

## د. عادل الشناوي استشاري الصدرية بمستشفيات الحمادي يكشف عن: الأمراض التي تنتشر عند التقلبات الجوية وتصيب الجهاز التنفسي

تنتشر في كل فصل من فصول السنة أنواع معينة من الأمراض بشكل أكبر من بقية الأوقات، وإن أغلب الأمراض التي تنتشر في فصل الربيع هي الأمراض التنفسية، التي تسبب أعراضًا مزعجة بشكل كبير للإنسان، إذ يعد فصل الربيع موسم الذروة الثاني لنزلات البرد بعد الشتاء، بسبب تقلبات المناخ ودرجات الحرارة، كما أن الحساسية التنفسية هي من أشيع الأمراض في هذا الفصل، إضافة إلى الحساسية العينية والجلدية، وبالرغم أنه من أجمل فصول السنة، إلا أنه أحيانًا يشهد العديد من التقلبات الجوية، خاصة أنه فصل انتقالى من الشتاء إلى الصيف، ولكن قد يكرهه مرضى الحساسية الموسمية لأنه يزيد معاناتهم من حساسية الأنف وأمراض الجهاز التنفسي التي يعتبر من أبرز أعراضها العطس والاحتقان ورشح الأنف والتهاب الجيوب الأنفية وحساسية العين وغيرها من الأعراض المزعجة نتيجة انتشار مسببات الحساسية في الهواء مثل حبوب اللقاح نظرًا لكثرة تكاثر النباتات والزهور في فصل الربيع.

ما المقصود بالحساسية الربيعية؟

الحساسية هي رد فعل من جهاز المناعة تجاه دخول المواد التي لا يعرفها إلى الجسم، والتي تدخل عن طريق التنفس أو اللمس أو الهضم، فتقوم بتحفيز الجهاز المناعي على إفراز مواد كيميائية في الجسم تسمى بالهستامين، ومن خلاله تظهر أعراض الحساسية مثل: الاحمرار، الحكة، احتقان الأنف، السعال، ضيق النفس، الشرى، وغيرها، وهي قد تحدث في العين أو الأنف أو الجهاز التنفسي أو الجلد أو الجهاز العصبي.

وتعتبر حبوب الطلع وأبواغ الفطريات والأتربة الناعمة وأسمدة النباتات وبعض الحشرات التي تظهر في الربيع والبخاخ الذي يستخدم لطرد الحشرات من أهم مهيجات الحساسية الربيعية.

وتطال الحساسية مختلف الشرائح العمرية من الذكور والإناث، إلا أنها غالبًا ما تظهر للمرة الأولى بين عمر 15 و25 عامًا، وقد تظهر منذ الطفولة وتلازم صاحبها مدى الحياة أو تخف بعض الشيء مع التقدم في العمر، أو قد تختفي إلى غير رجعة، أو على العكس قد تسير نحو الأسوأ، ومع أن العوامل الوراثية تلعب دورًا مهمًا في الإصابة بالحساسية الربيعية، إلا أن استفحالها لا يعود إلى الوراثة فقط، بل إن التبدلات البيئية لها دور مهم أيضًا.

وطبقًا لموقع إكسبريس فهناك بعض الأمراض التي قد تنتشر مع قدوم فصل الربيع وتصيب عادة الجهاز التنفسي:

1- حساسية الأنف:

تعتبر أبرز أعراض حساسية الأنف، العطس والحكة وانسداد الأنف والسيلان والصداع، وغالبًا ما يصاب به

أصحاب الحساسية الموسمية التي تنشط لديهم تلك الأعراض فى فصل الربيع.

## 2- التهاب الأنف التحسسى (حمى القش):

مشكلة شائعة يعانى منها الأشخاص الذين يعانون من الحساسية الموسمية المعروفة باسم (حمى القش) والتي تتكرر معهم فى هذا التوقيت كل عام، ويحدث نتيجة استنشاق مسببات الحساسية مثل حبوب اللقاح والغبار، ما يؤدي للإصابة بالاحتقان الذى يسبب فى الواقع الشعور بعدم الراحة والتهيج والتهاب الأنف وآلام فى الأذن والتهاب العين والصداع والشعور بتعب عام.

## 3- الربو:

يعانى الأشخاص المصابين بالربو من زيادة نوبات السعال خلال فصل الربيع، مثل مرضى الحساسية تمامًا بسبب التغيرات فى درجات الحرارة وانتشار حبوب اللقاح، حيث يؤثر الربو بشكل أساسى على الرئتين والجهاز التنفسى وهي حالة تضيق فيها الممرات الهوائية وتنتفخ، وقد ينتج عنها مخاط إضافى وهذا يجعل التنفس صعبًا ويؤدي إلى السعال وظهور صوت صفير عند الزفير وصعوبة النوم.

## 4- التهاب المعدة والأمعاء:

هو نوع من الفيروسات المعدية يُصيب المعدة والأمعاء وينتقل عن طريق الطعام أو الشراب الملوث ولعل أبرز أعراضه القيء والإسهال وآلام وتشنجات المعدة والغثيان.

## 5- نزلات البرد والإنفلونزا:

مع زيادة انتشار الفيروسات بفصل الربيع تزيد الأمراض الناتجة عنها مثل نزلات البرد والإنفلونزا.

## 6- التهاب العين:

الكثير من الأشخاص يصابون بحساسية فى العين مع موسم الربيع ما ينتج عنها إحمرار وحكة والشعور بعدم الارتياح وحرقان وكثرة الدموع.

-للوفاية من أمراض فصل الربيع الموسمية..اتبع الخطوات التالية طبقا لدراسات طبية سابقة:

### 1-استخدام قطرات العين.

### 2-استخدام بخاخات الأنف المضادة للهستامين.

### 3-غلق النوافذ لمنع دخول حبوب اللقاح المسببة للحساسية.

### 4-اختر العدسات اللاصقة اليومية بدلاً من العدسات الشهرية،للوفاية من أمراض العيون فى فصل الربيع.

### 5-تغيير الملابس بمجرد العودة إلى المنزل خاصة مع انتشار حبوب اللقاح التي غالبًا ما تكون عالقة فى الملابس وذلك للوفاية منها.

### 6-غسل اليدين والوجه والعين باستمرار،حيث يمكن أن تتجمع حبوب اللقاح بسهولة على الجلد أثناء الخروج من المنزل،والتي قد تسبب فى الإصابة بالتهيج.

