

# هل تريد أن تعرف؟

C01  
sheet 1/2

## داء أديسون Addison's Disease

### التعريف

هو خلل في هرمونات الجسم نادر الحدوث. يحدث هذا المرض عندما تتوقف الغدة الأدرينالية (غدة مركزها فوق الكلى وهي مسؤولة عن مساعدة الجسم في مقاومته للضغط النفسي) عن إفراز كمية كافية من هورمون الكورتيزول أو الألدوستيرون. ومن أسباب هذا المرض: أمراض المناعة الذاتية، نزيف في الغدة الأدرينالية أو التهاب.

### الخيارات العلاجية

- إنَّ العلاج الأساسي لداء أديسون هو تعويض الهورمون الأدرينالي: الكورتيزول والألدوستيرون.
- إنَّ الكورتيزول يساعد الجسم على التجاوب مع الضغط النفسي وهو موجود بأدوية مثل الهيدروكورتيزون، بريدينزون أو ديكسامثازون.
- أما الألدوستيرون فتكمن أهميته في الحفاظ على ضغط دم معتدل ويمكن إستبداله بالفلودروكورتيزون.

### الأدوية

- تناول دواء الهيدروكورتيزون أو ما يشابهه ليحل محل النقص الحاصل في هورمون الكورتيزول طبقاً لإرشادات الطبيب.
- عند وجود حرارة مرتفعة (أكثر من ٣٨,٥) أو عند الإسهال والغثيان، تناول جرعة إضافية من الدواء حتى يتم الشفاء.
- الإتصال بالطبيب فوراً عند ظهور الأعراض الجانبية للدواء مثل:
  - تغيير في ضغط الدم.
  - دوخة.
  - تغير في الوزن.
  - تورم في الاطراف.
- لا تتوقف عن تناول الكورتيزون فجأةً، بل يجب أن تخفف الجرعة تدريجياً من قبل الطبيب.

### الطعام والحمية

- أكثر من تناول السوائل (عند العرق الزائد) للحماية من الجفاف.
- في حال حدوث إنخفاض في مستوى السكر أو قلة الشهية، تناول حمية غذائية وفقاً لإرشادات أخصائية التغذية

### ما يجب أن تعرفه؟

- الفئات الأكثر تعرضاً للإصابة بداء أديسون:
- بسبب وجود أسباب عديدة لضعف نشاط الغدة الأدرينالية، إنَّ احتمال حدوث هذا الداء يزداد مع:
- وجود أمراض مناعة ذاتية مثل الغدة الدرقية أو السكري لدى الصغار (المعتمد كلياً على الانسولين)
- تناول الأدوية المضمرة للدم.
- هبوط حاد في ضغط الدم عند مريض يتعالج في المستشفى

### الأعراض:

- فقدان الشهية.
- خسارة الوزن.
- إنخفاض نسبة السكر في الدم.
- ضعف العضلات.
- إعياء وتعب.
- إصطباغ الجلد باللون الأسود.
- إكتئاب، حالات نفسية متقلبة.
- ضغط دم منخفض.

# هل تريد أن تعرف؟

## داء أديسون Addison's Disease

C01  
sheet 2/2



### النشاط والحركة

- نظم فترات الراحة خلال النهار. حافظ على ساعات نوم كافية أثناء الليل لاستعادة النشاط والحيوية.
- قم بزيادة النشاط تدريجياً.
- تجنب الإجهاد والتعب الجسدي خاصة في الطقس الحار والرطب.



### إجراءات وقائية

- أعلم طبيبك في حال حدوث أي من الأعراض التالية: ضعف جسدي، هبوط في الضغط، إرتباك، التهابات، وجع معوي، تعب أو انخفاض في الوزن.
- راجع الطبيب في حال تم زيادة جرعة الكورتيزون خلال أكثر من يومين متتالين.
- أبقِ حقنة الكورتيزول معك في كافة الأوقات.
- راجع الطبيب بانتظام.
- إحمل معك بطاقة تعريف يكتب عليها أنا مريض بداء أديسون.

### إرشادات

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---