



# الرعاش مجهول السبب أو الرعاش العائلي الحقائق الأساسية من أجل المرضى

كما يمكن استعمال حقن توكسين البوتولينوم (ديفان السجقية) ضد بعض أنواع الرعاش وتحقق في العضلات المسؤولة عن الرعاش كي تقلص من قوة العضلة المعنية وبالتالي تخفف من الرعاش. وتحقق مرتين أو أربع مرات في السنة وتعطي نتائج حسنة بالنسبة للمرضى الذين يعانون خاصة من رعاش الرأس والصوت.

فلا بد أولاً من استعمال هذه الأدوية لأنها تساعد المرضى المصابين بالرعاش إلا في حالة الرعاش القوي حيث تدرس إمكانية إجراء عملية جراحية. فطبيبكم المختص في أمراض الدماغ والأعصاب يوضح لكم الإجراءات العلاجية المناسبة لحالتكم.

فهناك أكثر من عملية جراحية لعلاج الرعاش مجهول السبب وهي:

- نوع يسمى بضع المهاد البصري يتمثل في تخريب منطقة صغيرة من المهاد البصري للدماغ،

- نوع ثان يسمى التحفيز العميق للدماغ في منطقة المهاد البصري يتم خلاله إدخال سلك رفيع في المهاد البصري يسمى قطب كهربائي يوصل بجهاز يشبه منظم نبضات القلب [ النابضة القلبية الاصطناعية ] الذي يوضع تحت جلد الصدر،

- توجد كذلك أنواع أخرى من العمليات الجراحية.

## هل الرعاش مجهول السبب نوع من مرض الباركينسون ؟

الرعاش مجهول السبب ليس نوعاً من مرض الباركينسون إلا أنه أكثر شيوعاً بحوالي 10 مرات من مرض الباركينسون. في مرض الباركينسون يظهر رعاش اليد بحدّة حينما تكون يد المريض مسترخية وليس عندما يستعملها المريض للقيام بأشغال أو مهام معينة. كما أن هناك أعراضاً أخرى تظهر عند مرضى الباركينسون والتي لا توجد في مرض الرعاش مجهول السبب كبطء الحركة وصعوبة المشي وعلامات أخرى تظهر في الفحص السريري.

## ماذا أتوقع وأنا أعيش مع الرعاش مجهول السبب؟

مرض الرعاش مجهول السبب لا ينقص من متوسط عمرك، لكنه يزداد حدّة تدريجياً وغالباً بشكل بطيء خلال سنوات عديدة. وفي النهاية، يعاني بعض المرضى من قسط من الإعاقة كصعوبة في الكتابة والأكل والشرب وبعض الحرج الاجتماعي. فإذا كان الرعاش طفيفاً فلا حاجة لأي علاج، وحتى العلاج المبكر لا يوقف المرض ولا ينقص من التطور الطبيعي لأعراضه.

فلا حاجة لك في التفكير في بدء العلاج إلا إذا عاق الرعاش أنشطتك اليومية.

## ما هو وصف هذا المرض؟

الرعاش مجهول السبب أو الرعاش العائلي هو مرض الخلل الحركي الأكثر شيوعاً، ويعرف كذلك بالرعاش مجهول السبب الطفيف أو العائلي أو الوراثي. يعاني المصابون بهذا المرض من رعاش غير إرادي لليدين أو الرأس أو الصوت أو مكان آخر من الجسم. وغالباً ما يصيب البالغ ويزداد تطوراً مع تقدم السن. ويتجلى هذا الرعاش بصفة خاصة عند رفع اليدين مع تمديدهما إلى الأمام أو عند القيام بحركات دقيقة مثل حمل كوب أو استعمال ملعقة أو عند ما يريد المريض الكتابة. وتخفيف هذه الأعراض عند الارتخاء الكامل لليدين أو الساعدين عندما يضعهما المريض مثلاً فوق فخديه. كما يظهر الرعاش بصفة مؤقتة في حالات التوتر.

## ما هي أسباب المرض؟

أسباب المرض غير معروفة، إلا أن أكثر من نصف المرضى لهم فرد من أفراد العائلة مصاب بهذا المرض في سن مبكرة. ولم يتوصل الباحثون لمعرفة الجينات المسببة للمرض ويظنون أن الرعاش مجهول السبب يتطور في الدماغ غير أن الفحص بالأشعة لدماغ المرضى يعطي صورة طبيعية بلا أثر لوجود المرض.

ومن جهة أخرى، لا يوجد أي تحليل يمكن من تشخيص المرض، إلا أن طبيبك يمكنه أن يطلب منكم إجراء بعض التحاليل للبحث عن أمراض أخرى يمكنها أن تزيد من حدة الرعاش كأمراض الغدة الدرقية، كما أن هناك بعض الأدوية التي تجعل الرعاش أسوأ.

## هل هناك علاج؟

هناك علاج فعال يخفف وينقص من حدة الرعاش ولا يوجد مع الأسف دواء يشفي المرض بصفة نهائية. وينصح المريض باستعمال أواني وكؤوس ثقيلة أو وضع أوزان صغيرة حول المعصم تساعدهم إلى حد ما على التخفيف من حدة الرعاش.

بعض المرضى يستفيدون من الأدوية التي يوصي بها الطبيب مرتكزا على مبدئي التجربة والخطأ. فمن الأدوية من يعطي فعالية أكثر من غيرها حسب الاستجابة الخاصة لكل مريض، من بينها:

- حاصرات بيتا مثل بروبرانولول،

- أدوية مضادة للصرع مثل بريميديون، كابابنتين، توبرامات، كلونازپام.

وينصحكم طبيبك بالتقليل أو تجنب شرب القهوة والمنشطات الأخرى وبعض الأدوية المسببة للرعاش.