

# التصلب المتعدد (MS): دليل سريع



التصلب المتعدد (MS) هو حالة مزمنة تصيب الجهاز العصبي المركزي، وتقوم بتعطيل تدفق المعلومات بين الدماغ والحبل الشوكي. ولإزالة سبب التصلب المتعدد غير معروف. حيث إنها حالة فردية، وتختلف أعراض التصلب المتعدد بشكل كبير من شخص لآخر. ولا يوجد علاج للتصلب المتعدد، ولكن التشخيص المبكر والعلاج ضروريان لتحسين الصحة والعافية على المدى الطويل وتقليل تكرار الانتكاسات.

01

## التصلب المتعدد (MS):

### انتشار التصلب المتعدد

المشهد العالمي

عاماً 32

يمكن أن يؤثر التصلب المتعدد على الأفراد في أي عمر، ولكن متوسط عمر التشخيص عالمياً هو 32 عاماً. على الصعيد العالمي، يؤثر التصلب المتعدد على 0.13 إلى 0.6 طفل ومراهق لكل 100.000 سنوياً.<sup>4,21</sup>

2.9

زاد انتشار التصلب المتعدد في جميع أنحاء العالم، حيث تم تشخيص 2.9 مليون حالة في عام 2023.<sup>21</sup>

64 / 100 ألف

في أبوظبي تبلغ نسبة الإصابة به 64 لكل 100.000 نسمة.<sup>22</sup>

يتزايد انتشار التصلب المتعدد في منطقة الشرق الأوسط، وتصنف معدلات الإصابة به في دولة الإمارات العربية المتحدة بمتوسطة الخطورة.<sup>4</sup>

7 / 100 ألف

في دبي تبلغ نسبة إصابة المواطنين الإماراتيين به 7 من أصل 100.000 كل عام.<sup>2</sup>

19 / 100 ألف

يقدر عدد المتعايشين مع التصلب المتعدد في الإمارات بحوالي 19 في كل 100000 نسمة، وفقاً لدراسات بين عام 2011 و 2016.

7 / 100 ألف

تم تشخيص إصابة حوالي 7 من كل 100.000 مراهق تتراوح أعمارهم بين 15 و19 عاماً بالتصلب المتعدد.<sup>23</sup>



يتم تشخيص حوالي 75% من المواطنين المصابين بالتصلب المتعدد في عمر أقل من 30 عاماً.<sup>3</sup>

26 عاماً

يتم تشخيص التصلب المتعدد غالباً لدى الشباب، حيث يبلغ متوسط عمر تشخيصه في الإمارات حوالي 26 عاماً.<sup>3</sup>



يتم تشخيص عدد أكبر من الشباب في دولة الإمارات العربية المتحدة بالتصلب المتعدد مقارنة بالمناطق الأخرى.<sup>23</sup>



قد يغادر المتعايشين مع التصلب دولة الإمارات العربية المتحدة للحصول على الرعاية الطبية في بلدانهم الأصلية بسبب تحديات مثل الإعاقة وإمكانية الوصول وتكلفة العلاج.<sup>22</sup>



تؤثر قلة البيانات الشاملة عن التصلب المتعدد على معرفة معدل الانتشار الدقيق له وأعباءه الفعلية.<sup>24</sup>



قد يتم تقدير معدل انتشار التصلب المتعدد بين المقيمين في دولة الإمارات العربية المتحدة بنسب أقل من الواقع بسبب العوائق التي تحول دون الوصول إلى التشخيص.<sup>22</sup>



F

67%

M

33%

تصاب الإناث بالتصلب المتعدد بمعدل الضعف مقارنة بالذكور. وفي الإمارات؛ تمثل الإناث 67% من الأشخاص الذين يتم تشخيصهم بالتصلب المتعدد، في مقابل 33% ذكور.

قد يظهر التصلب المتعدد على شكل أشكال انتكاسية أو تقدمية.

#### التصلب المتعدد التقدمي الأولي

يعرف هذا النوع بالتقدم الثابت للأعراض منذ البداية، بعكس الأنواع التي تحدث فيها الهجمات المفاجئة التي تليها فترات الشفاء.<sup>6</sup>



#### التصلب المتعدد المرتقي الثانوي

يتصف هذا النوع بتدهور تدريجي للأعراض مع مرور الوقت، مع حدوث انتكاسات أقل أو عدم وجود أي انتكاسات على الإطلاق.<sup>6</sup>



#### التصلب المتعدد الناكس

يتضمن فترات من تفاقم الأعراض يتبعها تعافي جزئي أو كامل، وهو أكثر أنواع التصلب المتعدد شيوعًا.<sup>6</sup>



#### المتلازمة المعزولة سريريًا

وتشير إلى النوبة الأولى من الأعراض التي تشابه أعراض التصلب المتعدد، وتدل على احتمال الإصابة بالتصلب المتعدد مستقبلاً، أي أنها تكون مقدمة وليست تشخيصًا نهائيًا.<sup>5</sup>



تحدث الاضطرابات المرتبطة بالمثانة في 80% من الحالات.<sup>10</sup>



يعاني ما يصل إلى 84% من المتعايشين مع التصلب المتعدد من مشكلات في الحركة والتنسيق، ما يمكن أن يؤدي لصعوبة في المشي، وارتفاع مخاطر السقوط، والتعب، وتشنجات العضلات، وقد تؤدي الأعراض للحاجة إلى استخدام كرسي متحرك.<sup>8</sup>



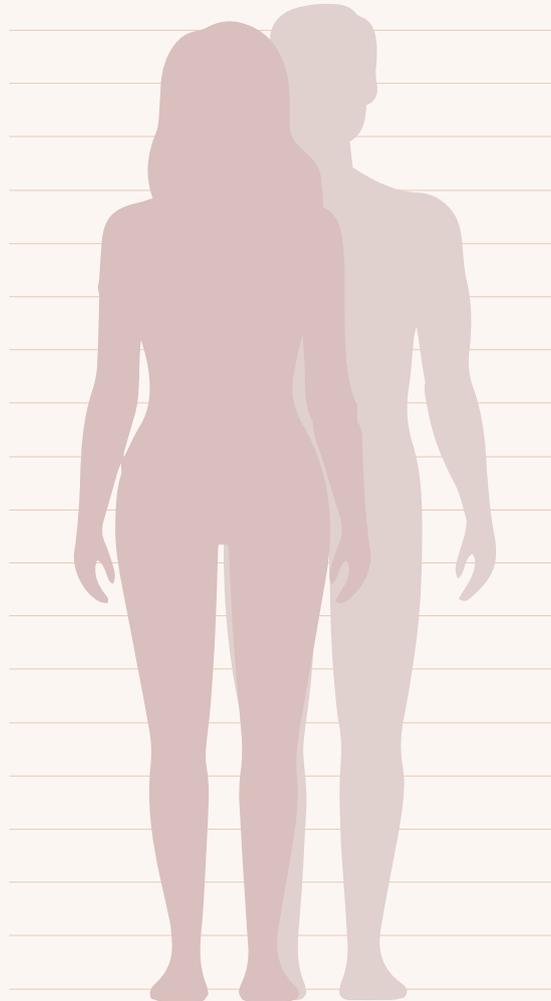
يمكن أن تشمل أعراض التصلب المتعدد مشكلات في الحركة والتنسيق واضطرابات بصرية وحالة إرهاق.<sup>7</sup>



ارتفاع درجة حرارة الجسم يؤدي إلى تفاقم الأعراض في 80% من الحالات.<sup>11</sup>



تحدث مشكلات بصرية في 80% من الحالات.<sup>9</sup>



يمكن أن يؤدي التصلب المتعدد إلى **الاكتئاب والقلق**، لذا ثمة ضرورة للتركيز على دعم الصحة النفسية للمتعايش معه.<sup>15</sup>



يمكن أن تؤثر التحديات التي يواجهها المتعايشون مع التصلب المتعدد **كالألم ومشاكل الحركة** على المهام اليومية مثل المشي والوظائف والأعمال المنزلية.<sup>7</sup>



يمكن أن يؤثر **ضعف العضلات ومشكلات التوازن واضطرابات المشي** على الحركة بصفة عامة، مما يتطلب وسائل للمساعدة والعلاج الطبيعي.<sup>7</sup>



يعاني حوالي 80% من المتعايشين مع التصلب المتعدد من **الإرهاق**، و من اللازم الحفاظ على الطاقة وأخذ فترات للإستراحة.<sup>14</sup>



يمكن أن تؤثر الأعراض المرتبطة بالتصلب المتعدد **على الأداء الوظيفي**، مما يتطلب المرونة والدعم في مكان العمل.<sup>15</sup> **لذا تقل احتمالية توظيف المتعايشين مع التصلب المتعدد**، حتى لو كانت أعراضهم خفيفة.<sup>1</sup>



يعد كل من **الصداع وآلام الأطراف وتشنجات العضلات**<sup>13</sup> من أعراض التصلب المتعدد الشائعة التي تتطلب استراتيجيات فعالة لإدارة الألم.<sup>12</sup>



## الأسباب وعوامل الخطورة

لا يزال سبب التصلب المتعدد غير معروفاً، ولكن عدد من العوامل قد يزيد من احتمالية التشخيص بالتصلب المتعدد.

### فيروس إبشتاين-بار

تشير الأبحاث إلى وجود صلة بين فيروس إبشتاين-بار وبين التصلب المتعدد.<sup>19</sup> ولكننا نؤكد أن التصلب المتعدد ليس معدياً.<sup>18</sup>



### العوامل المتعلقة بنمط الحياة والبيئة

يرتبط انخفاض فيتامين د والتدخين والسمنة بارتفاع خطر الإصابة بالتصلب المتعدد.<sup>17,18,20</sup>



### العامل الوراثي

يزيد معدل الإصابة بالتصلب المتعدد في حال وجود إصابة سابقة به لأحد أفراد الأسرة، ولكن العامل الوراثي ليس هو السبب الوحيد، إذ يلعب نمط الحياة والبيئة دوراً في الإصابة.<sup>16</sup>



