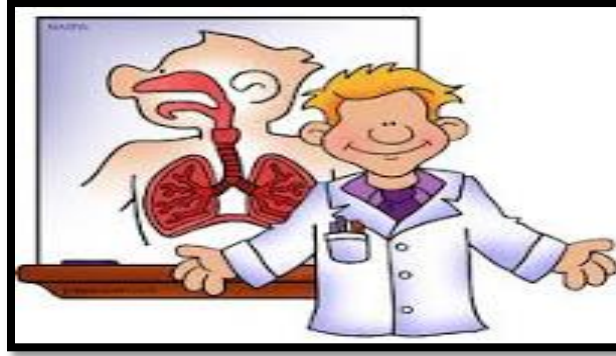


## الربو مرض يمكن السيطرة عليه

المدرس المساعد رشاسعدي عباس



تشتق كلمة **Asthma** أو داء الربو باللغة العربية (من الكلمة اليونانية **Ασθμα**) وتعني التنفس الصعب أو التنفس عبر الفم المفتوح وهو مرض التهابي مزمن يصيب المجاري الهوائية ويتصف بأعراضه المتنوعة ومتكررة الحدوث، بالإضافة إلى منع التدفق المعكوس للهواء، والتشنج القسبي. الأعراض الشائعة تشمل صفير الصدر، سعال، ضيق الصدر، وضيق النفس.

### كيف يتم علاج الربو؟

علاج الربو يكون عادة بواسطة أجهزة الاستنشاق التي تحتوي على الستيروئيدات المضادة - للالتهابات ويشمل المتابعة الدورية على نحو أكثر تواترا (كل 3-6 أشهر)، والتي تتضمن فحوص وظائف الرئة. ولكن للأسف لا يوجد علاج يقضي على الربو نهائيا ولكن من ابرز الطرق المعتمدة لتفادي اي مرض، الابتعاد عن العوامل المسببة له، وتجدر الإشارة الى أن الوقاية ضرورية وقد قيل ان الوقاية خير من العلاج وان افضل علاج للربو هو الوقاية من مسبباته.

وهناك بعض الأفكار المفيدة التي يجب تطبيقها للسيطرة على الربو وهي:

- التعرف على مؤثرات ومهيجات الربو وتفاديها.
- الانتظام بالأدوية طبقا للإرشادات الصحيحة.
- مراقبة ومتابعة المرض وذلك عن طريق المتابعة مع الطبيب المختص في علاج الأمراض الصدرية، ومراقبة المرض عن طريق جهاز قياس سرعة تدفق الهواء (**Peak Flow Meter**).

### الابتكارات في علاج الربو.

عالم الطب يعمل باستمرار على تطوير وسائل جديدة في علاج الربو الحاد. الجهود تتركز على تطوير أدوية موجهة التي في وسعها التدخل في الية الربو الالتهابية وتنظيم رد الفعل المناعي في الشعب الهوائية بحيث تخف حدة العملية الالتهابية أو حتى تتوقف. واحدة من الأدوية التي طورت في السنوات الأخيرة هي المضاد الذي يثبط تأثير الأجسام المضادة الطبيعية **IgE** التي تلعب دورا رئيسيا في ظاهرة الربو التحسسي. في حين خلصت مراجعة لنتائج أبحاث طبية إلى أن تناول مكملات فيتامين (د) بالإضافة إلى أدوية علاج الربو قد تساعد في الحد من احتمال الإصابة بنوبات ربو حادة.

فقد اثبتت الدراسات أن تناول المكملات والأدوية جنبا إلى جنب خفف أيضا معدل نوبات الربو التي تحتاج العلاج بالستيرويد دون التسبب في أية أعراض جانبية. فيتامين (د) لم يحسن وظائف الرئة أو الأعراض اليومية المنتظمة للربو بلاضافة إنه من غير الواضح إن كان هذا يساعد فقط المرضى الذين يعانون من نقص في هذا الفيتامين.