفيف أعراضه وتحسين جودة حياة الشخص المصاب من خلال :

1. استخدام بعض أنواع الأدوية
2. الخضوع لجلسات العلاج الطبيعي (لتعزيز الحركة والتوازن)

نص الكتاب للتأكيد

اضطراب عصبي ناتج عن تلف أجزاء معينة من الدماغ أثناء نمو الجنين ، وقد يحدث هذا التلف قبل الولادة أو أثناءها أو في مرحلة الطفولة المبكرة . وقد ينتج عن عدة عوامل، منها: العدوى الفيروسية، أو نقص الأكسجين أثناء الولادة . ومن أعراضه: عدم التوازن في الأطراف، وصعوبة التحكم بالحركات، ومشكلات في النطق . لا يوجد علاج شافٍ لهذا المرض، ولكن يمكن تخفيف أعراضه وتحسين حياة الشخص المصاب باستخدام بعض أنواع الأدوية، والخضوع لجلسات العلاج الطبيعي لتعزيز الحركة والتوازن .

مشكلات المستقبلات الحسية



فقدان السمع

هو فقدان جزئي أو كلي للقدرة على سماع الأصوات

التعريف

الأسباب

1. قد يكون خلقياً
2. أو ناتجاً عن التقدم في العمر
3. أو الشيخوخة
4. أو الإصابة بالأمراض
5. أو التعرض للضوضاء العالية

آلية حدوث الضرر او السبب

يرجع سبب فقدان السمع إلى خلل في الخلايا الشعرية داخل الأذن التي ينتج عنها تكوين جهد الفعل الذي ينتقل مع العصب السمعي للدماغ

مواقع الخلل

قد ينتج عن خلل في أحد أجزاء الأذن الخارجية أو الوسطى أو الداخلية (كالقوقعة) أو العصب السمعي

الوقاية

1. استخدام سماعات الأذن الواقية عند تشغيل الآلات الصاخبة بشكل منتظم
2. الابتعاد عن استخدام سماعات الأذن المرتبطة بالهاتف أو غيرها من الأجهزة الكهربائية

العلاج

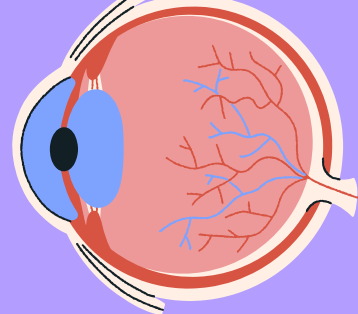
في بعض الحالات يمكن اللجوء إلى زراعة القوقعة الصناعية للمساعدة على استعادة السمع

نص الكتاب للتأكيد

هو فقدان جزئي أو كلي للقدرة على سماع الأصوات. وقد يكون خلقياً أو ناتجاً عن التقدم في العمر والشيخوخة، أو الإصابة بالأمراض، أو التعرض للضوضاء العالية. ويرجع سبب فقدان السمع إلى خلل في الخلايا الشعرية داخل الأذن التي ينتج عنها تكوين جهد الفعل الذي ينتقل مع العصب السمعي للدماغ، وقد ينتج عن خلل في أحد أجزاء الأذن الخارجية أو الوسطى أو الداخلية كالقوقعة أو العصب السمعي. وللوقاية من هذه المشكلة يمكن استخدام سماعات الأذن الواقية عند تشغيل الآلات الصاخبة بشكل منتظم، ويُنصح بالابتعاد عن استخدام سماعات الأذن المرتبطة بالهاتف أو غيرها من الأجهزة الكهربائية، وفي بعض الحالات يمكن اللجوء إلى زراعة القوقعة الصناعية للمساعدة على استعادة السمع



مشكلات المستقبلات الحسية



قصر النظر

التعريف

حالة شائعة تظهر فيها الأشياء البعيدة غير واضحة؛ بسبب تكون الصورة أمام الشبكية

الأسباب

1. زيادة تحدب العدسة
2. نتيجة لعوامل وراثية
3. نتيجة لعوامل بيئية مثل الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية

الأعراض

1. الرؤية الضبابية للأشياء البعيدة
2. الصداع
3. إجهاد العين

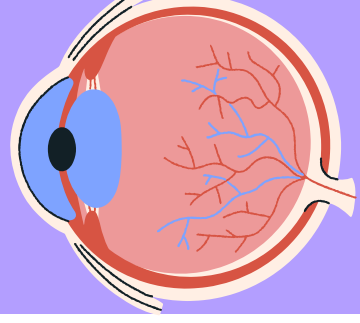
التصحيح

- استخدام النظارات الطبية، مع الحرص على :
1. الإضاءة الجيدة
 2. مسافة مناسبة عند القراءة أو عند استخدام الأجهزة الإلكترونية

نص الكتاب للتأكيد

حالة شائعة تظهر الأشياء البعيدة غير واضحة بسبب تكون الصورة أمام الشبكية، وتحدث لأسباب مختلفة، مثل زيادة تحدب العدسة، أو نتيجة لعوامل وراثية أو بيئية مثل الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية، ومن أعراضها: الرؤية الضبابية للأشياء البعيدة، والصداع، وإجهاد العين. ويمكن تصحيحه باستخدام النظارات الطبية، مع الحرص على الإضاءة الجيدة، ومسافة مناسبة عند القراءة أو استخدام الأجهزة الإلكترونية.

مشكلات المستقبلات الحسية



التهاب الاذن الدافلية

1. ألم في الأذن
2. الشعور بالدوار (الدوخة) التي قد تؤدي الى السقوط على الارض
3. احمرار في غشاء طبلة الاذن
4. التهاب في الحلق

الأعراض

نوع المرض

طرق العدوى

- معدى
1. الاتصال المباشر بالمريض
 2. استعمال ادواته

ملاحظة : كتاب الانشطة والتمارين صفحة 13

نص الكتاب للتأكيد

ما سبب شعور سالي بالدُّوار؟

سالي فتاة صغيرة تبلغ من العمر 9 سنوات، أخبرت الطبيب أنَّ أذنها تؤلمها، وأنها تشعر بالدُّوار؛ ما سبَّب سقوطها على الأرض أكثر من مرَّة في أثناء سيرها. وقد كشف فحص القناة السمعية الخارجية لأذنها عن احمرار في غشاء طبلة الأذن وتورُّمها، إلى جانب التهاب في الحلق.

1. أصف أكثر الطرائق احتمالاً لعدوى سالي بمُسبَّب المرض والتراكيب المصابة في هذه الحالة.

1. عن طريق الاتصال المباشر بمريض، أو استعمال أدواته.

2. أشرح سبب شعورها بالدُّوار، وسقوطها مرارًا في أثناء سيرها.

2. بسبب التهاب الأذن الداخلية.

مشكلات الجلد



الأكزيما

مرض جلدي ناتج عن التهاب الجلد، وحساسية الجلد الشديدة التي تكون في أغلب الأحيان لأسباب وراثية

التعريف والسبب

1. يصبح الجلد متهيّجاً ومثيراً للحكة
2. جفاف الجلد واحمراره
3. ظهور تشققات على الجلد

الأعراض

يمكن أن تظهر في مناطق مختلفة من الجسم، مثل الوجه والأطراف

مناطق الظهور

يمكن أن يحدث في أي مرحلة عمرية
(توضيح : يعني ممكن ف اي عمر يصاب الانسان في الاكزيما ولا يشترط في عمر محدد)

الفئة العمرية

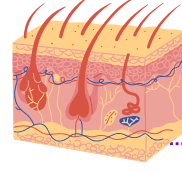
1. استخدام المراهم العلاجية أو كريمات الترطيب
2. اتباع عادات العناية بالبشرة للتخفيف من الحكة والوقاية من انتشار المرض إلى مناطق جديدة

العلاج والوقاية

نص الكتاب للتأكيد

مرض جلدي ناتج عن التهاب الجلد، وحساسية الجلد الشديدة التي تكون في أغلب الأحيان لأسباب وراثية، بحيث يصبح الجلد متهيّجاً ومثيراً للحكة، ومُحمرّاً وجافاً لدرجة ظهور تشققات على الجلد. تظهر الأكزيما في مناطق مختلفة من الجسم كالوجه والأطراف، ويمكن أن تحدث الأكزيما في أي مرحلة عمرية. وتستخدم بعض المراهم العلاجية أو كريمات الترطيب واتباع عادات العناية بالبشرة للتخفيف من الحكة والوقاية من انتشار المرض إلى مناطق جديدة من الجسم.

مشكلات الجلد



سرطان الجلد

السبب الرئيس التعرّض للأشعة فوق البنفسجية، سواء من الشمس أو من مصادر أخرى

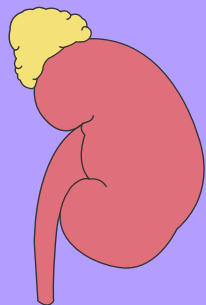
آلية حدوث الضرر تؤدي الأشعة فوق البنفسجية إلى تلف الحمض النووي في خلايا الجلد، مما يسبب انقسامها ونموها بشكل غير منتظم (DNA)

- طرق الوقاية**
1. تجنّب التعرّض لأشعة الشمس لفترات طويلة، خاصة خلال أوقات الذروة
 2. ارتداء ملابس طويلة الأكمام واقية
 3. استخدام مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس

نص الكتاب للتأكيد

يُعد التعرّض للأشعة فوق البنفسجية، سواء من الشمس أو من مصادر أخرى، أحد العوامل في خلايا (DNA) الرئيسة للإصابة بسرطان الجلد. إذ تؤدي هذه الأشعة إلى تلف الحمض النووي الجلد، مما يسبب انقسامها ونموها بشكل غير منتظم، ومن ثم تحدث الإصابة بسرطان الجلد بأنواعه المختلفة. وللوقاية من ذلك يُنصح بتجنّب التعرّض لأشعة الشمس لفترات طويلة، خاصة خلال أوقات الذروة، بالإضافة إلى ارتداء ملابس طويلة الأكمام واقية، واستخدام مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس.

مشكلات جهاز الغدد الصم



اضطرابات الغدة الدرقية

فرط نشاط الغدة الدرقية

السبب :

افراز الغدة الدرقية كمية زائدة من هرموناتها

الأعراض :

1. تسارع ضربات القلب والخفقان
2. فقدان الوزن غير المبرر
3. الشعور بالقلق والعصبية
4. التعرق المفرط

قصور الغدة الدرقية

السبب :

انتاج الغدة الدرقية كمية غير كافية من هرموناتها

الأعراض :

1. التعب
2. الزيادة في الوزن
3. جفاف الجلد
4. الإمساك

طرق الوقاية :

يُنصح بتناول الأطعمة الغنية باليود باعتدال
وتجنب التدخين

اضطرابات الغدة الدرقية Thyroid Disorders

ومنها:

فرط نشاط الغدة الدرقية Hyperthyroidism: يحدث عندما تفرز الغدة الدرقية كميات زائدة من هرموناتها، مما يؤدي إلى ظهور مجموعة من الأعراض التي تختلف من شخص لآخر، مثل: تسارع ضربات القلب والخفقان، والشعور بالقلق والعصبية، والتعرق المفرط، وفقدان الوزن غير المُبرَّر.

قصور الغدة الدرقية Hypothyroidism: الذي يحدث عندما تنتج الغدة الدرقية كمية غير كافية من هرموناتها. ومن أعراض هذا الاضطراب: التعب، وزيادة الوزن، وجفاف الجلد، والإمساك. وللوقاية من اضطرابات الغدة الدرقية، يُنصح بتناول الأطعمة الغنية باليود باعتدال، وتجنب التدخين.

نص الكتاب للتأكيد

مشكلات جهاز الغدد الصم



قصور الغدة الكظرية الأولي

اضطراب يحدث عندما تفشل الغدة الكظرية في إنتاج الكميات الكافية من هرموني الكورتيزول والألدوستيرون (اللذين يؤديان دوراً مهماً في تنظيم ضغط الدم، وتنظيم مستويات السكر في الدم، واستجابة الجسم للتوتر)

التعريف



1. آلام المفاصل والعضلات
2. انخفاض الوزن

الأعراض

لا توجد طرق وقاية مباشرة، ولكن إجراء الفحوصات الدورية، وتقليل الإجهاد، والحفاظ على نمط حياة صحي يساعد في تقليل المخاطر

طرق الوقاية

ملاحظة :

يُعرف أيضًا باسم مرض أديسون

نص الكتاب للتأكيد

(Primary Adrenal Insufficiency) قصور الغدة الكظرية الأولي:

يُعرف أيضًا باسم مرض أديسون، وهو اضطراب يحدث عندما تفشل الغدة الكظرية في إنتاج الكميات الكافية من هرموني الكورتيزول والألدوستيرون، اللذين يؤديان دوراً مهماً في تنظيم ضغط الدم، ومستويات السكر في الدم، واستجابة الجسم للتوتر. وتشمل أعراض المرض: آلام المفاصل والعضلات، وانخفاض الوزن. وعلى الرغم من عدم وجود طرق وقاية مباشرة، فإن إجراء الفحوصات الدورية، وتقليل الإجهاد، والحفاظ على نمط حياة صحي قد يساعد في تقليل المخاطر.