

دکتر منصور اشرفی

عضو کالج بین المللی جراحان

نقرس

این بیماری مزاحم از کجا بوجود می آید و چگونه باید با آن مبارزه کرد؟

یکی دیگر از بیماریهای تورم مفاصل «نقرس» (۱) است نقرس یکی از نخستین بیماریهای است که در باستان قبل از میلاد مسیح توسط هیپوکراته توصیف شده است.

نقرس نوعی از بیماریهای روماتیسمی است که باعث تورم بلورهای «اورات سدیم» (۲) در مفاصل ایجاد میشود. در حدود ۸۵ درصد بیماران از نظر خانوادگی وراثی استعداد ابتلا به این بیماری را دارند، و در حدود ۵۹۵ درصد متلائان به این بیماری، مردها هستند.

علائم بیماری: بیماری با درد شدید در مفاصل شروع می شود، یک یا دو مفصل را می گیرد، معمولاً ابتداءً ابتدا آخر انگشت شست پا دچار میشود ولی هر یک از مفاصل دیگر بدن نیز ممکن است آلوده

شوند یا بعداً آلوده گردند. بیماری معمولاً شب شروع میشود، علاوه بر درد بی نهایت شدید، سرخی ورم و حساسیت در خود مفصل و تسوج اطراف آن بوجود می آید.

ناراحتی ناشی از بیمار بعد از عرض چندساعت به آخرین درجه شدت می رسد. علاوه بر درد مفاصل، تب و کوفتگی بدن و سردرد نیز وجود دارد این درد از چند روز تا چند هفته طول می کشد و سپس کاملاً بهبود می یابد. و وضع بیمار کاملاً خوب می شود تا آنکه حمله مجدد بیماری بعد از چند هفته و یا چند ماه حتی گاهی چندین سال بعد دوباره شروع می شود. در موارد بسیار نادر و شدید ممکن است بیماری بطور دائمی بشکل روماتیسم ادامه پیدا کند و در فواصل حملات نیز بهبود کامل پیش نیاید.

[1] Gout یا Goute

[2] Uratide sodiome

بلورهای «اورات سدیم» غیر از بلورهای فربسک، بویژه در لانه گوش بشکل دانسه هائی در سر به سببیکند که بادست به خوبی حس میشود در اصطلاح پزشکی این دانسه ها را «توف» (۳) مینامند. این دانسه ها تقریباً در $\frac{1}{3}$ بیماران ظاهر میشود.

درمان: در معالجه بیماری باید از حملات حاد جلوگیری نمود چون تکرار این حملات، باعث آزرده گی دائمی مفصل می شود و اگر این حملات حاد معالجه نشود و مدت زیادی ادامه پیدا کند، باعث تولید سنگ کلیه شده و کلیه را از کار می اندازد. معالجه این بیماری حتماً باید تحت نظر پزشک انجام بگیرد، اساس معالجات، مصرف داروهائی است که باعث دفع اوراتها با بقدر زیاد میشود. بیماران باید با معالجات بسیار بنوشند تا دفع اوراتها کمک نماید. بویژه باید مایعات نوشیده شود که دارای املاح قلیائی فراوان هستند، اگر بیمار چاق است یا بدسعی کافی نماید که وزن خود را کم کند، همچنین بر غذاهائی که دارای ماده (پورین) (۴) است مانند مغز، پرهیز نماید و از خوردن مواد غذایی که دارای پروتئین زیاد است مانند دل و قلوه اجتناب ورزد. درست است که هیچگونه دلیل قاطعی در دست نیست که این قیل غذاها در ایجاد بلورهای اورات مؤثر باشند ولی عملاً این نوع غذاها برای بیماران نقرسی زبان آور است.

دستور غذایی بیماران روماتیسمی: هیچ نوع غذایی مخصوصی نیست که روماتیسم را بهبود بخشد و یا برعکس بر روی آن اثر زبان آوری داشته باشد. مهبذا بیماران برای بهبود مایعات که دستور غذایی مخصوص داشته باشند. در هر صورت اساس دستور غذایی این بیماران عبارت از تغذیه صحیح است غذای این بیماران باید شامل میوه ها، سبزیها، پروتئین و ویتامین ها باشد. این غذاها مخصوصاً برای مبتلایان به «آرتروز روماتیسمی، شکل» مفید است چون اغلب این بیماران کم وزن هستند بنابراین باید خوب بخورند تا تقویت شوند. اگر غذای آنان شامل ویتامین های گوناگون باشد، اشتهای آنان تحریک میشود و باعث تقویت و اضافه شدن وزن بدن آنان میگردد غذا باید در ساعات معینی صرف شود و در خوردن غذای زیاد عجله نمایند.

نور خورشید و هوای آزاد اشتها را زیاد می کند. اما در بیماران مبتلا به «استئو آرتروز» قضیه برعکس است یعنی چون غالباً وزن آنان از حد معمولی بیشتر است، لذا بهتر است وزن آنان را کم نمود.

همچنانکه گفته شد، بیماران مبتلا به نقرس باید از میل کردن غذاهائی که دارای پروتئین زیاد هستند، مانند مغز و قلوه پرهیز نمایند همچنین باید از مصرف چربی زیاد خودداری کنند. باید مشروبات الکلی

[3] Tophi

[4] Purine

نوشند (۵). گوشت ماهی و مرغ، چون دارای (پورین) کمتر است بنابراین به نفوس میتواند مصرف نمایند. نوشیدن آبهای معدنی، آب‌میوه و مایعات تقیاتی برای اینگونه بیماران مفید است این مایعات از دو نظر مفید می‌باشند اول اینکه از این دهگندرمقدار زیادی مایعات وارد بدن می‌شود و در نتیجه ترشح کلیه‌ها زیاد شده و بلورهای «آسید اوریک» را حل می‌کند. همراه ادرار دفع می‌شود دوم اینکه این مایعات از مسوب آسید اوریک در مفاصل و نقاط دیگر بدن جلوگیری میکنند.

مقدار ادرار بیماران نفوسی باید در روز بین ۲ تا ۳ لیتر باشد یعنی در حدود دو یا سه برابر یک شخص عادی.

خلاصه بحث :

رمانیسم یک کلمه عمومی و جامع است که به تعداد زیادی از بیماری‌هایی که مفاصل و عضلات را ناراحت میکند اطلاق میشود ولی مهمترین آنها عبارتند از چهار بیماری زیر :

۱ - «رمانیسم مفصلی حاد» یا بیماری رمانیسمی که اگر به موقع معالجه نشود عوارض نامطلوبی در قلب باقی می‌گذارد که با اصطلاح آن درمانیسم قلبی می‌نامند و گاهی باعث تنگی دریچه «میترا» (۶) قلب می‌شود و باعث ناراحتی انسان در تمام عمر میگردد و در موارد شدید این بیماری، باید دریچه مبتلای تنگ شده از اصل جراحی نمود تا بیمار بهبود یابد.

۲ - نوع دیگر رمانیسم : باسم «استئو آرترویت» نامیده می‌شود که در اشخاص از جهل سال به بالا پیش می‌خورد و مفاصل بزرگ بویژه زانو و ران را می‌گیرد. در این نوع از رمانیسم، ضایعه بیشتر در استخوان‌های تشکیل دهنده مفصل جای‌گزین میشود و با جافی نیز بی‌ربطه نیست.

۳ - تورم مفصلی رمانیسم شکل است که به اسم «رمانیسم تغییر شکل دهنده» نیز نامیده میشود و برعکس نوع پیشین اغلب، مفاصل کوچک را می‌گیرد و اگر معالجه نشود باعث تغییر شکل مفاصل میشود.

۴ - «فقرس» است که این بیماری نیز با جافی رابطه دارد.

اگر بیماران رمانیسمی بموقع بمعالجه پردازند و سه پزشک مراجعه نمایند از عواقب وخیم این بیماری در امان خواهند بود ولی اگر غفلت کنند و بخوابند رفتگی مفصل؛ مدتی تحت درمان اشخاص بی‌صلاحیت و غیر پزشک قرار گیرند چه بسا که دچار عوارض و شیم گردند. ضرر ندارد اگر دوباره تکرار کند که گوشت‌کن بعضی مشاهده تورم یکی از مفصل‌ها حتماً باید فوری با پزشک مشورت نمود مخصوصاً این تورم توأم با تب باشد و مخصوصاً اگر متعاقب یک‌گلودرد ایجاد شده باشد زیرا در این قبیل موارد غفلت یکی دو روزه ممکن است گوشت‌کن‌های سال‌دین و جوانان را متاثر سازد.

۵ - مشروبات الکلی برای افراد سالم نیز زیانهای متعدد در بردارد، ولی برای اینگونه بیماران

ضررش بیشتر است.

Mitral (۶)

مکتب اسلام