

علاج مرض كرون

النقاط الرئيسية

- هناك العديد من الطرق للتعامل مع مرض كرون وما يصلح لشخص معين قد لا يناسبك. يمكن أن يكون تعلم كيفية تحقيق أقصى قدر من الصحة العامة لديك عملية طويلة ولكنها تستحق العناء.
- الهدف الرئيسي من علاج مرض كرون هو تقليل الالتهاب والأعراض.
- أدت الأبحاث بخصوص مرض كرون إلى المزيد من خيارات العلاج في كل من الأدوية والنظام الغذائي.
- في بعض الحالات يمكن علاج مضاعفات مرض كرون بواسطة الجراحة.

ما نوع العلاجات الموجودة لمرض كرون؟

لا يمكن علاج مرض كرون حالياً ولكن بالنسبة لمعظم الناس يمكن إدارته بشكل جيد من خلال الأدوية وخيارات نمط الحياة وأحياناً الجراحة.

الهدف من العلاج هو تقليل الأعراض والسيطرة على الالتهاب وشفاء الأمعاء. نظراً لكون مرض كرون يؤثر على جميع المرضى بشكل مختلف، سيحتاج كل شخص إلى العمل مع فريق الرعاية الصحية الخاص به لتحديد الأفضل بالنسبة له. قد يحتاج العلاج أيضاً إلى التغيير على مدار الوقت إذا أصبح أقل فعالية.

الأدوية

تستخدم أدوية مرض كرون بشكل أساسي لتقليل الالتهاب. الأنواع الرئيسية تشمل:

أمينوساليسيلات (5-ASAs): يُستخدم لتقليل الالتهاب في بطانة الأمعاء. تُستخدم في بعض الأحيان لعلاج التهابات الخفيفة لمرض كرون والحفاظ على تهدئة المنطقة. وهي أكثر فعالية في الأمعاء الغليظة ويمكن أن تؤخذ عن طريق الفم كأقراص أو عن طريق المستقيم كالحقن الشرجية أو التحاميل. ومن الأمثلة على ذلك ميسالازين وأولسالازين وسلفالازين وبالسالازيد.

الكورتيكوستيرويدات (المنشطات): عادة ما تُستخدم لعلاج مرض كرون المعتدل إلى الشديد فهي تمنع رد فعل الجسم للالتهاب. وهي فعالة للسيطرة على المرض على المدى القصير أثناء نوبات التهيج ولا يقترح استخدامها على المدى الطويل بسبب الآثار الجانبية.

ومن الأمثلة على ذلك بريدنيزولون، بريدنيزون، ميثيل بريدنيزولون، بوديزونيد، هيدروكورتيزون وبيكلوميثازون ديبروبيونات.

مثبطات المناعة: يستخدم لقمع الاستجابة المناعية للجسم مما يقلل من الالتهاب. يستخدم عادة للأشخاص الذين لا يستجيبون للأمينوساليسيلات أو يواجهون صعوبة في الخروج من الستيرويدات دون عودة الالتهاب.

ومن الأمثلة على ذلك الأزوثيوبورين، والميركابتوبورين، والميثوتريكسات، وميكوفينولات موفيتيل، وسيكلوسبورين، وتاكروليموس.

المستحضرات البيولوجية: هذه فئة أحدث من الأدوية لمرض كرون وهي أجسام مضادة مصنوعة خصيصاً لهذا الغرض، والتي ترتبط بشكل انتقائي ببروتينات الإشارات الالتهابية لتقليل الالتهاب.

يتم إعطاء الأدوية البيولوجية حالياً من خلال حقنة تحت الجلد أو عن طريق التسريب الوريدي (IV) الذي يوصل الدواء إلى عروقك بمرور الوقت، عادة يكون ذلك في العيادة.

المضادات الحيوية: يستخدم في مرض كرون لعلاج الخراجات أو الناسور، و ذلك بعد بعض أنواع الجراحة. ومن الأمثلة على ذلك ميترونيدازول وسيبيروفلوكساسين.

النظام الغذائي

يلعب النظام الغذائي دوراً مهماً في العديد من جوانب مرض كرون، بما في ذلك علاج المرض النشط، والسيطرة على الأعراض، وضمان كفاية التغذية، وغالباً ما تكون لمضاعفات مرض كرون. قد يدعم النظام الغذائي أيضاً حالة الاستقرار للمرض.

النظام الغذائي مهم لعلاج العديد من الجوانب المختلفة لمرض كرون. هناك علاجات غذائية يمكن استخدامها لعلاج سوء التغذية، والأعراض المرتبطة بالالتهاب النشط، والأعراض المتعلقة بحساسية الأمعاء و ليس التهاب ولبعض مضاعفات مرض كرون.

من المهم أن تناقش مع فريق العلاج الطبي الخاص بك، بما في ذلك اختصاصي التغذية، الأنظمة الغذائية التي قد تكون مناسبة لظروفك لضمان عدم الإفراط في العلاج بالنظام الغذائي. في كثير من الأحيان، يمكنك

أخذ فحوصات للكشف عن علامات ذات صلة، مثل فحوصات الدم وفحوصات البراز و / أو التصوير، لمعرفة ما إذا كانت الأعراض ناتجة عن التهاب نشط أو هي من حساسية في الأمعاء، و ذلك لتوجيه المشورة بشأن النظام الغذائي. اطلب دائماً المشورة من اختصاصي تغذية الجهاز الهضمي قبل تجربة نظام غذائي جديد.

تتضمن أمثلة العلاجات الغذائية ما يلي:

التغذية المعوية الحصرية (EEN): يوصى بهذا النظام الغذائي لعلاج الخط الأول للحث على استقرار الحالة المرضية لدى الأطفال المصابين بمرض كرون ولكن كثيراً ما يُستخدم أيضاً للبالغين. النظام الغذائي هو نظام غذائي سائل فقط يشتمل فقط على تركيبة كاملة من الناحية التغذوية بدلاً من الطعام، وذلك لمدة 2-8 أسابيع، عادة بدلاً من المنشطات. يتم وصف نظام EEN ومراقبته من قبل اختصاصي تغذية، كجزء من فريق IBD.

النظام الغذائي لاستبعاد مرض كرون (CDED): أظهر هذا النظام الغذائي أنه مشابه لـ EEN في حالة الأطفال المصابين بمرض كرون الطفيف ولكن يتم تطبيقه أيضاً في بعض الأحيان للبالغين. يتضمن استخدام تركيبة كاملة من الناحية التغذوية لنصف المتطلبات الغذائية، وذلك بالإضافة إلى قائمة صغيرة من الأطعمة. مثل EEN، يتم تطبيق CDED لفترة قصيرة، عادة بدلاً من المنشطات، ويتم وصفه ومراقبته من قبل اختصاصي تغذية.

نظام غذائي منخفض أو معتدل FODMAP: يُستخدم لعلاج أعراض حساسية الأمعاء، ولكن ليس الالتهاب النشط.

نظام غذائي معتدل أو منخفض الألياف أو low residue diet: يستخدم عادة على المدى القصير إذا كان لديك تَضَيُّق وكنت معرضاً لخطر الإصابة بانسداد (امسك).

نظام غذائي عالي الطاقة والبروتين: يُستخدم لعلاج سوء التغذية أو لتحسين المخزون الغذائي قبل الجراحة المخطط لها لتحسين مرحله الشفاء.

مكملات الفيتامينات والمعادن عن طريق الفم: غالباً ما تُستخدم لعلاج أوجه القصور.

جراحة مرض كرون هي علاج لن يحتاجه الجميع. في بعض الأحيان تكون أجزاء من الأمعاء تالفة للغاية بحيث لا يمكن شفاؤها بالأدوية وأفضل طريقة لإعادتك إلى الصحة هي إجراء عملية جراحية. تتم العديد من العمليات بالمنظار الآن (ثقب المفتاح) مع مرحلة شفاء قصيرة. الهدف من الجراحة هو الحفاظ على أكبر قدر ممكن من الأمعاء مع استعادة الحياة الطبيعية.

هناك سببان رئيسيان يجعلان الجراحة خياراً أفضل لك. الأول، عندما لا تكون العلاجات الحالية فعالة. والثاني، عندما تتطور المضاعفات مثل التضيقات. تشمل الأنواع الشائعة من الجراحة ما يلي:

الاستئصال: عندما تتم إزالة جزء من أمعاء المريض، بحيث تنضم الأطراف السليمة معاً. هذا ليس علاجاً لأن المرض سيظهر عادة مرة أخرى في المنطقة التي حدثت فيها الجراحة، ولكن مع العلاجات الفعالة يمكن الوقاية من ذلك أو تقليله بشكل كبير.

رأب التضييق (المعروف أيضاً باسم رأب التقييد): التضييق هو تضيق الأمعاء ويجعل من الصعب على الطعام والفضلات المرور من خلالها. تتضمن العملية توسيع الجزء الضيق من الأمعاء دون إزالة أي من الأمعاء.

تكوين الناسور: بعد إزالة جزء مريض من الأمعاء، قد يقوم الجراحون بتوصيل الأمعاء بالجلد حيث سيتم توصيل كيس أو كيس ناسور لجمع الفضلات. يمكن أن يكون هذا مؤقتاً أو دائماً.

حتى وإن كنت في حالة الاستقرار، قد لا تزال تواجه بعض الأعراض. التعب والإرهاق شائعان، ومن الممكن لبعض المرضى الاحساس بعدم الراحة في الأمعاء حتى عندما يتم التحكم في الالتهاب بشكل جيد. تأكد من مناقشة أي أعراض قد تكون لديك مع طبيبك وأخبره بالأدوية التي تتناولها. يمكن أن تؤثر بعض الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية مثل الأدوية المضادة للالتهابات (مثل الإيبوبروفين) على مرض كرون أو تتداخل مع الدواء الذي تتناوله. تحدث دائماً مع طبيبك أو فريق الرعاية الصحية قبل إجراء تغييرات على علاجك أو إذا كان لديك أي مخاوف بشأن علاجك الحالي.

الطب التكميلي والبديل

يمكن استخدام الطب التكميلي والبديل (CAM) لمرض كرون جنباً إلى جنب مع العلاج التقليدي لتقليل الأعراض وتحسين الصحة العامة.

لا يزال البحث مستمراً في العديد من مجالات الطب التكميلي والبديل، لذا من المهم التحدث دائماً عن خياراتك مع طبيبك. تتضمن بعض المجالات التي تستكشف فيها الأبحاث ما يلي:

صحة العقل والجسم: أظهرت الدراسات وجود صلة بين صحة الأمعاء والصحة النفسية. يمكن أن يؤثر تحسين صحتك النفسية من خلال بعض التغييرات في نمط الحياة بشكل إيجابي على صحة أمعائك وقد يقلل من أعراض المرض.

المكملات الغذائية: من الشائع أن يكون لدى الأشخاص المصابين بداء كرون مستويات أقل من بعض الفيتامينات والمعادن. إذا حدث هذا، فقد يوصي طبيبك بتناول المكملات الغذائية مثل فيتامين د أو فيتامين ب 12 أو أقراص الحديد. هناك العديد من العلامات التجارية المختلفة للمكملات الغذائية، لذا اتبع دائماً ما يصفه طبيبك.

الميكروبيوم: يعد الميكروبيوم موضوعاً ساخناً للباحثين في صحة الأمعاء وهو مهم لإيجاد طرق جديدة لعلاج مرض كرون. في الوقت الحالي، لا يوجد هناك علاجات تثبت بشكل قاطع أنها تفيد مرض كرون ولكن هناك العديد من مساحات البحث الشيقة للباحثين. هذا لا يزال قيد الدراسات البحثية فقط وليس جاهزاً للوصف الطبي.

- **البروبيوتيك:** لا يزال البحث في كيفية مساعدة مادة البروبيوتيك في علاج كرون محدوداً ولكن تناوله قد يساعدك على البقاء في حالة مستقرة. يمكن للبروبيوتيك تحسين بيئة الميكروبيوم الخاص بك عن طريق تشجيع التنوع البكتيري الصحي الجيد في أمعائك.
- **زرع الجراثيم البرازية (FMT):** لا يزال البحث جارياً لمعرفة ما إذا كان نقل مادة البراز من متبرع سليم إلى مريض يمكن أن يساعد في علاج مرض كرون.
- **المتفطرة الطيرية نظيرة السل (MAP):** لا يزال البحث جارياً لمعرفة ما إذا كانت هذه البكتيريا لها علاقة بمرض كرون. إذا كان الأمر كذلك، يمكن صنع المضادات الحيوية المضادة لـ MAP لعلاج كرون.

القنب الطبي: تمت التوصية بان هناك حاجة إلى مزيد من البحث قبل استخدام القنب الطبي لعلاج كرون. أظهرت دراسات صغيرة أن القنب يمكن أن يقلل من أعراض مثل الغثيان والألم ولكن هناك أيضاً آثار جانبية محتملة مثل سوء التمييز والقلق المفرط.

للحصول على مساعدة أو معلومات باللغة الإنجليزية

1800 138 029



info@crohnsandcolitis.org.au



<https://crohnsandcolitis.org.au>



<https://crohnsandcolitis.org.au/support-groups>



تواصل مع جمعية كرون والتهاب القولون في أستراليا

<https://instagram.com/crohnsandcolitisau>



<https://facebook.com/crohnsandcolitis>



<https://youtube.com/c/crohnsandcolitisaustraliaCCA>



<https://tiktok.com/@crohnsandcolitisau>



<https://linkedin.com/company/crohnsandcolitisaus>



<https://twitter.com/crohnscolitisau>

