

## 360 درجة

خدمات شاملة بشأن التصلب المتعدد MS.

# فهم التصلب المتعدد (MS)

# المحتوى

4	المصطلحات
6	ما هو التصلب المتعدد MS؟
10	ماذا نعرف عن التصلب المتعدد MS؟
12	ما هي الاعراض الناشئة عن التصلب المتعدد MS؟
15	كيف يتم تشخيص التصلب المتعدد MS؟
18	ما هي أشكال التصلب المتعدد MS؟
22	ما هي نوبات انتكاسات التصلب المتعدد MS؟
24	كيف تتم معالجة التصلب المتعدد MS؟
30	خدمات بكل ما يتعلق بالتصلب المتعدد MS - 360 درجة

يطرح التعايش مع المرض أسئلة كثيرة. كلما توسعت معرفتك بما يتعلق بهذا المرض الالتهابي المزمن، يمكنك التأقلم مع التصلب المتعدد MS خلال الحياة اليومية.

يتضمن هذا الكراس أجوبة على الأسئلة الأكثر تداولاً المتعلقة بالتصلب المتعدد MS. ربما تجد هنا مواضيع هامة أيضاً، لديك الرغبة بمناقشتها بشكل مفصل مع طبيبك أو من فريق التصلب المتعدد MS.

تنبيه: العلاج يعني المداواة. عندما نتحدث عن العلاج المتعلق بالتصلب المتعدد MS فإننا نعني المداواة من المرض. نستخدم مصطلح العلاج لأنه يستخدم في الطب بهذا المجال.

إن خدمات المرضى التي تقدمها Biogen هي فردية وشخصية. ولذلك نستخدم في تواصلنا مع الأشخاص المصابين بالتصلب المتعدد MS صيغة المخاطبة العادية.

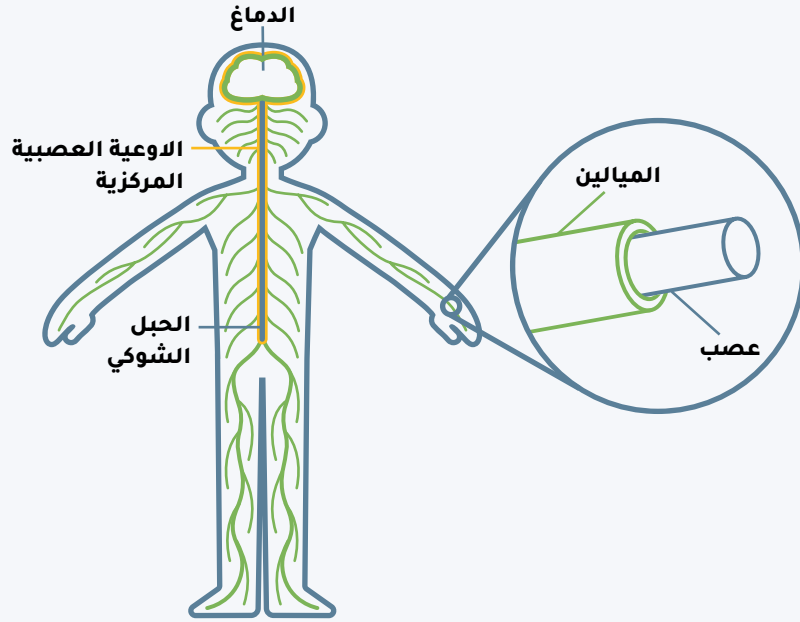
# المصطلحات

عندما يتحدث الأطباء والفريق الطبي حول التصلب المتعدد MS وعلاجه فإنهم ربما يستخدمون أحياناً مصطلحات، قد لا تفهمها بشكل دقيق. وفي قائمة المصطلحات الاختصاصية التالية تجد شروحات لها.

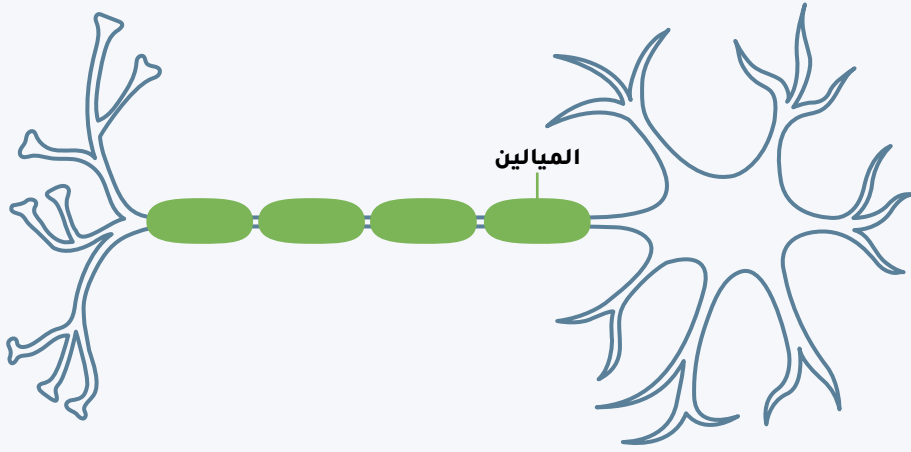
كما تجد معلومات في نهاية هذا الكراس حول الاشكال المختلفة للتصلب المتعدد MS (PPMS و PRMS , SPMS , RRMS).

<b>نسيج عصبي (محوار) Axon</b>	نسيج عصبي يمتد بامتداد الخلية العصبية
<b>تشخيص</b>	التأكد من وجود المرض من خلال نتائج الفحص الطبي و/أو الاعراض
<b>قائمة موسعة لوضع الاهلية البدنية (EDSS)</b>	من خلال هذه القائمة يُمكن لأخصائي الأعصاب تقدير مدى تأثير التصلب المتعدد MS على الوضع الصحي للشخص
<b>نظام المناعة</b>	جدار الوقاية الجسدي بالنسبة لنا ضد المواد الضارة على سبيل المثال مسببات الأمراض
<b>تصوير صدى مغناطيسي (MRT)</b>	عملية فحص طبي يمكن من خلالها الحصول على صور تفصيلية لداخل الجسم. بمساعدة MRT يمكن للأطباء مراقبة تطور المرض لدى الأشخاص الذين تم لديهم تشخيص التصلب المتعدد MS.
<b>ميالين</b>	تحيط هذه المادة الدهنية بالخلايا العصبية وتمكن من سرعة تحويل المعلومات.
<b>خلية عصبية</b>	جزء خاص من مكونات الجسم يتم من خلاله تبادل المعلومات بين الجسم والدماغ. ويسمى "عصبون" أحياناً.
<b>طبيب أعصاب</b>	طبيب مختص في الامراض العصبية.
<b>تعافي مؤقت</b>	مرحلة التعافي على أثر نوبة MS انتكاسية. لا تظهر فيها أعراض التصلب المتعدد MS أو القليل منها فقط.
<b>الحبل الشوكي</b>	جزء من الجهاز العصبي المركزي. يوجد الحبل الشوكي في العمود الفقري ويحتوي على الكثير من الخلايا العصبية التي تنقل المعلومات من وإلى الدماغ.
<b>نوبة انتكاسية</b>	عندما يظهر أحد أعراض التصلب المتعدد MS أو تشتد حدة أحد الأعراض الظاهرة وتستمر الآلام إلى ما لا يقل عن 24 ساعة.
<b>علاج حسب تطور المرض</b>	أدوية يمكن بواسطتها التقليل من عدد النوبات الانتكاسية للتصلب المتعدد MS وتخفيف الالتهابات الناتجة عن التصلب المتعدد MS.
<b>الجهاز العصبي المركزي</b>	يتكون من الدماغ والحبل الشوكي. كلاهما يرسل معلومات للجسم من أجل أن تتمكن من الحركة والتفكير واستخدام الحواس.

# ما هو التصلب المتعدد MS؟



## خلية عصبية



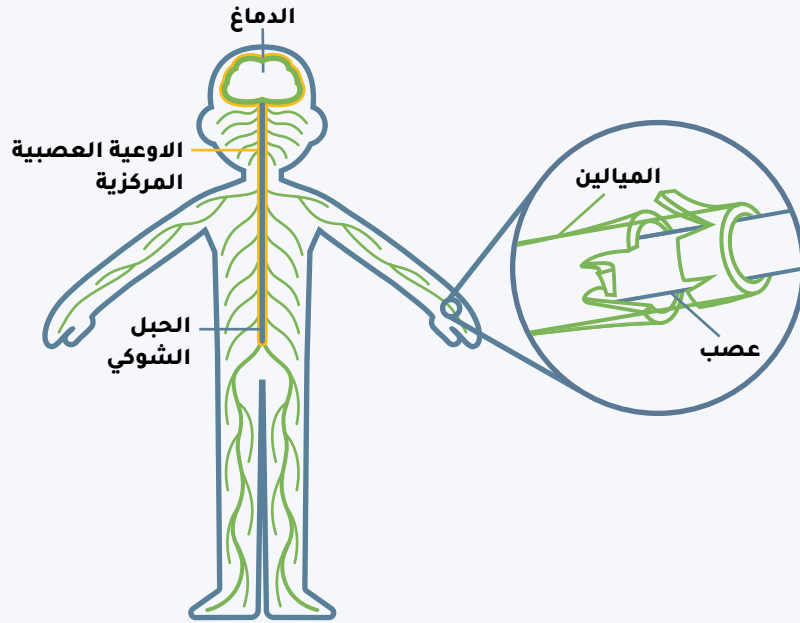
من يريد فهم التصلب المتعدد MS بشكل أفضل، ينبغي عليه أولاً معرفة ما يلي:  
كيف تعمل مجالات الجسم، التي لها علاقة بنشوء التصلب المتعدد MS؟

الدماغ والحبل الشوكي - أو ما يسمى بالجهاز العصبي المركزي - يتبادلان إرسال المعلومات بين الدماغ وبقية الجسم ذهاباً وإياباً. عندها تتمكن من الحركة والتفكير واستخدام حواسنا.

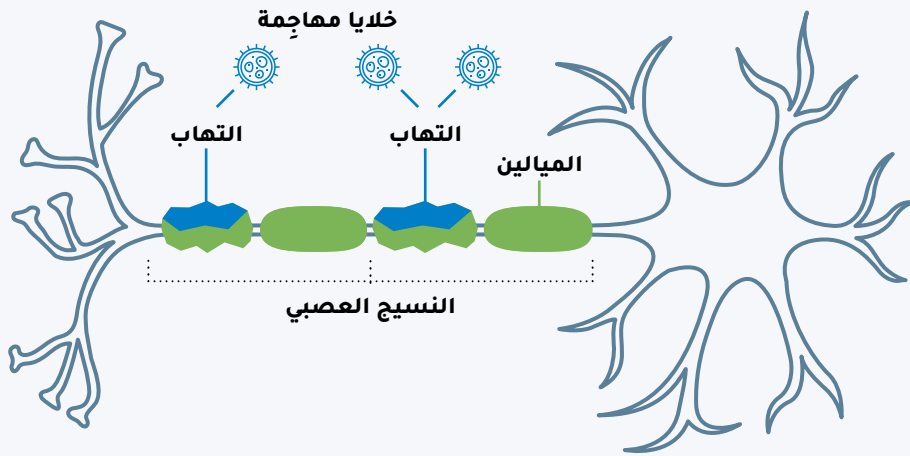
- يمكن تخيل الجهاز العصبي المركزي كأنه شبكة كبيرة مرتبطة بقنوات إتصال مع بعضها البعض. والدماغ هو مركز التحكم ضمن هذه الشبكة.
- الخلايا العصبية هي الأسلاك الكهربائية في تلك الشبكة.
- جميع الخلايا العصبية مغطاة بغشاء دهني يدعى الميالين.
- يشابه الميالين الطبقة العازلة حول السلك الكهربائي: يقوم بوقاية النسيج العصبي (المحوار Axone) ويُمكن من نقل المعلومات بسرعة.
- وهكذا يمكن في كل ثانية تبادل ملايين المعلومات بين الدماغ وبقية أنحاء الجسم.

## ماذا يحدث في حالة الإصابة بالتصلب المتعدد MS؟

- النظام المناعي يحمي جسمنا من المواد الضارة على سبيل المثال مسببات الأمراض.
- في حالة الإصابة بالتصلب المتعدد MS يصنف الجسم الميالين فجأة على أنه ضار. على أثر ذلك يقوم نظام المناعة بإنتاج مادة تقوم بدورها بمهاجمة طبقة الميالين الواقية وتدميرها.
- النتائج: تصبح الخلايا العصبية غير محمية بالقدر الكافي. كما يمكن أن تلتهم كأنها أسلاك كهربائية معرأة تعرضت للتلف.
- تؤدي نوبات الالتهابات إلى تباطؤ نقل المعلومات بين الدماغ وبقيّة الجسد. عندها تظهر أعراض الإصابة بالتصلب المتعدد MS.



## خلية عصبية



لا يوجد ما يمكن تسميته بالطريق الوحيد الصحيح لفهم التصلب المتعدد MS. لقد تمكنت من فهم التصلب المتعدد MS والتعايش معه حينما أصبحت صبوراً مع نفسي وحصلت على المساعدة والعون اللذين أحتهما بالشكل الذي يناسبني وأصبحت منفتحة على آفاق جديدة - وهذا هام جداً - وعندما بدأت بتبادل الخبرات مع أمثالي. وستيسر الأمور: إما اليوم أو غداً أو الشهر القادم، والمهم في يوم ما يتوصل المرء إلى التفهم والقبول. دانييل ل.

# ما نعرف عن التصلب المتعدد MS؟

## لماذا يصاب بعض الناس بالتصلب المتعدد MS؟

تمكن العلماء خلال العقود الاخيرة من التعرف على الكثير مما يتعلق بالتصلب المتعدد MS. لكن لماذا يصاب بعض الاشخاص بمرض التصلب المتعدد MS فما زال هذا الأمر لم يتضح بالكامل. فهناك سلسلة من المسببات الممكنة. وربما بعضها مركبة ومرتبطة مع بعضها البعض لذلك.

غالبا ما يتم تشخيص التصلب المتعدد MS في سن الكبار، لكن هناك حالات تظهر لدى كل الفئات العمرية. ضعفي أو ثلاثة أضعاف المصابين هم من النساء مقارنة مع الرجال المصابين.

## عوامل عائلية

لا ينتقل التصلب المتعدد MS من الأبوين مباشرة للأطفال بالوراثة. لكنه يظهر غالباً لدى أشخاص سبق وأن أصيب أفراد عائلاتهم بالتصلب المتعدد MS. لكن حتى وإن أصيب أحد الأقارب بالتصلب المتعدد MS فإن خطر الإصابة بالمرض قليل جداً.

## عوامل بيئية

المكان الذي يولد فيه الشخص يؤثر على إمكانية تعرضه للإصابة بالتصلب المتعدد MS. كلما ابتعد الانسان عن خط الاستواء كلما إرتفعت إمكانية الإصابة بالتصلب المتعدد MS. الأطفال والشباب الذين تعرضوا في حياتهم بشكل قليل لأشعة الشمس يرتفع خطر إصابتهم بالتصلب المتعدد MS. من المحتمل أن يلعب فيتامين د دوراً في ذلك: تعتبر أشعة الشمس المصدر الأهم لفيتامين د ونقص هذا الفيتامين يعتبر أحد مخاطر الإصابة بالتصلب المتعدد MS.

## التدخين



يمكن للتدخين أن يرفع من خطر الإصابة بالتصلب المتعدد MS. علاوة على ذلك قد يؤدي للاحاق الأذى بالدماغ ويزيد من الأعباء الجسدية. في حال كنت تدخن أو تستخدم السيجار الالكترونى فعليك مراجعة طبيبك بشأن كيفية توقفك عن التدخين.

## العدوى



من الممكن أن تؤدي الإصابة ببعض الامراض الفيروسية أو البكتيرية إلى إلحاق الأضرار بالغشاء المياليني. مما يمكنه أن يؤدي إلى الإصابة بالتصلب المتعدد MS. علاوة على ذلك يعتقد الخبراء بأن الإصابة بعدوى ما يمكن أن تؤدي إلى زيادة حدة نوبة التصلب المتعدد MS الانتكاسية.

## التغذية والحركة



من غير المثبت بعد إلى أي حد يمكن أن تؤثر التغذية والحركة على خطر الإصابة بالتصلب المتعدد MS. لكن ارتفاع مؤشر كتلة الجسم غير محبذ. إن التغذية الصحية والحركة الدورية يمكن لهما التأثير إيجابياً على أعراض التصلب المتعدد MS.

## جدير بالمعرفة

أنت لا تتحمل ذنب الإصابة بالتصلب المتعدد MS. ليس معروفاً بعد لماذا يصاب بعض الناس بالتصلب المتعدد MS. ما زال العلماء يبحثون عن إجابات.

# ما هي الأعراض المميزة للتصلب المتعدد MS؟

يتميز كل إنسان عن الآخر فيما يتعلق بسيرة تطور التصلب المتعدد MS. لكن بعض أعراض المرض تميزه.

ومن الممكن أن تظهر لديك بعض من هذه الأعراض فقط، التي تظهر غالباً لدى المرضى أو ربما تتغير ألامك مع الزمن. وفي بعض الأحيان يمكن لهذه الأعراض أن تتحسن أو تزداد سوءاً. ومن المؤشرات المعتادة للتصلب المتعدد MS على سبيل المثال:

اشكالات جنسية



صعوبة بالنطق



خلل في الرؤية



صعوبة في التفكير والتركيز واشكالات في الذاكرة وفتور الوعي



كآبة وخوف ومزاج متقلب



خلل في التوازن أو دوام وإضطراب في تنسيق الحركة وارتباك وصعوبة في المشي (ضعف في رفع القدم)



تصلب في العضل وتشنج عضلي.



شعور بالخدر أو الرعيان في الوجه والذراعين والساقين واليدين أو القدمين



إعياء (تعب وإرهاق دون سبب معروف)



آلام حادة أو مزمنة



اشكالات بالمثانة و/أو عمل الأمعاء



## تذكر

يمكن أن يؤثر التصلب المتعدد MS على الراحة النفسية. في حال شعرت بأن هناك ما يُثقل كاهلك فابحث عن شخص تثق به كطبيبك مثلاً وتحدث معه. ربما يتمكن آخرون أيضاً مساعدتك مختصون نفسيون على سبيل المثال.

في حال شعرت بالتعب بسرعة، قم بتدوين الأوقات التي تشعر فيها بالتعب. وعلى هذا الأساس يمكنك بترتيب وقتك بحيث تتمكن من تجميع قوتك وقدراتك بشكل أفضل. عندها ستتمكن من تنفيذ ما ينبغي القيام به وسيكون لديك الطاقة الكافية للقيام بأشياء جميلة في حياتك.



# كيف يتم تشخيص التصلب المتعدد MS؟

ليس من السهل تشخيص التصلب المتعدد MS بسبب عدم وجود طريقة فحص خاصة وبسبب اختلاف شكل الأعراض المرضية من شخص إلى آخر. علاوة على ذلك تظهر أعراض مرضية مشابهة لدى المصابين بالتصلب المتعدد MS كالأعراض المرضية الأخرى.

وقد يكون قد تم اكتشاف الإصابة بالتصلب المتعدد MS لديك بسرعة أو بعد مرور وقت ما. وربما راقب طبيبك الأعراض لفترة طويلة وقام بإجراء فحوص قبل تشخيص التصلب المتعدد MS.

من الطرق المتعارف عليها في تشخيص المرض هناك على سبيل المثال تصوير داخل الجسم بمساعدة تصوير صدى مغناطيسي (MRT) والفحص البدني وفحص العينين وفحص الدم.

„عندما حصلت على تشخيص المرض لدي، وجدت الكثير من المعلومات المفيدة أونلاين. لكن ينبغي على المرء معرفة أين يبحث. لا تنسى: الأشخاص الذين يتعايشون مع التصلب المتعدد MS ليس لديهم الرغبة في العادة للكتابة في وسائل التواصل الاجتماعي عن هذا الموضوع.“  
دانيل ل.





## ما هي الفحوصات الطبية التي تصاحب وتُجرى بشكل دوري بعد التشخيص؟

عندما يتم التأكد من نتائج التشخيص المرضي تتم مراقبة الحالة المرضية بواسطة الفحوصات الدورية، لمعرفة إن كان التصلب المتعدد MS قد بقي ثابتاً أو تقدم. ومن هذه الفحوصات:

### تصوير صدى مغناطيسي (MRT)

- بمساعدة MRT يمكن تشخيص الإصابة التصلب المتعدد MS ومراقبة تطور المرض.
- بواسطة MRT يتم التوصل لصور تفصيلية للدماغ والحبل الشوكي.
- تبين صور MRT إن كانت هناك التهابات جديدة أم لا.
- نتائج فحص MRT يمكنها المساعدة في تحديد طريقة العلاج.



### فحوصات حالة الجسم EDSS (قائمة موسعة لوضع الاهلية البدنية)

- يقوم بعض الأطباء بمراقبة تطور الحالة المرضية للتصلب المتعدد MS بواسطة EDSS التي تدعى القائمة الموسعة.
- يتم أيضاً بواسطة EDSS تقدير القدرة الجسدية للشخص.
- يقوم أخصائي الأعصاب الذي يجري الفحص بالتوصل لقيمة محددة من خلال القائمة.
- يتم التعرف بفضل قيم فحص EDSS على درجة تطور التصلب المتعدد MS وتأثيرها على القدرة الجسدية.
- من غير الممكن من خلال فحص EDSS تحديد تأثير التصلب المتعدد MS على الحالة النفسية أو مستوى الطاقة أو على القدرة الفكرية.



## كيف يمكن لي بنفسي مراقبة تطور التصلب المتعدد MS؟

يمكنك أنت أيضاً بنفسك مراقبة تطور التصلب المتعدد MS، وذلك على سبيل المثال من خلال تسجيل الأعراض في أجندة أو كراس يوميات. إن هذا يساعدك ويساعد طبيبك أيضاً.

تحدث بهدوء وبشكل صريح حول ما تشعر به. يمكنك مراجعة طبيبك في حال كنت ترغب بمعرفة المزيد عن نتائج الفحوصات الطبية المتعلقة بك (على سبيل المثال تغير نتائج الفحص الطبي الحالي مقارنة مع الفحص السابق، وإن كان هناك ما ينبغي عليك مراعاته بشكل خاص أو إن كان علاجك ناجعاً وتتجارب معه).

### جدير بالمعرفة

أنه قد يحتاج الامر لبعض الوقت حتى يتقبل المرء التشخيص المرضي للتصلب المتعدد MS. المفاجأة والخوف والقلق - كل هذه الأشياء طبيعية.

يرجى مراجعة طبيبك أو فريق التصلب المتعدد MS في حال كان لديك أية أسئلة أو كنت تشعر بقلق ما، فهم في خدمتك.

„عليك أن تغمض عينيك عند إجراء فحص MRT وتحاول نسيان كل ما حولك. تصور بأنك في المكان المحبذ بالنسبة إليك. فكر بأمنياتك وأحلامك للمستقبل. لا تنسى أيضاً بأن هناك أيام تتقدم فيها بخطى قصيرة فقط. وبأن هذا أيضاً لا بأس به.“  
دانييل ل.

# ما هي أشكال التصلب المتعدد MS؟

حتى وإن تحدثنا عن التصلب المتعدد MS، فإن هناك أشكالاً مختلفة لتطوره.

## كيف أعرف نوع التصلب المتعدد MS في حالتي؟

يمكن من خلال المراقبة المنتظمة لتطور أعراض التصلب المتعدد MS وكل التغيرات أن يتمكن طبيبك من تحديد شكل التصلب المتعدد MS وتحديد الطريقة الأنجع لمعالجته.

## 1. التصلب المتعدد MS بنوبات انتكاسية متحولة (RRMS)

### ما هو RRMS؟

- في حالة RRMS تحدث نوبات (انتكاسية). النوبة هي عبارة عن ظهور أعراض التصلب المتعدد MS مجدداً أو تفاقم حدة أعراض التصلب المتعدد MS وآلام لمدة لا تقل عن 24 ساعة.
- تلي كل نوبة انتكاسية فترة راحة (تدعى أيضاً "خمود")، لا تظهر خلالها أية أعراض أو أعراض قليلة.
- ليس بالضرورة أن تؤدي النوبة الانتكاسية إلى إعاقة القدرة الجسدية بشدة. وفي بعض الأحيان تتراجع الآلام على أثر النوبة الانتكاسية كلياً أو جزئياً.
- في حالة RRMS يمكن لإعاقة القدرة الجسدية أن تتفاقم مع الزمن على أثر النوبات الانتكاسية.

### ما هو مدى انتشار RRMS؟

- إن RRMS هو الشكل الأكثر شيوعاً من التصلب المتعدد MS.
- يتم تشخيص RRMS لدى 85 - 90 بالمئة من كل الأشخاص المصابين بالتصلب المتعدد MS.

\*RRMS = تصلب لويجي متعدد

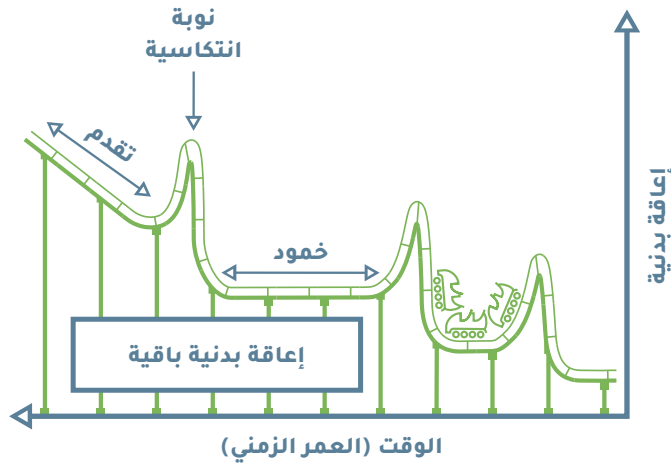
## لماذا تحصل النوبات الانتكاسية؟

يمكن ظهور النوبات الانتكاسية دون أي سبب أو بسبب حدث معين على سبيل المثال التعرض لعدوى ما.

## كيف تتطور النوبة الانتكاسية؟

- هناك نوبات خفيفة ونوبات شديدة.
  - يمكن أن تستمر النوبة أيام أو أشهر.
- لمزيد من المعلومات أنظر النوبات الانتكاسية للتصلب المتعدد MS في الباب التالي.

يمكن تصور RRMS كعربة على طريق متعرج: ارتفاع الطريق تقابله درجة الإعاقة الجسدية وطول الطريق يقابله مسار الزمن. في النوبة الانتكاسية تسير العربة بشكل حاد إلى الأعلى ومع كل ارتفاع يزداد ارتفاع الطريق تدريجياً.



## 2. التصلب الثانوي المتعدد MS المتقدم (SPMS)

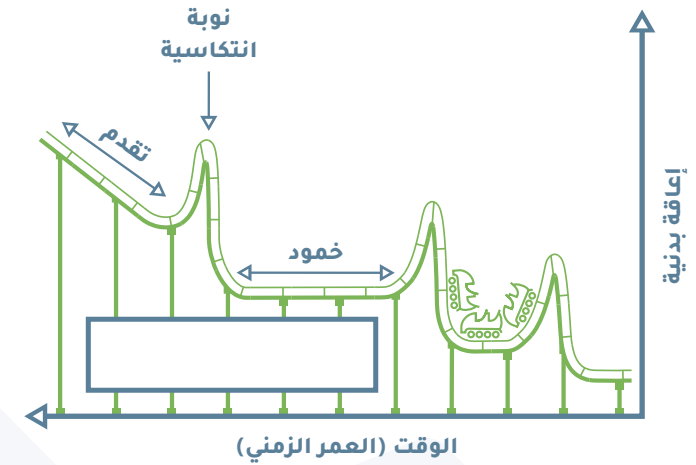
### ما هو SPMS؟

- في بعض الحالات المرضية تتطور RRMS إلى SPMS.
- يتم تشخيص SPMS عندما يتقدم التصلب المتعدد MS بين النوبات الانتكاسية بشكل تدريجي.

### كيف ينتشر SPMS؟

في حال عدم معالجة RRMS فإنها تتطور لدى كل ثاني مصاب خلال فترة عشر سنوات ولدى الأغلبية بعد 25 عاماً إلى SPMS.

لنقى أمام صور العربة في الطريق المتعرج: عند كل نوبة انتكاسية تنحدر الطريق بشدة إلى الأسفل. لكن الان تأخذ الطريق في الارتفاع بين كل نوبتين انتكاسيتين.



## 3. التصلب الاساسي المتعدد MS المتقدم (PPMS)

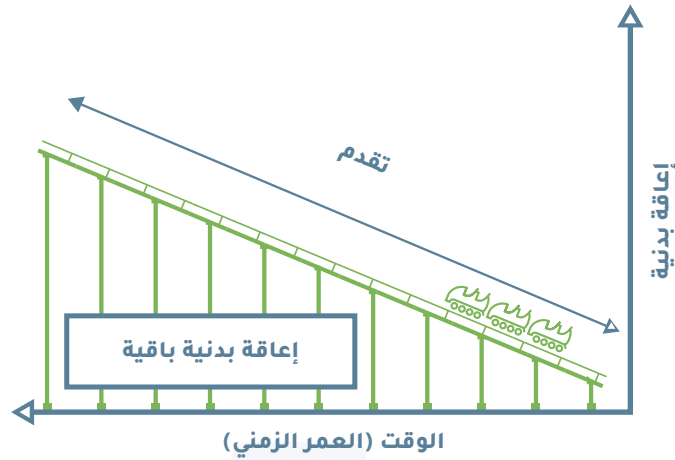
### ما هو PPMS؟

- في الحالات المرضية PPMS لا توجد نوبات انتكاسية.
- أعراض التصلب المتعدد MS تبقى كما هي أو تزداد حدة مع الزمن.

### كيف ينتشر PPMS؟

لدى حوالي عشرة بالمئة من المصابين بالتصلب المتعدد MS فإن الشكل المرضي هو PPMS.

تشابه الحالة المرضية العربة في الطريق المتعرج التي ترتفع باستمرار دون نوبات انتكاسية.



# ما هي النوبة الانتكاسية للتصلب المتعدد MS؟

في حالات التصلب المتعدد MS المتحول المصحوب بنوبات انتكاسية (RRMS) يوجد بين كل نوبة وأخرى أحياناً مراحل لا يظهر فيها أي أثر للتصلب المتعدد MS، بسبب عدم ظهور أعراض أو فقط ظهور أعراض قليلة.

في بعض الأحيان لا يمكنك بالضبط معرفة إن كان لديك نوبة انتكاسية أم لا، لكن حتى وإن كنت غير متأكد من ذلك يجب عليك مراجعة الطبيب أو فريق التصلب المتعدد MS بهذا الخصوص. ربما تكون النوبة الانتكاسية سبباً لبدء أو لتغيير علاجك.

**جدير بالمعرفة**  
يتم الحديث عن نوبة انتكاسية عند ظهور عارض مرضي جديد للتصلب المتعدد MS أو في حال ارتفاع حدة عارض مرضي للتصلب المتعدد MS يستمر لما لا يقل عن 24 ساعة.

في حال تعرضت لنوبة انتكاسية لم تخبر طبيبك عنها فانك لست الوحيد في هذه الحالة: هناك 30 بالمئة من الأشخاص المصابين بالتصلب المتعدد MS لا يخبرون أطباءهم بالنوبات الانتكاسية الجديدة.  
ربما يعود ذلك إلى أنه ليس من السهل في بعض الحالات معرفة النوبة الانتكاسية.



## متى يمكن القول بعدم وجود نوبة انتكاسية فعلية؟

في حال كانت هناك أسباب أخرى للأعراض المرضية مثل:



التعب



الحر



آلام قبيال الحيض



الضغط



عدوى

## جدير بالمعرفة

غالباً ما تلي كل نوبة انتكاسية للتصلب المتعدد MS مرحلة هدوء تختفي فيها الاعراض كلياً أو جزئياً.

## نصيحة

في حال كنت تعتقد بوجد نوبة انتكاسية لديك، فيجب عليك مراجعة طبيبك بأسرع وقت ممكن. إنه موجود من أجل مساعدتك.

# كيف تتم معالجة التصلب المتعدد MS؟

في السنوات الـ 30 الأخيرة حصل تقدم كبير في مجال التشخيص المرضي للتصلب المتعدد MS وتطوير أدوية جديدة لمعالجة التصلب المتعدد MS. واليوم يعكف الكثير من العلماء في كافة أنحاء العالم على البحث عن علاج للتصلب المتعدد MS وعن طرق علاجية جديدة. لا يوجد حتى الآن علاج ناجح للتصلب المتعدد MS. لكن هناك معالجات يمكنها تسهيل التعايش مع التصلب المتعدد MS. ما هي المعالجة وحول ما هي خطة العلاج التي تلائمك بشكل أفضل يمكنك استشارة طبيبك في هذا الأمر.

## ما هي إمكانيات علاج التصلب المتعدد MS المتوفرة؟

هناك شكلين لمعالجة التصلب المتعدد MS:

<b>معالجة الاعراض المرضية</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• تخفيف حدة الاعراض المرضية</li><li>• المساعدة أثناء النوبات الانتكاسية</li></ul>
<b>معالجة تناسب تطور الحالة المرضية (دوائية)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• تخفيف حدة الاعراض المرضية</li><li>• تهدف إلى تخفيف عدد النوبات الانتكاسية وكبح تسارع تطور التصلب المتعدد MS</li></ul>

لكل نوع من الإجراءات العلاجية هناك إمكانيات مختلفة وهي بازدياد مضطرب. تم ترخيص أول طريقة معالجة تناسب تطور الحالة المرضية من التصلب المتعدد MS عام 1990. في الوقت الحالي هناك أكثر من عشرة طرق.

## جدير بالمعرفة

يرتبط العلاج الأمثل بك وبطريقة حياتك.

ناقش مع طبيبك موضوع العلاج الأمثل بالنسبة لك. وبما أن هناك إمكانيات مختلفة، يمكن لخطة علاجك أن تتناسب مع قرارك أو تطور التصلب المتعدد MS لديك.

## كيف يتم مفعول المعالجة التي تناسب تطور الحالة المرضية؟

يمكن للمعالجة التي تناسب تطور الحالة المرضية أن تقلل من عدد النوبات الانتكاسية. علاوة على ذلك تقلل من الالتهابات الناجمة عن التصلب المتعدد MS في الجسم - كذلك عندما تشعر بأنك بحالة جيدة وأن التصلب المتعدد MS لديك مستقر.

إذاً من المهم أن تستمر في المعالجة التي تناسب تطور الحالة المرضية، حتى وإن كنت تشعر بأن وضعك الصحي جيد - إلا في حال نصحك طبيبك بشيء آخر.

## إن التصلب المتعدد MS يظهر فقط جزئياً:

- 1 ما تشعر به وما يظهر للخارج
- 2 ما يحدث من تغيرات في الجهاز العصبي المركزي بسبب التصلب المتعدد MS لا يتم الشعور بها وتبقى مخفية تحت السطح

## هل من المضمون تناول دواء آخر إلى جانب المعالجة المناسبة لتطور الحالة المرضية؟

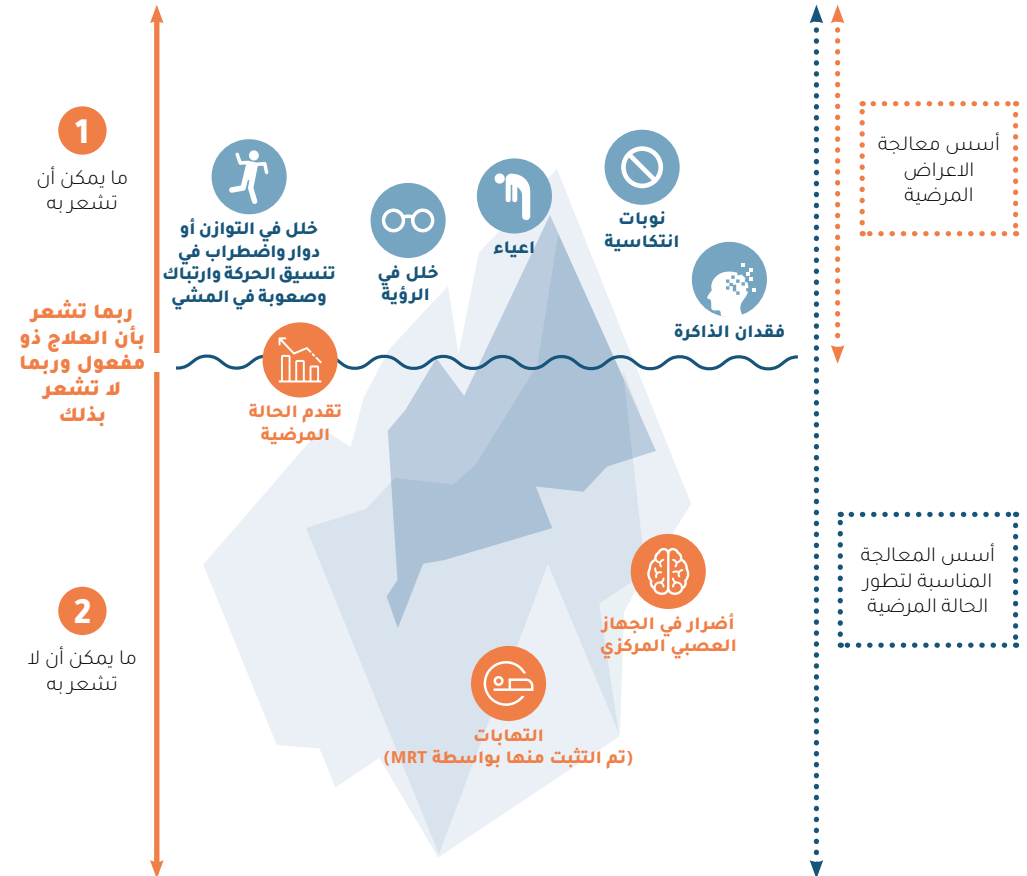
يرجى احاطة أخصائي الاعصاب بذلك في حال كنت تتناول دواء آخر يتطلب وصفة طبية أو بدون وصفة طبية أو دواء نباتي أو مكمل غذائي.

في حال كنت تخضع لعلاج من قبل طبيب غير الذي يعالجك ضد التصلب المتعدد MS، يرجى احاطته علماً بمعالجتك ضد التصلب المتعدد MS. يمكن لمستحضرات التصلب المتعدد MS الدوائية أن تؤثر على مفعول الادوية الأخرى وعلى نتائج فحص الدم.

## كيف يمكن الملائمة بين طريقة حياتي وبين العلاج ضد التصلب المتعدد MS؟

إن المعالجة الفعالة ضد التصلب المتعدد MS هامة جداً. ويجب أن تلائم طريقة حياتك. ويلعب السؤال حول شكل تناولك للدواء دوراً هاماً في ذلك.

في حال كان من الصعب عليك ملائمة علاجك مع حياتك اليومية ومع عائلتك وحياتك الوظيفية وأوقات فراغك أو مع الاجازة والسفر فيمكنك التحدث مع طبيبك في هذا الأمر.





هل لديك أسئلة ترغب في طرحها على طبيبك؟ يمكنك كتابتها هنا.



### فكر بذلك

إنه حقاً هام جداً أن تتناول دوائك كما هو موصوف لك وأن تفي بكل مواعيدك عند الطبيب وأن تنفذ فحوصات الدم جميعها - حتى وإن كنت تشعر بأنك بصحة جيدة. فقط بهذه الطريقة يمكن التعرف على التطورات المرضية، التي ربما أنك لا تشعر بها، والتعامل مع الحالة المرضية. ويفضل الشروع بالعلاج بوقت مبكر. ففي هذه الحالة لديك أفضل الفرص في إيقاف تطور التصلب المتعدد MS والالتهابات في الجهاز العصبي المركزي.



### نصيحة

- قم بوضع قائمة تتضمن كل الأدوية التي تتناولها: أدوية التصلب المتعدد MS والأدوية المضادة لآلام أخرى وتلك التي تتطلب وصفة طبية أو بدون وصفة طبية أو دواء نباتي أو مكمل غذائي.
- قم بوضع قائمة تتضمن كل الامراض التي تعاني منها في الوقت الحالي أو كنت تعاني منها في الماضي وتلك التي ينبغي أن يعلم بها أطباءك المعالجون.

# الأهم هو أنت.

## 360 درجة

كل شيء من أجلك.  
خدمات شاملة بشأن  
التصلب المتعدد MS.

كافة الأمور تدور  
حولك بمقدار 360 درجة.  
هنا يتعلق الأمر بمواضيعك  
وبما تنتظره أنت شخصياً وبخطتك  
للحياة والتعايش مع التصلب المتعدد  
MS - وبغض النظر إن كنت مصاباً منذ  
زمن طويل أو قد تم تشخيص ذلك  
لديك حديثاً. كافة الخدمات مجانية  
وفردية ويمكن ربطها مع  
بعضها البعض.



### المواد الخاصة بك كراس المعلومات

كراس حول مواضيع مثل  
„فهم التصلب المتعدد  
MS“، الحياة اليومية، تقرير  
شكل الحياة المستقل،  
معلومات ونصائح  
لذوي المصابين“ (باللغة  
الألمانية) أو كراس مناسب  
للأطفال مخصص لذويهم  
ولأطفالهم.

[materialien.ms360grad.de](http://materialien.ms360grad.de)



### برنامجك المصاحب للتصلب المتعدد MS GEMEINSAM STARK معاً نستطيع

مع استراتيجيات مرشد  
التصلب المتعدد MS من  
أجل تطوير الحياة الخاصة  
وفهم دواء Biogen الذي  
وصف لمعالجة التصلب  
المتعدد MS.

في حال تطلب الأمر يمكن  
الاستفادة من التدريب على  
الحقن المهني بكفاءة.

[begleitprogramm.ms360grad.de](http://begleitprogramm.ms360grad.de)



### تطبيق APP الخاص بك Cleo

جرب برنامج الشعور  
بالرفاهية والراحة، واستخدم  
دفتر يومياتك وتواصل  
بالتشات مع مرشدك بشأن  
التصلب المتعدد MS.

إن تطبيق Cleo App يتماشى  
مع الحياة اليومية ويمنحك  
الأفكار الجديدة ويقدم لك  
المساعدة الواضحة.

[app.ms360grad.de](http://app.ms360grad.de)



### فريق الخدمات MS Service-Center

نصيحة جيدة من قبل  
مرشد التصلب المتعدد MS  
بشأن التصلب المتعدد MS،  
معلومات حول مواضيع  
مثل شريك الحياة والشعور  
بالراحة - خدمات لك ولذويك،  
بثمانى لغات (اللغة العربية  
أيضاً) وباللغة الألمانية.

[serviceteam.ms360grad.de](http://serviceteam.ms360grad.de)



### أونلاين على الانترنت

[mein.ms-life.de](http://mein.ms-life.de)

معلومات حول الاعراض  
المرضية، دوائك من  
Biogen لعلاج التصلب  
المتعدد MS، الحركة،  
التغذية الخ. تبادل  
الخبرات مع مصابين  
- مشخصين حسب  
الاهتمام والمعرفة.

[mein.ms-life.de](http://mein.ms-life.de)

هل ترغب في الحديث حول 360 درجة أو الحصول على معلومات أونلاين؟

+49 800 070 55 00 اتصال مجاني، من الاثنين حتى الجمعة من الساعة 8 صباحاً - الساعة 8 مساءً

[www.ms360grad.de](http://www.ms360grad.de)

# 360 درجة

كل شيء من أجلك.  
خدمات شاملة بشأن  
التصلب المتعدد MS.

## أونلاين على الانترنت

أونلاين على الانترنت  
mein.ms-life.de تقدم معلومات وافية حول  
التصلب المتعدد MS.

## فريق الخدمات SERVICE-TEAM

يقوم فريق الخدمات بالاجابة على تساؤلاتك  
ومنحك الوقت الكافي.

## تطبيق APP الخاص بك

يساعدك تطبيق Cleo App في التغلب على  
الحياة اليومية مع التصلب المتعدد MS.

## برنامج المصاحب للتصلب المتعدد MS

يدعم برنامج التصلب المتعدد MS المصاحب معاً نستطيع  
GEMEINSAM STARK كل الذين وصف لهم دواء Biogen لمعالجة  
التصلب المتعدد MS.

## المواد الخاصة بك

سواء طباعة أو تحميلاً من الانترنت: كراسات حول مواضيع هامة تشمل كل ما يتعلق  
بدواء Biogen والتصلب المتعدد جميعها متوفر لك.

هل ترغب في الحديث حول  
360 درجة أو الحصول على  
معلومات أونلاين؟

هاتف - استعلامات - 360 درجة  
**+ 49 800 070 55 00**

اتصال مجاني، من الاثنين حتى الجمعة من  
الساعة 8 صباحاً - الساعة 8 مساءً

هل ترغب في الحصول على  
معلومات حول 360  
درجة أونلاين؟

[www.ms360grad.de](http://www.ms360grad.de)

