وزارة الصحة
Ministry of Health

الأنيميا المنجلية

نبذة مختصرة:

- فقر الدم المنجلي هو مرض ينتج فيه الجسم خلايا دم حمراء غير طبيعية الشكل مثل الهلال أو المنجل.
- مرض الأنيميا المنجلية وراثي وليس معديا.
- هناك فرق بين الأنيميا المنجلية وأنيميا نقص الحديد (فقر الدم).
- فقر الدم المنجلي يؤثر في الملايين في جميع أنحاء العالم.
- تعيش خلايا الدم الحمراء الطبيعية ١٢٠ يومًا؛ لكن الخلايا المنجلية تستمر فقط ١٠ إلى ٢٠ يومًا.
- يمكن اكتشافه عن طريق تحاليل الدم.
- ليس هناك علاج نهائي؛ لكن هناك أدوية يمكن أن تخفف الألم وتساعد على منع المشاكل المرتبطة بهذا المرض.

مقدمة:

ينتج الجسم خلايا الدم الحمراء الطبيعية وتكون مرنة ومستديرة تتحرك بسهولة من خلال الأوعية الدموية. أما في فقر الدم المنجلي، تصبح خلايا الدم الحمراء جامدة ولزجة وتتشكل مثل المنجل أو أقمار الهلال.

هذه الخلايا غير منتظمة الشكل يمكن أن تتعثر في الأوعية الدموية الصغيرة، والتي يمكن أن تبطئ أو تمنع تدفق الدم والأكسجين إلى أجزاء من الجسم، تعيش خلايا الدم الحمراء لمدة ١٢٠ يومًا قبل أن يحتاج الجسم إلى استبداله؛ لكن الخلايا المنجلية تموت عادة خلال ١٠ إلى ٢٠ يومًا، مما يترك نقصًا في خلايا الدم الحمراء مسببًا (فقر الدم).

فقر الدم المنجلي هو نوع وراثي أي أنه ينتقل عن طريق الجينات من الآباء إلى أطفالهم، أي أنه ليس معديًا ولا يمكن للشخص التقاطه (مثل: البرد أو العدوى) من شخص آخر.

الأسباب:

خلل في الجين المسؤول عن تكوين الهيموجلوبين بالجسم؛ مما يغير شكل خلايا الدم الحمراء لتصبح غير مرنة ولزجة.

الأعراض:

علامات وأعراض فقر الدم المنجلي، والتي تختلف من شخص لآخر وتتغير مع مرور الوقت، وتشمل:

- شحوب البشرة.
- التعب والإرهاق.
- آلام شديدة.
- مشاكل في الرؤية.
- تورّم مؤلم للقدمين واليدين.
- نوبات ألم مزمنة
- تأخر النمو.
- تكرار الإصابة بالعدوى البكتيرية.

التشخيص:

يتم التشخيص من قبَل الطبيب بعد دراسة الأعراض والتاريخ المرضي للبالغين والأطفال، وعمل تحاليل الدم لفحص الهيموجلوبين. أما إن كان المريض مصابًا بالمرض، فقد يقترح الطبيب اختبارات إضافية للتحقق من المضاعفات المحتملة.

عوامل الخطورة:

- يكون كل من الأم والأب حاملين.
- يكون كل من الأم والأب مصابين.
- أحدهما مصاب والآخر حامل للمرض.

المضاعفات:

فقر الدم المنجلي يمكن أن يؤدي إلى مجموعة من المضاعفات، بما في ذلك:

- السكتة الدماغية.
- متلازمة الصدر الحادة التي تسبب ألمًا في الصدر وحمى وصعوبة في التنفس.
- ارتفاع ضغط الدم في الرئتين (ارتفاع ضغط الدم الرئوي).
- تلف الأعضاء بما في ذلك الكلى والكبد والطحال.
- العمى.
- قرحة الساق.
- حصى المرارة.
- العجز الجنسي.

العلاج:

ليس هناك علاج نهائي؛ لكن هناك أدوية تساعد على منع المشكلات المرتبطة بهذا المرض **مثل:**

- أدوية لتخفيف الألم.
- مكملات حمض الفوليك لتقوية خلايا الدم السليمة.
- التطعيم والمضادات الحيوية للوقاية من العدوى.
- في الحالات الشديدة قد يحتاج المريض إلى نقل الدم أو الجراحة.

الوقاية:

- الالتزام بإجراء الفحص الطبي الشامل قبل الزواج يساعد على الحد من انتقال مرض الأنيميا المنجلية بين الأجيال.
- إذا كنت حاملاً للمرض، فإنه يجب عليك رؤية مستشار جيني قبل اتخاذ قرار الإنجاب.

إذا كنت مصاب بالأنيميا المنجلية فيجب عليك:

- الإكثار من السوائل واتباع حمية صحية.
- عدم التعرض للأجواء شديدة البرودة أو الحرارة.
- تجنب الأماكن المرتفعة مثل الطائرات وغيرها.
- احرص على توفير أوكسجين كاف أثناء الرياضة وعند تواجدك في المناطق الجبلية.

وزارة الصحة
Ministry of Health

الأسئلة الشائعة:

١. ما الفرق بين الأنيميا المنجلية وأنيميا نقص الحديد (فقر الدم)؟

الأنيميا المنجلية هي تكسر كريات الدم الحمراء، بينما في فقر الدم تكون خلايا الدم الحمراء سليمة؛ لكن عددها أقل من المستوى الطبيعي.

٢. هل هناك فرق بين حامل المرض والمصاب به؟

نعم، حامل مرض الخلايا المنجلية يكون بسبب وراثة نسخة واحدة من الجين المسبب للمرض من أحد الوالدين. أما المصاب بمرض الخلايا المنجلية فينتج عن وراثة الجين من كلا الوالدين.

٣. هل يمكن أن يتطور الشخص من حامل لمرض الخلايا المنجلية إلى مصاب به؟

لا، لا يمكن أن يتطور في الشخص من حامل للمرض إلى مصاب به؛ لكن بالنسبة لحاملين مرض الخلايا المنجلية يمكنهم تمرير الجين لأطفالهم.

٤. ما هي الاحتياطات التي يجب أن يأخذها الشخص الحامل للمرض ممارسة الرياضة؟

يجب أن يأخذوا في الاعتبار الاحتياطات نفسها التي يمكن أن تمنع الإصابات والأمراض المرتبطة بالتمارين، وتشمل مراعاة الحرارة والرطوبة، وشرب السوائل الكافية، واستراحة الراحة حسب الحاجة، وعدم تجاوز المستوى الحالي من اللياقة البدنية.

المفاهيم الخاطئة:

- **<u>هناك علاج نهائي لفقر الدم المنجلي.</u>**

لا يوجد؛ لكن هناك بحوث تجرى حاليًا حول زرع نخاع العظم، والعلاج الجيني، وأدوية جديدة لفقر الدم المنجلي.

- **<u>ينصح مريض الأنيميا المنجلية باستخدام مكملات الحديد.</u>**

يجب عدم استخدام مكملات الحديد لمعالجة الأنيميا المنجلية دون استشارة الطبيب؛ لأنها قد تسبب له ضررًا.

وزارة الصحة
Ministry of Health

- هناك تطعيم للوقاية من فقر الدم المنجلي.

لا يوجد، لأنه ينتقل عن طريق جينات الوالدين.

- كل شخص حامل لمرض الأنيميا المنجلية يمتنع عن الزواج لخطورة انتقال المرض إلى الأطفال.

من الممكن لحامل المرض الزواج من شخص سليم (غير حامل للمرض) وإنجاب أطفال أصحاء.

الإدارة العامة لتعزيز الصحة والتثقيف الصحي

للتواصل أو لمزيد من الاستفسارات يرجى التواصل معنا عبر البريد الالكتروني:

Hpromotion@moh.gov.sa