## الفصل السادس

# أوجه الحساسية ومظاهرها

### حساسية الجلد Skin Allergy

الجلد عضو مهم وله وظائف عديدة منها: تنظيم درجة حرارة الجسم، وإزالة الفضلات وبعض السموم عن طريق المسامات والعرق، وحماية أعضاء الجسم الداخلية. كما أنه الجزء الذي به نحس الأشياء، فعن طريق الجلد نحس بالبرودة والحرارة والألم واللمس والحكة، ويساعدنا الجلد على التكيف في البيئة المحيطة بنا. بالإضافة إلى ذلك فإن مظهرنا يعتمد على مظهر الجلد ولونه وملمسه وخلوه من الأمراض. وكثير من الأمراض الداخلية قد تنعكس على الجلد. وهناك أمراض جلدية عديدة ولكن سأقصر حديثي على حساسية الجلد ومنها:

**أ - الإكزيما (Eczema) أو النملة أو التهاب الجلد التحسسي:**

تبدأ الأكزيما عادة في الأشهر الأولى من حياة الطفل على شكل إحمرار على الخدين وبقية الوجه وخلف الأذنين (انظر الصورة) ثم تنتشر إلى ثنيات الجلد وخاصة في منطقة الكوع وخلف الركبة. وقد تنتشر إلى القدمين والرجلين. وفي الحالات الشديدة تشمل معظم

أكزيما عند طفل حساس للحليب

أنحاء الجسم. وفي معظم الأحيان يكون الاحمرار مصحوباً بقشرة خفيفة أو حبيبات صغيرة قدر رأس الإبرة تكون مملوءة بسائل (كفقاعة صغيرة). وفي الحالات الحادة يسيل من الجلد مادة بلازمية كالماء وتكوّن قشرة مصفرّة قليلاً. وفي الحالات المزمنة يكون الجلد خشناً وسميكاً مع تجعدات وتغير في اللون قد يكون أحمر أو بنياً أو بنفسجياً وذلك تبعاً للون الجلد. وفي أحيان كثيرة تكون الأكزيما عند الأطفال مصحوبة بقشرة صفراء سميكة على فروة الرأس ولها رائحة كريهة، وأحياناً تجعدات على الجفون (في الحالات الشديدة). وأما في البالغين فتكون معظم حالات الأكزيما على اليدين والرجلين، ولكنها قد تشمل أجزاء أخرى من الجسم، وذلك حسب شدة الحالة. وفي حالات عديدة تظهر الأكزيما على شكل حبيبات أو حويصلات وفقاعات مائية بين أصابع اليد وفي راحة اليد تسبب حكة شديدة ثم يسيل منها إفرازات لزجة مائلة إلى اللون الأصفر.

**ما هي أعراض الأكزيما؟**

إن أهم مشكلة في الأكزيما هي الحكة الشديدة المصاحبة لها، وتزيد هذه الحكة في الليل وبعد الاغتسال بالماء واستعمال الصابون وزيادة التعرق أو الانفعال. والحكة قد تكون شديدة مما ينتج عنها تقرحات في الجلد تصل أحياناً إلى إسالة الدم. وبعض الناس تزداد عندهم الحكة في فصل الشتاء وبعضهم الآخر في فصل الصيف. وشدة الحكة قد تتسبب أحياناً في فقدان النوم، ويصاب المريض بالأرق ويصبح عصبياً. أما الأطفال فإنهم يصبحون صعبي المزاج ويكثرون من البكاء.

**ما هي الأشياء التي تثير الأكزيما؟**

بعض حالات الأكزيما مسببة عن حساسية لطعام أو غبار أو ملابس أو مواد أخرى، وبعضها الآخر الآخر غير معروف السبب، ومعظم حالات الأكزيما في الأطفال الرضع ناتجة عن حساسية الأطعمة وخاصة الحليب والبيض والحبوب مثل: القمح. وعادة تكثر الأكزيما في أفراد العائلات الذين يعانون من أنواع أخرى من: الحساسية مثل: حساسية الأنف والربو.. إلخ. وسواء كانت الأكزيما حساسية وراثية معروفة السبب أو غير معروفة السبب فإن الأشياء التي تهجيها وتزيد الحالة سوءاً هي:

- الجفاف الزائد (وخاصة في الشتاء عند استعمال التدفئة).
- كثرة استعمال الماء والصابون والاستحمام.

- زيادة الحرارة مع العرق، والملابس والأغطية الخشنة وخاصة الصوف، الإرهاق الجسمي والنفسي واستعمال المراهم والدهونات القوية المهيجة.

**هل للأكزيما مضاعفات؟**

ان خدوش الجلد نتيجة الحك الشديد يفتح الباب لدخول الجراثيم إلى الجلد مما ينتج عنه التهابات ثانوية تزيد الحالة سوءاً، مسببة عن بكتيريا عنقودية (Staph Aureus) يجب علاجها. كذلك فإن تغير لون الجلد والتقرحات قد تسبب حالة نفسية وعصبية، خاصة إذا كانت الأكزيما تشمل الوجه أو أجزاء مكشوفة من الجسم. وكثرة الحكة وقلة النوم قد تجعل المريض عصبي المزاج قليل التركيز.

وكثيراً ما تكون الأكزيما هي أول مظاهر الحساسية الشديدة مثل: حساسية الأنف والربو. وإذا ظهرت الأكزيما مع حساسية الأنف فإنه يصبح شبه مؤكد أن حالة حساسية الصدر تظهر في وقت أو آخر، وخاصة إذا كان أحد أفراد الأسرة يعاني من الحساسية.

**كيف تعالج الأكزيما؟**

إن الخطوة الأولى في العلاج هي أخذ سيرة مرضية مفصلة من قبل مختص الحساسية. فالمختص يسأل المريض عن الأعراض، بدايتها شدتها، الأشياء التي تزيدها، الأشياء التي تخففها، الغذاء

وأنواعه ومتى بدأ الغذاء إذاكان المريض طفلاً، وجود أفراد آخرين من العائلة يعانون من الحساسية..إلخ من الأسئلة التي تساعد على معرفة السبب. وبعدها قد يجري المختص بعض التحليلات وفحوصات الحساسية الخاصة، ويتلخص علاج الأكزيما في الآتي:

١- تجنب لبس الملابس الخشنة. وأنصح بلبس ملابس قطنية ناعمة على الجلد، وإذا كان الجو بارداً فإن عدة طبقات من القطن تقوم مقام الصوف. وإذا كان لابد من الصوف فيلبس تحته قطن.

٢- تجنب الفروقات الكبيرة في درجات الحرارة مثل: البرودة الشديدة أو الحر الشديد.

٣- قص الأظافر؛ لأن المريض يحك لا شعورياً والأظافر الطويلة تسبب تقرحات الجلد وبذلك تزداد الحالة سوءاً.

٤- في حالة الأطفال الصغار: بالإضافة إلى قص الأظافر، يجب لبس كفوف (قفازات) قطنية وبيجامات قطنية تغطي القدمين وقت النوم.

٥- الإقلال من الحمام والصابون المعطر، والاكتفاء بالحمام ٢-٣ مرات في الأسبوع، واستعمال صابون خاص مثل (نيتروجينا وبيسيس..إلخ) حسب نصيحة الطبيب، وإذا كان لابد من الاستحمام يومياً فيجب استعمال زيت أو كريمات مرطبة بكثرة بعد الحمام.

وعلى أي حال فإن قلة أو كثرة الاستحمام فيه خلاف في وجهات النظر ولكن استعمال المرطبات بعد الاستحمام أمر مهم.

٦- استعمال كريمات مرطبة للجلد، لمنع الجفاف يومياً وبعد كل حمام، مثل: الكريمات المطرية للجلد (نيفيا، بلندكس..إلخ) ويمكن أخذ نصيحة الطبيب في هذا المجال.

٧- استعمال مراهم علاجية خاصة مثل: مركبات الكورتيزون، التي تصرف بوصفة خاصة، لتساعد على شفاء الأجزاء الملتهبة من الجلد.

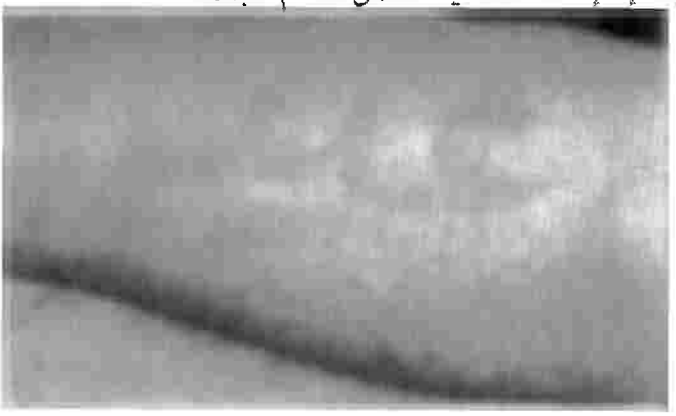
٨- استعمال مضادات الحساسية مثل مضادات الهستامين لتخفيف أو إيقاف الحكة وخاصة وقت النوم حتى يتم شفاء الجلد. وإذا كان هناك التهاب بكتيري وقشرة صفراء على الجلد فيجب استعمال مضاد حيوي.

٩- في بعض الأحيان يطلب المختص من المريض، وخاصة في حالة الأطفال، الامتناع عن بعض الأطعمة لفترة معينة لعله يكتشف المسبب. ولا غنى عن القول أن ملاحظات المريض أو أم الطفل مهمة في تحديد بعض مسببات الأكزيما.

**هل تشفى الأكزيما؟**

في معظم الحالات تكون الإجابة نعم. وخاصة إذا عرف المسبب. وفي حالات الأطفال، كثيراً ما تختفي الأكزيما بعد السنة الأولى وخاصة إذا كانت مسببة عن الطعام، ولكنها قد تستمر سنوات ولربما تمتد إلى سن البلوغ خاصة إذا كان هناك مظاهر أخرى للحساسية

مثل حساسية الأنف. وفي أحيان كثيرة تختفي الأكزيما ليظهرمكانها حساسية الصدر (الربو)، ولكن بالمعالجة ومعرفة السبب فإن معظم حالات الأكزيما يمكن شفاؤها وخاصة في الأطفال قبل بلوغ ثلاث سنوات إلا إذا كانت شديدة تشمل معظم الجلد.



الأرتكاريا (الشري)
حساسية تحدث نتيجة الضغط على الجلد (درموكرانيزم)

الشري: حساسية للبرودة
لاحظ احمرار اليد اليسرى بعد غمسها في ماء مثلج

أرتكاريا (شري)
عند مريض حساس للبيض والحليب

**هل بالإمكان منع حدوث الأكزيما؟**

إذا كان أحد أفراد الأسرة وخاصة الأم، يعاني من الحساسية وجد أن حدوث الأكزيما بشكل خاص، والحساسية بشكل عام يمكن منعه إذا أرضعت الأم طفلها في الستة أشهر الأولى على الأقل. كذلك عدم إعطاء البيض وعصير البرتقال والبُر في السنة الأولى من حياة الطفل، هي من العوامل المساعدة على منع حدوث الأكزيما. وإذا كانت الأم ترضع فعليها أن تمتنع عن البيض والحليب وبعض الأطعمة الأخرى المسببة للحساسية؛ لأنها تنتقل من حليب الأم للطفل.

**ب- الأرتكاريا URTICARIA أو «الشرى» (انظر الصورة)**

إن الشرى «الأرتكاريا» من الحالات الشائعة جداً وتصيب حوالي ٢٠٪ من الناس في فترة أو أخرى من حياتهم. والشرى مظهر من مظاهر الحساسية، وتكون على شكل تورّم أو طفح محدد، محاط باحمرار مصحوب بحكة. وقد يختلف حجم الشرى من بضع مليمترات إلى ٥ سنتيمترات، وقد تصيب أي جزء من الجلد، والشفتين، أو اللسان وجفون العيون. وفي الحالة الأخيرة فإن العين تتورّم لدرجة أن الجفن يغلق العين، وإذا أصابت الحنجرة فقد تسبب صعوبة في التنفس ولربما الاختناق. وفي المعدة والأمعاء تسبب ألماً وغثياناً. ولكن أكثر تركيز ظهور الشرى هو في المناطق التي تضغط

عليها الملابس وخاصة في موضع الحزام. وحساسية الشرى تظهر وتختفي، وقد تكون حادة تستمر لعدة ساعات أو أيام، وقد تكون مزمنة تسمرة لعدة أشهر ولربما سنوات قد تمتد إلى عشر سنوات أو أكثر في بعض الأحوال.

**ما هي أسباب الشرى «الأرتكاريا»؟**

إن أهم أسباب الشرى وخاصة الحاد منها هو الأطعمة أو العقاقير (الأدوية). وأهم الأطعمة التي تسبب حساسية الشرى هي المكسرات كالفستق الحلبي والبندق والفول السوداني..إلخ. والأسماك القشرية كالجمبري (الروبيان) والمحار والأسماك بشكل عام، والشوكلاتة والتوت والفواكه الطازجة الأخرى والأطعمة المتبلة التي تحوي كميات كثيرة من البهارات. ولكن أية مادة سواء كانت طعاماً أو مادة كيماوية يمكن أن تتسبب في الشرى. وأما العقاقير التي تسبب الشرى فهي كثيرة ولكن أهمها الأسبرين ومركباته وكل علاجات الروماتيزم والتهاب المفاصل، والصلفا والمسهلات والمهدئات والمضادات الحيوية وخاصة البنسلين ومشتقاته. ولكن هناك نسبة كبيرة من حالات الشرى، وخاصة المزمنة منها يصعب إيجاد المسبب. وفي دراسة أجريت على عدد كبير من المرضى المصابين بالشرى المزمن، عرف المسبب في أقل من ٦٠٪ من الحالات، بعد إجراء كل الفحوصات التشخيصية المتوفرة. ولكن

حسب خبرتي بعد أن عالجت عدداً كبيراً من هؤلاء المرضى أنه بالصبر والتحري الدقيق يمكن معرفة أسباب معظم الحالات، وبذلك يمكن شفاء الحالة تماماً. وفي الحالات المزمنة عادة أطلب من المريض أن يكتب مفكرة يومية يدون فيها حالة الحساسية شديدة أو خفيفة، وكل شيء تناوله من طعام أو شراب أو علاج، بالإضافة إلى الحالة النفسية. وعندما يعود المريض لمراجعتي، أحلل المعلومات المدونة وكثيراً ما تؤدي إلى معرفة المسبب.

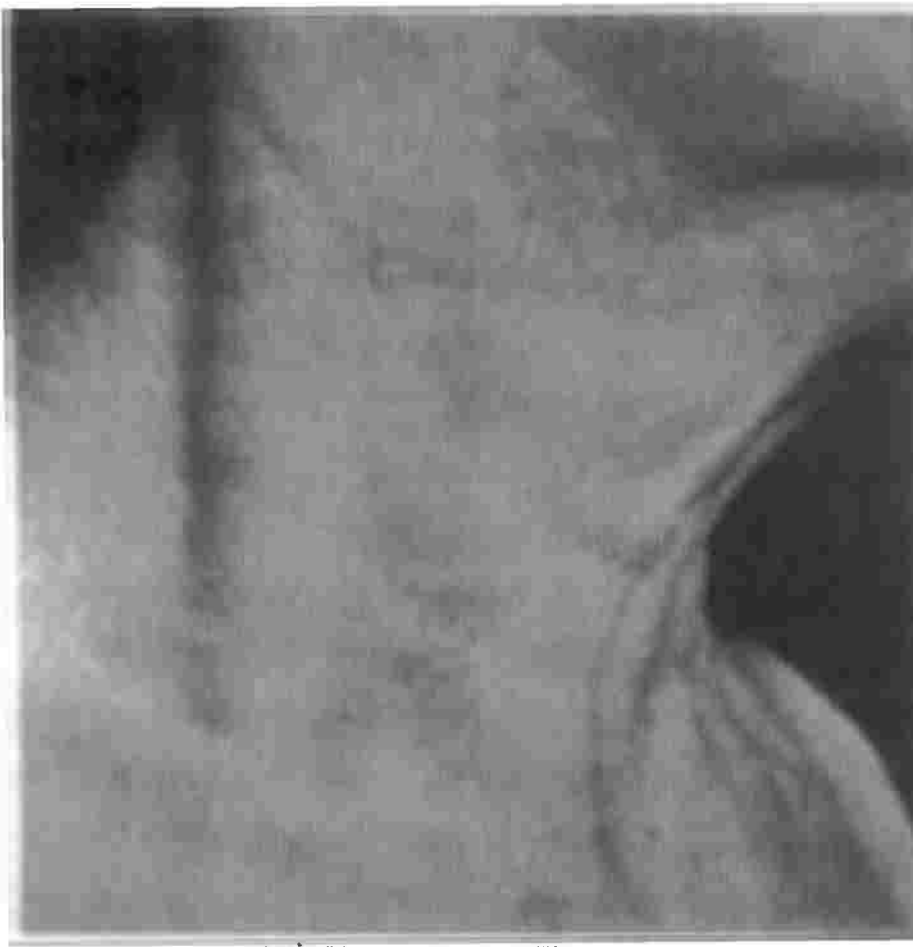
وأهم أسباب الحالات المزمنة هو تناول علاج لا يعده المريض علاجاً، مثل: الفيتامينات والأسبرين والملينات أو حبوب منع الحمل مثلاً. وأحياناً يكون السبب طعاماً أو حساسية للبرودة أو الحر أو الحالة النفسية. وفي النساء خاصة قد يكون اضطراب والتهاب الغدة الدرقية من الأسباب الكامنة وراء بعض حالات الشرى المزمن؛ ولذلك يجب إجراء اختبار وظائف الغدة لجميع النساء المصابات بالشرى. وعلى كل حال سواء عرف المسبب أو لا، فإن جميع الحالات تشفى، عاجلاً أو آجلاً، إذا استثنيت الأمراض الداخلية كالتهاب الكبد.. والذئبة الحمراء..إلخ. وهذا ما أؤكده لمرضاي باستمرار.

**العلاج:**

قبل البدء في العلاج، إذا لم تكن الحالة شديدة، فيجب معرفة

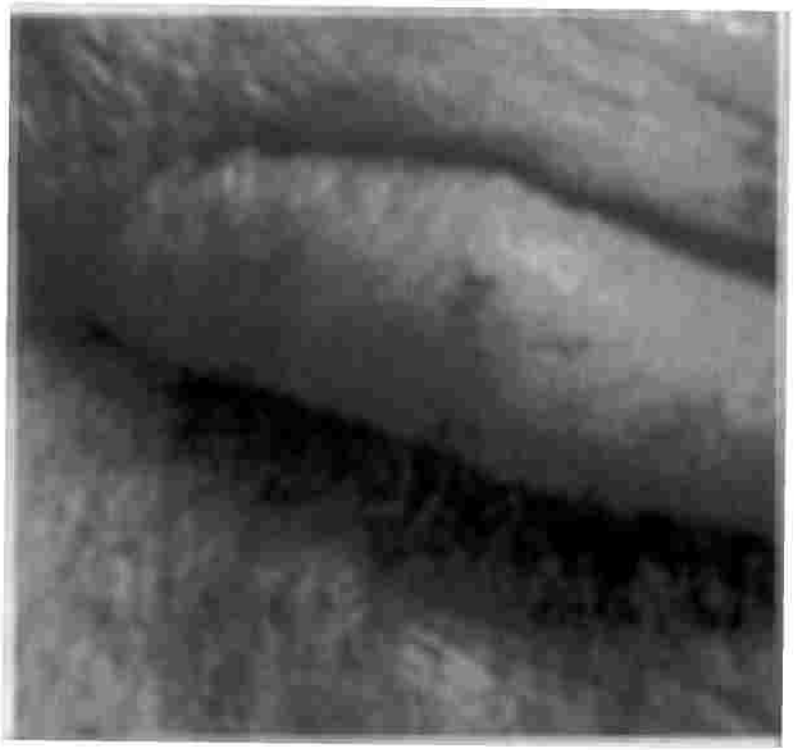
المسبب بالتعاون بين الطبيب والمريض، أحياناً كثيرة فإن اختبار الحساسية يساعد على كشف المسبب.

وفي الحالات الحادة يجب إعطاء الأدرينالين تحت الجلد بجرعة تتراوح بين ٠,٣ و ٠,٥ ملليمتر، وخاصة إذا كان المريض يعاني من تورّم شديد في الشفتين أو اللسان أو الحنجرة. ومضادات الهستامين لها مفعول جيد في تخفيف الورم والحكة المصاحبة للحساسية. وفي بعض الحالات الشديدة قد يعطي الطبيب بعض مشتقات الكورتيزون. أما في الحالات المزمنة فإن الطبيب قد يطلب من المريض الامتناع عن أكل معين، أو علاج معين حتى يتعرف على المسبب. وغالباً ما يصف الطبيب مضاداً للهستامين (Antihista-mine) مثل الأتراكس (Atarax) أو البينادريل (Benadryl) وغيرها. وبعض الأطباء يعطي أبرة كلس في الوريد، وهذه الطريقة غير مفيدة وقد تسبب مضاعفات لا تحمد عقباها. وعلى كل حال فإن التحري الدقيق وملاحظة المريض والطبيب هما شيئان أساسيان لإيجاد المسبب والابتعاد عنه، وهي أفضل علاج لأنها تؤدي إلى الشفاء الكامل.



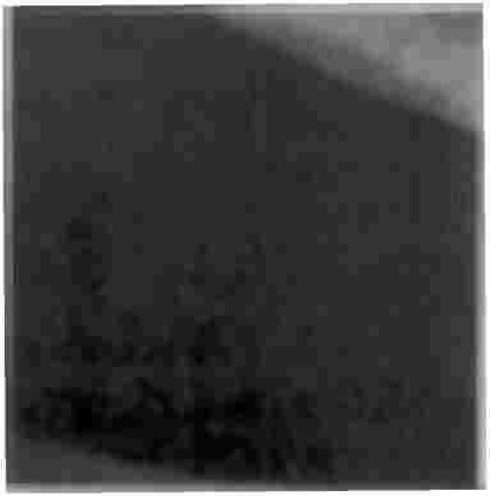
حساسية تلامسية مسببة عن صبغة الأظافر

### جـ - حساسية الجلد التلامسية Contact Allergy



حساسية تلامسية في جفن العين نتيجة صبغة الأضافر

يختلف هذا النوع من حساسية الجلد عن الأنواع الأخرى لكونها تظهر على شكل بقعة حمراء مصحوبة بحكة شديدة مكان تلامس المادة المسببة، للجلد. وكلما تعرض الجلد للمادة نفسها يعود ظهور الحساسية في المكان نفسه (انظر الصورة).



حساسية تلامسية في معدن النيكل في ساعة اليد

وأهم المواد المسببة للحساسية التلامسية هي معدن النيكل الموجود في معاصم الساعات، وسحابات الملابس والمفاتيح وغيرها. وبعد النيكل يأتي الكروم والزئبق في الأهمية بين المعادن المسببة للحساسية. وفي هذه الحالات تظهر الحساسية على الرسغ إذا كان المسبب سوارة معدنية..إلخ. ولكن أغلب مسببات حساسية الجلد التلامسية هي أدوات الزينة والأصباغ التي تستعملها السيدات، مثل: صبغة الأظافر، وصبغة الشعر وأصباغ التجميل مثل: تظليل العيون (Eye Shadow) وصبغة الشفاه (Lipstick) هي من أكثر أدوات الزينة تسبباً في الحساسية. ونادراً ما تظهر الحساسية نتيجة صبغة الأظافر على اليدين، بل تظهر على جفون العينين والوجه محل ملامسة الأظافر. وغالباً لا تفطن السيدة إلى سبب الحساسية لكونها بعيدة عن موضع الصبغ. والمادة المسببة للحساسية في صبغ الأظافر هي بعض عناصر البلاستيك (المطاط) الموجود في كل صبغات الأظافر. وأما الحساسية الناتجة عن صبغة الشعر فإنها تسبب احمراراً وحرقة مع حكة في جلد الرأس والوجه والجفون. وصبغة الشعر من المواد الهامة المسببة لحساسية الجلد التلامسية. ولهذا السبب أنصح بإجراء فحص الحساسية قبل كل استعمال لصبغة الشعر. وفي بعض الأحيان فإن صبغة الشعر قد تسبب حساسية في الأنف يصعب تشخيصها إذا استعملت الصبغة للشاربين (الشنب) أو اللحية كما هو ظاهر من المثل الآتي:

عبدالله رجل وقور في الخامسة والأربعين من عمره، جاء إلى عيادة الحساسية للاستشارة بسبب حساسية مزمنة في الأنف عانى منها الأمرين، وقد عولج من قبل عدة أطباء دون فائدة. وقد أخذت السيرة المرضية كالمعتاد وأجريت له فحوصات الحساسية ولم يتبين أي مسبب للحساسية. ولم يطرأ تحسن يذكر نتيجة العلاج؛ وفي الزيارة التالية لاحظت أن لون شعر الشارب غير طبيعي فسألت المريض فيما إذا كان يصبغ شاربه فأجاب بنعم. وعندها تبين لي أن ظهور أعراض الحساسية كان قد تزامن مع استعمال صبغة الشعر، وعندها نصحته بالتوقف عن استعمال الصبغة وكان ذلك نهاية الحساسية التي كان يشكو منها لسنوات عديدة.

مثل آخر من الحساسية التلامسية المسببة عن أدوات الزينة.

السيدة منى في الثلاثين من عمرها كانت تشكو من احمرار وحكة مع ظهور قشرة ناعمة حول الجفون ظهرت قبل بضعة أشهر. ولما عاينتها تبين أن جفون عينيها متورّمة مع احمرار وقشرة ناعمة مع بعض التجاعيد. وعند السؤال عن صبغة الأظافر تبين أنها بدأت استعمال نوع جديد قبل بضعة شهور، أي مع بداية ظهور الحساسية. ولكنها استبعدت علاقة طلاء الأظافر بظهور الحساسية على الجفون. ولكن بينت لها بالدليل القاطع أن طلاء الأظافر هو السبب بعد إجراء فحص الحساسية المناسب (اختبار اللصقة).

ومن أسباب حساسية الجلد التلامسية الأخرى: مزيلات الشعر ومزيلات رائحة العرق (Antiperspirant) وبعض أنواع العطور القوية خاصة مستحضرات «استي لودر Este Lauder» والعطور المركزة وبعض أنواع الكريمات والمراهم. وبعض النباتات والخضار، مثل: نباتات الزينة والبقدونس والكرفس والطماطم وقشور البرتقال، قد تكون سبباً في حساسية اليدين.

وفي هذا المجال يجب أن لا ننسى الأصباغ والمواد الكيماوية المستعملة في الملابس لتجعلها مقاومة للتجاعيد، في تسبب الحساسية التلامسية.

**كيف يتم تشخيص الحساسية المسببة عن أدوات التجميل؟**

إن تشخيص الحساسية المسببة عن مواد التجميل تتم حسب مظهر الحساسية وموضعها في الجسم ومعرفة التعرض لمادة التجميل، وبعدها يتم إجراء فحص الحساسية بطريقة اللصقة وذلك (Patch Test) بتغطية المادة المشتبه بها على الجلد لمدة ٤٨ ساعة.

**كيف تعالج الحساسية التلامسية؟**

إن أهم طرق معالجة الحساسية التلامسية هي:

أولاً: التوقف عن استعمال مادة التجميل المسببة للحساسية والمواد الأخرى.

ثانياً: معالجة حالة الالتهاب التحسسي لتخفيف الحكة والتورّم.

ثالثاً: استبدال مادة التجميل المسببة للحساسية بمادة أخرى أقل تسبيباً للحساسية (Hypo-allergenic) حيث إن العطور والأصباغ التي تسبب الحساسية قد أزيلت من تلك المستحضرات. ويجب ألا ننسى أن الأصباغ المستعملة في القفازات والفراء والأحذية وبعض الملابس الجديدة وكذلك المواد المطاطية هي من مسببات الحساسية. وعليه فان السيدة التي تلبس قفازات (كفوف) مطاطية لحماية يديها من الحساسية ربما تزيد حالة الحساسية سوءاً نتيجة ملامسة القفازات لجلدها. وفي هذه الحالة يجب لبس قفازات قطنية أو مبطنة بالقطن.

رابعاً: تقليل التعرّض للشمس، حيث وجد أن أشعة الشمس تزيد الحساسية الجلدية التلامسية.

خامساً: استعمال كريمات ومراهم الكورتيزون للأسراع في عودة الجلد إلى حالته الطبيعية، ولكن نوع العلاج يجب أن يقرره الطبيب المختص.

**هل تظهر حساسية التلامس في موضع ملامسة المسبب للجلد فقط؟**

ليس بالضرورة، فإذا كان التعرض للمادة المسببة للحساسية متكرراً وشديداً أو نتيجة استعمال بخاخ (مثل العطور) فإن الحساسية قد تظهر على أجزاء بعيدة عن التعرض المباشر.

ومع أن حساسية الجلد هي من الأمور الشائعة جداً، إلا أن الأمراض الجلدية كثيرة ومتنوعة لا يفرقها إلا الطبيب. وعليه فإن هناك أمراضاً جلدية كثيرة لا علاقة لها بالحساسية.

## حساسية الأنف : Allergic Rhinitis

تعد حساسية الأنف من أكثر مظاهر الحساسية شيوعاً بين الناس. وحيث إن الأنف هو عضو الشم فهو الحاجز الأول الذي يتعرض للغبار والروائح القوية.. إلخ. وكذلك يعد الأنف أول عضو من الجهاز التنفسي، وبذلك يدخل منه الهواء بما يحمل من ذرات محملة بالغبار ولقاح النباتات والزهور والأشجار. وتلتصق به هذه الذرات وتسبب الحساسية عند ذوي الاستعداد الفطري للإصابة بالحساسية.

وتركيب الأنف من الداخل يتكون من فتحتين بينهما حاجز أنفي، والأنف مغطى من الداخل بطبقة مخملية ذات نتوءات بارزة تسمى «التربينات Turbinates» أو القرينات وعند تضخمها تعرف باللحمية. وغشاء الأنف إسفنجي مزود بكمية كبيرة من الأوعية الدموية والأعصاب، وتتحكم الأخيرة في الأوعية الدموية، كما أنه يوجد عدد كبير من الغدد المخاطية. ويفتح في الأنف فتحات الجيوب الأنفية (انظر الرسم التوضيحي للأنف). وفي الحالة الطبيعية فإن الأنف يقوم بتنقية الهواء المستنشق وتكييفه وتنظيفه من ذرات الغبار وغيرها. وعادة تضيق إحدى فتحتي الأنف وتتوسع الأخرى ثم تتناوب هذه العملية بين فتحتي الأنف دون أن نشعر بها. أما في حالة الحساسية فإن الأمر يختلف، حيث إنه تفرز هرمونات

من مظاهر حساسية الأنف السواد والتورم تحت الجفون

(هستامين) ومواد كيماوية أخرى نتيجة التعرض لمسببات الحساسية، وينتج عن ذلك تورّم الغشاء المخاطي وتورّم اللحميات وزيادة إفراز المخاط والسوائل، مما ينتج عنه أعراض حساسية الأنف. وحساسية الأنف يمكن أن تظهر في أي سن ولكن أغلب الحالات بين السنة الأولى من الحياة وسن الأربعين. وعدد الذين يعانون من حساسية الأنف يتراوح بين ١٠٪ - ٢٠٪ من عدد السكان، ولكن هذه النسبة تختلف بين بيئة وأخرى. ومعظم حالات حساسية الأنف تحدث عند من هم دون سن الأربعين.

**ما هي أعراض حساسية الأنف؟**

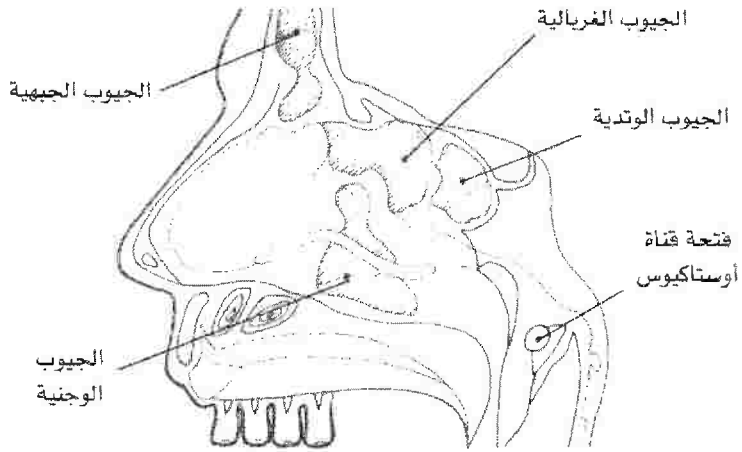
معظم الذين يعانون من حساسية الأنف يظنون أنهم مصابون بزكام مستمر أو متكرر. ولكننا نعلم أن الزكان لا يبقى مستمراً، بل يبقى بضعة أيام ثم يزول. وأعراض حساسية الأنف تختلف بين الصغار والكبار. أما الكبار فأهم شكواهم هي العطاس المتكرر وخاصة في ساعات الصباح. ويعطس المريض عدة مرات قد تصل إلى عشرين عطسة أحياناً، وغالباً ما يكون العطاس مصحوباً بسيلان مخاطي من الأنف، وحكة في الأنف والحلق وأحياناً في الأذنين، مع انسداد في الأنف وزيادة سيلان الإفرازات في الحلق، مما يتسبب في الشعور بأن هناك شيئاً في الحلق يحاول المريض التخلص منه بالنحنحة. وفي بعض الحالات يكون العطاس شديداً

لدرجة يشعر معها المريض بالإرهاق والتعب. وإذاكان تورّم غشاء الأنف بدرجة ينتج عنها انسداد فتحة الأنف فإن المريض يلجأ للتنفس عن طريق الفم، وهذا يسبب جفاف الحلق مع شعور بالألم، وقد يؤدي إلى الشخير أثناء النوم.

وإذا كان انسداد الأنف مستمراً فإن المصاب بالحساسية يعاني من صداع متكرر، وهذا الصداع غالباً ما يكون على شكل شعور بالثقل في مقدمة الرأس. وسبب الصداع هو ضغط اللحمية المتورّمة على نهايات الأعصاب في الغشاء المخاطي، بالإضافة إلى امتلاء الجيوب الأنفية بالإفرازات. وأكثر ما يكون الصداع في أول النهار وتقل حدته في آخر النهار. وأحياناً يكون التهاب الجيوب الأنفية هو سبب الصداع.

أما في الأطفال فإن العطاس يكون قليلاً أو معدوماً (خاصة عند من هم دون الرابعة من العمر). وأهم أعراض حساسية الأنف هو «الزكام المستمر» مع انسداد في الأنف والتنفس من الفم. كذلك سيلان الأنف والسعال (يكون من الحلق) هي من أعراض حساسية الأنف عند الأطفال. كذلك الحكة في الأنف والحلق والأذن والشخير أثناء النوم وتكرار التهاب الحلق قد يكون من المظاهر الأخرى لحساسية الأنف عند الأطفال. والأطفال الكبار قد يشكون من كثرة الصداع وضعف الشهية مع عطاس متكرر كالبالغين وقلق في النوم وكثرة التقلب أثناء النوم.

فرك الأنف من علامات الحساسية




رسم توضيحي جانبي للجيوب الأنفية «تحية الحساسية»

لاحظ السواد والاحتقان في الجفون السفلى

وقد تكون حساسية الأنف موسمية عندما يكون السبب لقاح النباتات في فصلي الربيع والخريف وقد تكون على مدار السنة وتزداد في المواسم.

**ما هي علامات حساسية الأنف؟**

نتيجة الاحتقان المزمن في الأنف يتكون انتفاخ مع سواد في الجفون السفلى «Allergic Shiners» (انظر الصورة)، ونتيجة الحكة في الأنف فإن المريض عادة ما يفرك أنفه إلى الأعلى بيده، وهذه تسمى «تحية الحساسية Allergic Salute» (الصورة) وينتج عنها تجعد في ظهر الأنف، يسمى «التجعد العرضي Transvers Crease». وبسبب التنفس من الفم يبرز الفك العلوي، خاصة عند الأطفال، وينتج عنه تشوه الأسنان وعدم تطابقها. وقد يبدو الشخص وكأنه يعاني من إرهاق مزمن، وهذا يعطي صورة للوجه مميزة «Droopy Facies» عند من يعانون من الحساسية. وتبدو أغشية الأنف واللحميات متورّمة، لامعة، مبللة بالمخاط قد تسد الأنف جزئياً (الصورة) ويكون لون الغشاء المخاطي شاحباً أو أزرق أو يميل إلى الرمادي، وقد تكون اللحميات متضخمة لدرجة تبدو كحبة العنب المملوءة بسائل صافي.

**ما هي مضاعفات حساسية الأنف؟**

بسبب تهيج الأغشية المخاطية والاحتقان في الجيوب الأنفية نتيجة زيادة الإفرازات المخاطية يصبح المريض معرضاً لعدة مضاعفات أهمها:

أولاً: ضعف حاسة الشم. وهذا متسبب عن انسداد الأنف وعدم نفاذ الروائح إلى خلايا العضب الشمية. وهذه الحالة مؤقتة تزول بمعالجة الحساسية، ومع ذلك فهي تفقد المريض لذة تذوق الطعام وتحدث في حوالي ٧٥٪ من الحالات.

ثانياً: التهاب الجيوب الأنفية الحاد المتكرر أو المزمن، وهذه من أهم مضاعفات حساسية الأنف. وعلامات التهاب الجيوب الأنفية هو تحول إفرازات الأنف إلى اللون الأصفر أو الأخضر، مع ثقل في الرأس وصداع وأحياناً ارتفاع في الحرارة.

تورم لحمية الأنف في الحساسية المزمنة

ثالثاً: التهاب الأذن الوسطى المتكرر أو المزمن. وقد يصاب المريض بضعف في السمع نتيجة تجمع سائل داخل الأذن وهذا يحدث بكثرة في الأطفال.

رابعاً: تشوه نمو الأسنان، خاصة عند الأطفال، وينتج ذلك عن بروز الفك الأعلى بسبب انسداد الأنف والتنفس عن طريق الفم، وينتج عن ذلك عدم تطابق الأسنان الأمامية مما يستدعى علاج الأسنان بالتقويم.

خامساً: رائحة الفم الكريهة. مع أن أسباب رائحة النفس الكريهة كثيرة، إلا أن حساسية الأنف المزمنة قد تؤدي إلى التنفس عن طريق الفم وبالتالي جفاف الحلق وظهور رائحة قوية للنفس.

سادساً: حدوث حساسية القصبات الهوائية أو الربو. وهذا من أهم وأشد مضاعفات حساسية الأنف المزمنة. ويحدث الربو أو حساسية القصبات عند حوالي ٥٠٪ من حالات حساسية الأنف المزمنة التي لم تعالج علاجاً مناسباً. ولكن هذه المضاعفات تقل بدرجة كبيرة إذا ما عولجت حساسية الأنف في وقت مبكر.

**ماهي مسببات حساسية الأنف؟**

المسببات كثيرة منها: الغبار، سواء غبار البيت أو الغبار

الخارجي ولقاح الزهور، والأعشاب والأشجار وبعض الأطعمة والفطريات وشعر الحيوانات، وهذه العوامل تختلف باختلاف البيئة والظروف الجوية، وعمر المريض ونوع العمل ومكانه. وبمجرد أن يصبح الأنف حساساً والأغشية المخاطية متهيجة، فإن عوامل أخرى لا علاقة لها بالحساسية، تهيج الأنف وتسبب ظهور أعراض الحساسية من عطاس وسيلان المخاط..إلخ. وهذه العوامل الأخرى التي يتأثر بها الأنف هي تغيرات درجة الحرارة وتلوث الهواء، والروائح القوية مثل: البخاخات والعطور والدخان.. وغيرها.

**كيف تعالج حساسية الأنف؟**

إن الخطوة الأولى للعلاج هي معرفة أسباب الحساسية؛ ولهذا الغرض يقوم مختص الحساسية بإجراء بعض الاختبارات والفحوصات الخاصة حتى يعرف المسبب. فإذا كان المسبب للحساسية شعر حيوان أو ريش طير أو طعام فتجب إزالته من البيت. وفي حالة الطعام فإن العلاج يكون بالحجبة. وإذا كان سبب الحساسية هو غبار البيت والأثاث فيجب تنظيف حجرة النوم، كما بينت في الحديث عن غبار البيت. وأما إذا كان سبب الحساسية هو لقاح النباتات والأشجار والفطريات ففي هذه الحالة قد يرى المختص أن من المفيد تحضير مصل خاص يعطى تحت الجلد على جرعات مناسبة، حيث إنه لا يمكن تجنب لقاح النباتات الموجود في الهواء الذي نتنفسه.

وسواء أعطي المصل أو لا فلابد من إعطاء بعض العلاجات التي يصفها الطبيب قد تكون على شكل نقط للأنف (مثل: محلول الملح) الذي يمكن استعماله لفترات طويلة لتنظيف الإفرازات. أما النقط والبخاخات المحتوية على أدوية قوية فيجب عدم استعمالها لمدة طويلة دون وصفة من الطبيب. وهناك بخاخ يستعمل لمنع تكرار الأعراض، مثل الكروموليين «Rynacrom» حيث يمكن استعماله لمدة طويلة دون خوف من المضاعفات. ولكن كثيراً ما يفشل هذا العلاج بسبب عدم التزام المريض باستعماله أربع مرات يومياً لمدة طويلة وفي معظم الحالات يصف الطبيب مضادات الهستامين (Antihista-mine). وعدد كبير من مضادات الهستامين تسبب نعاساً وتعباً كأعراض جانبية في البداية، ولكن مع الاستمرار في استعمالها تقل تلك الأعراض الجانبية. أما الأطفال الصغار فإنهم يصبحون عصبيين ويصعب عليهم النوم إذا أخذوا مضادات الهستامين. وعليه فيجب عدم قيادة سيارة وقت تناول المضاد للهستامين إذا كان يسبب النعاس، ولكن المستحضرات الجديدة خالية من هذه الأعراض الجانبية.

وأخذ مضادات الهستامين لحساسية الأنف يختلف حسب شدة الأعراض ووقتها. فمثلاً الشخص الذي يعاني من حساسية موسمية في الربيع لا يلزمه أن يأخذ العلاج على مدار السنة، بل في فصل

الربيع عندما تشتد الحساسية. وفي بعض الأحيان لا يكون مضاد الهستامين فعالاً بدرجة جيدة، فعندها يجب إخبار الطبيب حتى يغير بعلاج آخر. ولكن أهم علاج هو البخاخات المحتوية على أحد مركبات الكروتزون لأنها تعالج أسباب الالتهاب التحسسي.

## حساسية الأنف الطبيعية Vasomotor Rhinitis أو التهاب الأنف الوعائي العصبي

هذه الحالة تشبه حساسية الأنف بدرجة كبيرة، إلا أنه عند إجراء فحص الحساسية على الجلد لا يظهر أي مسبب للحساسية، بالمقارنة لحساسية الأنف التي يبين فحص الحساسية المسببات. وبعضهم يسمي الحالة الأولى (التي يظهر السبب بفحص الجلد) حساسية مناعية لتمييزها عن الحالة الأخيرة أوالحساسية الطبيعية. وتكثر هذه الحالة عند النساء دون سن الثلاثين، وخاصة عند من يتناولن حبوب منع الحمل أو علاجات أخرى. وأهم مهيج لهذا النوع من الحساسية هو الروائح القوية، ولا شك أن الحالة النفسية وتلوث الهواء وتغيرات درجة الحرارة هي من العوامل الأخرى التي تؤثر على الأنف في هذه الحالة.

أما علاج حساسية الأنف الطبيعية فيعتمد على استبعاد الأسباب الأخرى للحساسية، وفهم الحالة من قبل المريض على أنها ليست خطيرة، وعليه فيجب أن يتعلم المريض أن «يتعايش مع هذه

المشكلة»، وهناك بعض العلاجات التي تخفف من شدة الأعراض إذا لزم.

## حساسية العيون Allergic Conjunctivitis

غالباً ما تكون حساسية العيون، وخاصة حساسية ملتحمة العين مصاحبة لحساسية الأنف. وشدتها تختلف من شخص إلى آخر. وأهم أعراض حساسية العيون، هي احمرار العينين مع سيلان الدموع وشعور بالحكة في العين مما يستدعي أحياناً فرك العين باليد. وفي بعض الأحيان تكون حساسية العين شديدة لدرجة أن ملتحمة العين تنتفخ للدرجة التي يصعب على المريض فتح العين. ونسبة كبيرة من المصابين بالحساسية تتأثر من الضوء الساطع وخاصة ضوء الشمس مما يتسبب عنه كثرة الرّمش وسيلان الدموع.

### علاج حساسية العين:

علاج حساسية العين هو علاج حساسية الأنف نفسه تقريباً. وأحياناً تستعمل قطرات خاصة للحساسية مثل: قطرة (HMS) الكورتزون لعلاج الحالات الشديدة، وقطرة، الكرومولين Cromolyn (أوبتيكروم Opticrom) للوقاية من تكرار الحساسية، وقطرات مضادة للهستامين، وعلى كل حال فإن هذه القطرات يجب ألا تستعمل دون استشارة الطبيب وفي حالة حساسية العين للضوء

وخاصة ضوء الشمس فأنصح باستعمال نظارة شمسية لحماية العين.

## حساسية الأذن:

ترتبط الأذن الوسطى مع الأنف والحلق بأنبوب «أوستاكيوس Eustachian Tube» وتبطن الأذن الوسطى بطبقة من الخلايا تشبه خلايا الأنف والجلد وعادة يفتح أنبوب أوستاكيوس ويغلق مرة كل خمس دقائق حتى يبقى الضغط في الأذن الوسطى مساوياً للضغط الخارجي.

وفي حالة الحساسية فإن وظيفة الأنبوب تختل بسبب تورّم الغشاء المخاطي، وبذلك يغلق الأنبوب ويمتص الهواء من الأذن الوسطى، وعندها يختل توازن الضغط.

**أعراض حساسية الأذن:**

غالباً ما تكون حساسية الأذن مصاحبة لحساسية الأنف بسبب الاتصال بينهما. وأهم الأعراض هي الحكة والشعور بالثقل في السمع، وقد يشعر المريض بطقطقة أو «وشة» في الأذن.

**مضاعفات حساسية الأذن:**

إذا لم تعالج حساسية الأذن فقد يحدث تجمع سائل في الأذن الوسطى يؤدي إلى ضعف السمع وتكرار التهابات الأذن الوسطى

وخاصة عند الأطفال. وهذه الحالة تسمى «Serous Otitis» أو التهاب الحساسية الاستسقائي.

**علاج حساسية الأذن:**

بما أن حساسية الأذن مرتبطة بحساسية؛ الأنف فالعلاج هو علاج حساسية الأنف نفسه. أما في حالات حساسية الأذن الاستسقائي فقد يلزم إجراء عملية جراحية بسيطة لتفريغ السائل وتهوية الأذن الوسطى عن طريق طبلة الأذن وذلك بوضع أنابيب بلاستيكية في الأذن الوسطى.

بالإضافة إلى المعالجة السابقة فقد يلزم أخذ مضادات حيوية إذا كان هناك التهاب؛ كذلك فإن استعمال مضادات الهستامين هو جزء من العلاج.