

الفصل السادس

التهاب المعثكلة

Pancreatitis

تستقر المعثكلة في أعلى البطن خلف المعدة ، على الخط المتوسط ، وهي غدة ذات إفرازين مختلفين ، فهي تفرز الأنسولين إلى الدم مباشرة ليقوم بحرق السكر في الخلايا النسيجية المحيطة ، كما تفرز الخمائر الهاضمة المختلفة إلى الأمعاء عبر طرق معثكلية تجتمع مع القناة الصفراوية الجامعة لتنتفح في الإثني عشري (في مجل واتر) .

ويمكن للرضوض أو الأخماج أو الالتهابات المختلفة أن تسبب التهاب هذه الغدة التهاباً حاداً يدوم عدة أيام ثم يشفى بلا أي عقابيل ، أو أن يصبح مزمناً مسبباً آلاماً بطنية بين الحين والآخر (كل عدة أسابيع أو أشهر) ، ويعاني المصاب بالالتهاب المزمن من هجمات الالتهاب الحاد وهو الذي يسبب سوء امتصاص الطعام أو الداء السكري أو كليهما .

أسباب التهاب المعثكلة :

السبب الأول تناول الكحول خصوصاً إذا تجاوز المقدار ٣, ١ مل^(١) كل يوم . (ويتجاوز المصابون بالتهاب المعثكلة عادة هذا المقدار بكثير) .

(١) كل ١ مل (ملي ليتر) = ١ سم^٣ (ستيمتر مكعب)

والسبب الثاني (ويمثل ثلث الحالات) هو نزول حصيات المرارة وعلوقها عند مجل واطر حيث تسبب احتباس المفرز المعثكلي ، فتتراكم الإنظيمات في المعثكلة مسببة تخربها والتهاب خلاياها .

وهناك أسباب أخرى كثيرة أقل تواتراً من السببين المذكورين ، كارتفاع عيار الغليسريدات الثلاثية في الدم إلى أكثر من ١٠٠٠ ملغ / ١٠٠ مل ، فهذا المقدار يمكنه أن يخرش الخلايا المعثكلية وهناك أسباب أخرى كثيرة متفرقة ككثرة المفرزات المعدية القرحية الحامضة بحيث تسقط على المعثكلة فتخرشها وتسبب التهابها . واستعمال بعض الأدوية مثل :

المُدرّات والتتراسكلين والاستروجين . ويمكن للحمات الراشحة كأمثال حمة النكاف أن تسبب التهاب المعثكلة أيضاً .

ومهما كان السبب والآلية فإنّ النتيجة واحدة وهي انتباج الطرق المعثكلية وتضييقها وما يتلو ذلك من احتباس الإنظيمات في الغدة المعثكلية مسببة تخرب خلاياها .

وتتجلى الأعراض بألم ممزق شديد ، ومستمر في أعلى البطن . وينتشر هذا الألم إلى الظهر ، ويطرافق عادة بحمي وغيثان وأقياء ، ويخف بالجلوس والانحناء للأمام . وينتهي بعد مرور ساعات ، ولكنه قد يستمر عدة أيام .
إنّ قواعد الحمية في التهاب المعثكلة بسيطة ، ولكنها تحتاج إلى مراقبة طبية دقيقة :

لا تأكل شيئاً أثناء الهجمة الحادة . والأفضل لك أن تدخل المستشفى لتعطى تغذيتك عن طريق الوريد ، وتُعَوّض سوائلك المفقودة ، وتحقن لك المسكنات اللازمة لتهدئة ألمك . ومتى زال الألم يمكنك تناول السوائل الصافية ثم العودة تدريجياً إلى الطعام الطبيعي .

وإذا تكررت الهجمات فإنّ النسيج المعثكلي يتخرب شيئاً فشيئاً ، وعندئذ تقل وظيفة الخمائر الهاضمة ، ويقل إنتاجها . وأنذ لا يمكن هضم الطعام ولا امتصاصه فيخرج كما هو .

ويصبح البراز غنياً بالدهن ، ويحدث الإسهال نتيجة عسرة هضم الدسم ، وعندئذ تنشأ مشكلة صرف الغائط في المرحاض الذي كثيراً ما ينسد بسبب الكتلة الغائطية الكبيرة غير المهضومة . كما تسحب الدهون الخارجة معها الفيتامينات المنحلة فيها K ، D ، E ، A .

وإذا وصلت حالتك إلى مرحلة التهاب المعثكلة المزمن فيجب عليك قبل كل شيء ترك الكحول فوراً .

وكثيراً ما يصاب مرضى الالتهاب المزمن بالداء السكري ، لعدم تمكن المعثكلة من إنتاج كمية كافية من الأنسولين . وعندئذ سيحتاجون له دوائياً أو بإعطاء الحبوب الخافضة للسكر . ثم تأتي الخطوة التالية في تعويض الإنظيمات المعثكلية الناقصة فتؤخذ قبل وأثناء كل وجبة ، وتعتمد جرعتها على كمية الطعام وشدة النقص الخمائري . وهناك نماذج تجارية كثيرة ، منها Kuzyme ، cotazym ، ومنها أصناف مجهزة بغلاف يحميها من الذوبان في المعدة فلا تفتح الحبة الصغيرة إلا بعد أن تجتاز المعدة . وبذلك يمكن إيصال كميات كبيرة من هذه الإنظيمات إلى الأمعاء دون أن تتخرب ويأقل تأثيرات جانبية ممكنة .

ولكن يجب أن تعلم بأن هذه المستحضرات مهما كانت قريبة من الإنظيمات الطبيعية إلا أنها لن تكون في قدرتها على الهضم وحسن توقيتها كالمفرز الطبيعي منها ، ولذلك لا بد من الحرص على انتقاء الحمية المناسبة وبالمقدار الكافي دون فائض ولا نقص .

يجب ألا تتجاوز كمية الدسم في الحمية ١٥٪ من الحريرات المطلوبة . وأن يكون معظمها من الدسم غير المشبعة (الوحيدة أو العديدة) ، وأما البروتينات فلا يجوز أن يتجاوز مقدارها ٢٥-٣٠ غ من البروتين الحيواني لتأمين الحموض الأمينية الأساسية ، (لحم دجاج بلا جلد ، أو لحم أسماك) . ثم يَتَمَّ باقي الحريرات المطلوبة من النشويات والسكريات .

ولا تنس الخضار والفاكهة بالمقدار الذي تشتهي نفسك ، فالخضار مؤلفة من السكريات العديدة المركبة ولا تعتمد في هضمها على خمائر المعثكلة ،

وهي التي تشكل الكتلة البرازية الضرورية لمنع الإمساك .

ولا تنسَ إعاضة الفيتامينات المنحلة في الدم ، والفيتامين B12 . (انظر الجدول ٤١ ، ٤٢) لمعرفة الأغذية التي تناسب أو لاتناسب مرضى التهاب المعثكلة . ولقد أدرجت في الجدول ٤٢ حمية مؤلفة من ١٥٠٠ حريرة وسطياً ، ١٥٪ منها على حساب الدم ، وإذا رغبت في زيادة الحرّات فعليك أن تأخذ مزيداً من الخبز والفواكه . وإذا كان مستوى الغليسريدات الثلاثية مرتفعاً جداً في دمك (بالمثات) احذف عصير الفاكهة ، واجعل كمية الفاكهة الطازجة لا تتجاوز (٢-٣) وجبات يومياً ، ولا تتناول الحلويات السكرية ولو كانت خالية من الدم ، ولكن خذ تلك المحلاة بالأسبارتام إذا كنت مصاباً بالسكري . ويفضل بعض الأطباء إعطاء مضادات الأكسدة فيعطى يومياً ٢٥٠٠٠ وحدة من البيتاكاروتين (١٥ ملغ) ، و ٨٠٠ وحدة من الفيتامين E ، و ١٠٠٠ ملغ من الفيتامين C .

* * *