

ما هو مرض النقرس.. أعراضه وأسبابه



ANUH
مستشفى النجاح الوطني الجامعي
An - Najah National University Hospital



ما هو النقرس (Gout)؟

يعد من الأمراض الشائعة وهو نوع من أنواع التهاب المفاصل، يتميز بنوبات ألم حاد فجائية، احمرار وحساسية في المفاصل الناتج عن زيادة حمض اليوريك في مجرى الدم. وفي الماضي كان يطلق على مرض النقرس بأنه "**داء الملوك**" لأن العائلات الملكية أو التي لها أصول نبيلة ممن يتمتعون بالثراء كانت هي العائلات القادرة على تناول الوفير من الأطعمة والكحوليات التي تسبب هذا المرض.

والنقرس هو اضطراب مركب قد يصيب أي شخص، حيث ان الرجال أكثر عرضة من النساء للإصابة بالنقرس، بينما تكون النساء عرضة للإصابة بالنقرس، بشكل خاص، في سن اليأس ("سن اليأس" - Menopause) بعد انقطاع الطمث.

ما أعراض النقرس؟

- تظهر مجموعة من الأعراض ودلالات خاصة على المصابين بمرض النقرس ومنها:
- ألم شديد ومفاجئ في المفاصل، بشكل عام واسباسي يؤثر غالبا على المفصل إبهام القدم، الأطراف، مفصل الرسغ، المرفقين أو الركبتين. يكون الألم في أشد حالاته في الساعات الأربع الأولى ويستمر الألم لمدة 12 ساعة أحياناً.
 - تكون أوقات الشعور بالألم ليلاً، أو في أوقات الصباح الباكر.
 - احمرار، سخونة، انتفاخ للمفصل المصاب.



- تغير في لون الجلد المجاور للمفصل، ليبدو لونه أحمر أو بنفسجي.
- بعد اختفاء الألم الشديد، يبقى هناك شعور بسيط بالألم وعدم الراحة في المفصل المصاب قد يستمر لأيام أو عدة أسابيع.
- صعوبة وألم عند تحريك المفاصل.
- قد يصاب المريض بارتفاع في درجة الحرارة في بعض الأحيان ليشعر بقشعريرة في جسده، يعزى ذلك الأمر لإصابة المفصل بعدوى ويفضل مراجعة الطبيب فوراً عند حدوث أمر مشابه لذلك.

ما أسباب ظهور مرض النقرس؟

يُعد **مرض النقرس** مرضاً معقداً، فالعديد من العوامل يمكن أن تلعب دوراً في الإصابة بهذا المرض. أما عن السبب الرئيسي والمباشر للإصابة بالنقرس فهو ارتفاع نسبة حمض اليوريك (Uric acid) في الدم. ينتج حمض اليوريك عن تكسير مركب البيورين (purine) في الجسم. والبيورين هو مركب طبيعي في جسم الإنسان وليس مركباً مرضياً أو دخلياً على الجسم. ويتواجد البيورين أيضاً في بعض الأغذية التي يتناولها الإنسان، فنجد في أنواع متعددة من الأطعمة مثل اللحوم الحمراء والمأكولات البحرية والبقوليات.



يتواجد حمض اليوريك في الدم، وفي حالته الطبيعية يكون ذائباً فيه. ويتخلص منه الجسم عن طريق الكلى حيث يخرج مع البول. ولكن في حالة تواجد نسبة كبيرة من اليوريك في الدم لا تستطيع الكلى التخلص منه بصورة كافية، فيتراكم حمض اليوريك مشكلاً تكوينات

بلورية حادة في المفاصل والأنسجة الرخوة المحيطة. بها، وكذلك في الكلى مشكلًا ما يُعرف بحصى الكلى التي بدورها تحد من أداء الكلى لوظائفها، مما قد يسبب خللاً كبيراً بها مؤدياً أحياناً إلى الفشل الكلوي.

من بين الأسباب المؤدية للمرض أيضاً:

- **اضطرابات الأيض والدم**، فمن شأن هذه الاضطرابات أن تتسبب في زيادة إفراز الجسم لحمض اليوريك.
- **البدانة**، زيادة الوزن وبخاصة لدى الشباب.
- **العادات الغذائية**، كالإفراط في تناول مأكولات معينة مثل اللحوم والمأكولات البحرية والبقوليات وإضافة الملح بكثرة للطعام. كذلك الإفراط في تناول المشروبات الكحولية والمشروبات المحلاة بسكر الفاكهة.

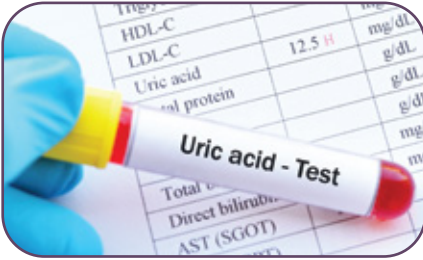


- **العطش وعدم تناول كمية وافرة من الماء**، وكذلك التعرض لفترات كبيرة من الجوع.
- **بعض أنواع الأدوية**، مثل الأدوية المدرة للبول، الأدوية التي تحتوي على مادة الأسبرين. وأيضاً الأدوية الموصوفة للمرضى الذين خضعوا لعمليات زراعة أعضاء.
- في حالات بعض الأمراض الآتية، كقصور الكلى واضطرابات الغدة الدرقية، مرض السرطان والسكري وارتفاع ضغط الدم، فقر الدم وفقر الدم الخبيث.
- وجود تاريخ عائلي للإصابة بالنقرس. إذا أصيب أفراد عائلتك بالنقرس من قبل، فأنت أكثر عرضة للإصابة بالمرض.

ما هي الفحوصات اللازمة لمرض النقرس؟

هناك بعض الفحوصات اللازمة الخاصة بمرضى النقرس، ومنها:

- اختبار سائل المفاصل.
- فحص الدم لقياس حمض اليوريك والكرياتينين في الدم.
- الموجات فوق الصوتية على المفاصل.



ما هي طرق علاج مرض النقرس؟

- علاج نوبة المرض.
- تناول مسكنات الألم
- وضع كمادات من الثلج على المفصل المصاب لمدة 20 دقيقة تقريباً، ويجب عدم وضعها على المفصل مباشرة، وإنما يتم لفها بقطعة قماش، وذلك لتقليل أعراض الحرارة والسخونة فيها، وبالتالي التقليل من حدة الألم.
- شرب كميات كبيرة من السوائل لمساعدة الكلى على التخلص من كميات حمض اليوريك المتراكمة في الجسم، شريطة ألا تكون هذه السوائل مشروبات كحولية أو أي نوع من المشروبات الغازية.
- استخدام مُضادّات الالتهاب الستيرويدية: إذ تعمل أيضاً على تسكين الألم وتخفيف تهيج المفصل. ومن هذه الأدوية نابروكسين، وديكلوفيناك، وإيتوريكوكسيب.
- تناول الدواء كولتشييسين: ويؤخذ هذا الدواء في حال عدم مقدرة المريض على تناول مُضادّات الالتهاب الستيرويدية أو إن لم يجدي تناولها نفعاً. يعمل الكولتشييسين على تقليل التورم وتخفيف الألم المُصاحب لنوبات النقرس.

- استخدام مُركّبات الكورتيكوستيرويد؛ وتُستخدم عند الإصابة نوبات شديدة لمرض النقرس إذا لم يَستجِب المريض للأدوية السّابقة.
- المتابعة المستمرة مع الطبيب من أجل اجراء التعديلات الدوائية المناسبة ولضبط مستوى اليوريك في الدم لمنع نوبات أخرى.
- تغيير النظام الغذائيّ وتناول الأدوية للعمل على منع التعرّض لنوبات أخرى: فيُنصَح بتجنّب تناول أنواع من الأغذية التي تحتوي على كمّيات كبيرة من حمض اليوريك، مثل؛ اللحوم الحمراء، والكبد، وبعض المأكولات البحريّة كالأسماك، وكذلك الأطعمة المحتوية على الخميرة.

ويُنصَح مريض النقرس بالحفاظ على الوزن المثاليّ، وتجنّب تناول الأطعمة السُكريّة، ومُمارسة التمارين الرياضيّة باستمرار.



لمزيد من المتابعة والرعاية الطبية،
بإمكانك التوجه الى أطبائنا الذين سيقومون
بتوجيهك نحو الأمان والسلامة

مع تمنياتنا لكم بدوام الصحة والعافية

📍 فلسطين – نابلس – شارع عصيرة

📠 صندوق البريد: 797

☎ هاتف: 97092331471

📠 فاكس: 97092389683

✉ البريد الالكتروني: nnuh@najah.edu

🌐 الموقع الالكتروني: www.nnuh@org