

هذا المقال مترجم من اللغة الإنكليزية إلى اللغة العربية. المصدر الأصلي منه قد نُشر في "تريبون دو جنيف" يوم الخميس الواقع في 9 مارس 2017 ميلادي. لقد تم إعادة نشر هذا المقال بإذن خاص من: **ميديا بلانيت**

إعتلال العصب: خرافة أم حقيقة؟

إلى علماء الأعصاب
إلى المعالجين

إلى الأطباء
إلى المرضى

30,000 جنيفياً و450,000 سويسرياً و450 مليون شخص يعانون من آلام إعتلال الأعصاب بصفة مزمنة. وبما أنّ الأعصاب لا تعمل بطريقة صحيحة، فذلك يجعل من الأدوية المضادة للالتهابات لا تساعد في تسكين الألم. تفسير...

الأنسجة العصبية هي عبارة عن شبكة كبيرة معقدة متواجدة تحت الجلد مباشرة؛ هذه الأنسجة تشكل 240 شبكة عصبونية وجميعها معرضة لإصابات متعددة غالباً ما ينتج عنها تلف في العصب. ويمكن القول بأن حوالي 7٪ من سكان العالم كانوا قد شهدوا على مثل هذا النوع من الضرر.

من إنزعاج بسيط إلى ألم معذب

إنّ العوارض الفيزيولوجية لأضرار الخلايا المختصة بحاسة اللمس تختصر بتخدر جزء من الجلد وتضاؤل أو تجرد الإحساس فيه وكأن غشاء يحول دون جعله واضحاً. فمن الشائع، إنّ الجزء المفلول من هذا الجلد يمكن أن يولد شعوراً يشبه الحرق والحرارة والبرودة المؤلمة أو حتى الشعور ببرودة جليدية. هذا الإنزعاج قد يظهر بشكل متقطع ثمّ ينتقل تدريجياً ليبدو بصورة مستمرة. أمّا فيما يتعلّق بعوارض لسعات الحرق الباردة أو الحارة، فإنّها غير مرتبطة مباشرة بارتفاع أو انخفاض درجات الحرارة الجوية. كما أنّ هذه اللسعات متعلّقة بتعريفات عدة مثل شعور الطعن - الصراخ - الطلقات النارية - الجنون: فهذه التعابير غالباً ما يتم استخدامها للتعبير عن عوارض الألم. آلام العصب أو Spontaneous neuralgias لا صلة لها بالحركة ولا بالراحة، فهي تظهر في أي وقت وبطريقة لا يمكن السيطرة عليها. ولكن آلية الليونة العصبية تسمح بإعادة تنظيم الخلايا العصبية بعد تضررها.

فرط التحسس، التهيجية، الهلع: ليست عوارض إعتلال العصب

عندما تستيقظ، يوماً بعد يوم، مع أرق في الليل، تصبح شيئاً فشيئاً غير متعاون مع الآخرين. تنعزل، فتخسر بذلك قدرتك على العطاء؛ ورويداً رويداً تطغو عليك مشاكلك؛ بإختصار، تصبح منفوراً... من نفسك ومن الآخرين. فالألم هو من التجارب التي تترد على الجسد والعاطفة. وهذا ما ينطبق بالضبط على آلام إعتلال الأعصاب لا بل وأكثر فتكون مرهقة جداً للمصاب بهذا المرض.

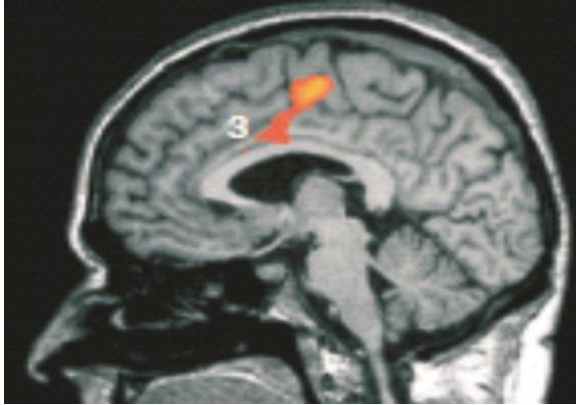
على عكس كل المفاهيم المشتركة

لقد تبين أن ثلث المرضى الذين يتألمون من إعتلال العصب يعانون من آلام أخرى أيضاً. الألم الذي تسببه اللمسة - أو ما يُعرف بـ allodynia - هو ظاهرة معاكسة لما هو شائع، إنه مفارقة، أو على نحو أدقّ "غير

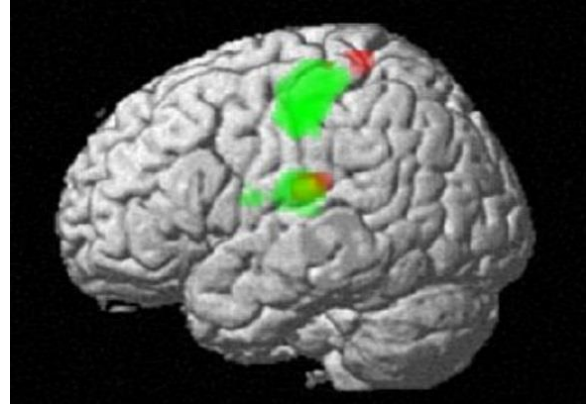
منطقي". فكل تحفيز يتلقاه الجسد - بدءاً من رشاش المياه في حوض الإستحمام إلى ملامسة الملابس، إلى كل أنواع الملامسات أو حتى المداعبات - لا يتم تلقاها بصورة مبهمة أو غير واضحة فقط، بل بصورة مؤلمة أيضاً. فنفس التحفيز قد يكون لادغ للبعض وكأنه شعور غرس الظفر في الجلد، أو قد يكون حارق للبعض الآخر يشبه شعور ملامسة الجلد للحديد الساخن لدرجة الإحمرار. هذا النوع من الألم يعتبر خبيثاً: فبعد تطبيق تحفيز غير ضار نسبياً، يبدأ الألم بالانتقال والانتشار في جميع الأنحاء المحيطة بمكان التحفيز، وتستمر لساعات وساعات. أما بالنسبة للخطوة الأولى نحو العلاج، فهي تبدأ من خلال تقليص الإتصال المباشر على منطقة الألم، ثم معاكسة آلية التحسس الطرفي والقشري التي هي أساس هذه المفارقة.

على من يكون اللوم؟ (من المخطئ؟): المكان الحسي في الجهاز العصبي

يمتد جهازنا العصبي من المستقبلات الحسية الموجودة على الجلد إلى مختلف مراكز الأعصاب في الدماغ. تتلقى القشرة الجذرية، الموجودة تحديداً خلف الجبين مباشرة، المعلومة الحسية التي نتلقاها وتحللها بطريقة سيئة بحيث أن صورة اللمسة تفسر كصورة ألم. أما الطريقة الوحيدة لتصحيح التحليل الخاطئ لهذه المعلومة هي إعادة التأهيل بطرق محدّدة.



لمسة مؤلدة لألم إعتلال العصب
(كوانتال ومساعدوه، 2013)



ألم إعتلال الأعصاب بصورة عفوية
(فرون، 2009)

ترجمة إلى العربية: مايا حمّود، علاج فيزيائي، ماستر في علوم إعادة التأهيل.