



دانشگاه علوم پزشکی شیراز
بیمارستان حضرت علی اصغر (ع)

میاستنی گراو (آموزش به بیمار)

تهیه کننده:

صدیقه ابراهیمی

کارشناس ارشد پرستاری

تابستان ۱۴۰۱

میاستنی گراو: میاستنی گراو یک بیماری حرکتی است که سلولهای سیستم ایمنی بدن به ناحیه ای روی عضلات حمله میکند که به طور معمول باید توسط اعصاب فعال شود و در نتیجه انتقال پیام مغز برای انقباض عضلات مختل میشود و عضلات ارادی بدن ضعیف میشوند.

علائم: علائم اولیه شامل گرفتاری عضلات چشمی به صورت دوبینی و افتادگی پلک است. ضعف عضلات صورت، ضعف و خستگی دست ها و پاها علائم شایع است ضعف و خستگی عضلانی در پایان روز بدتر میشود. صدای تو دماغی یا مشکل در تلفظ، اختلال در بلع، در نهایت با درگیری عضلات تنفسی باعث نارسایی تنفسی میشود.

تشخیص: اندازه گیری میزان آنتی بادی علیه گیرنده استیل کولین با خون، نوارعصب و عضله، تصویربرداری از غده تیموس

درمان:

- داروهای مهارکننده انزیم کولین استراز (کولین استراز انزیمی است که استین کولین را در محل اتصال عصب به عضله تجزیه میکند، با مهار این انزیم استیل کولین تجزیه نمیشود و فرایند پیام رسانی عصب به عضله بیشتر میشود) از جمله این داروها پیروستیگمین (مستینون) و نئوستیگمین
- داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی:
 - کورتونها (پردنیزولون)
 - آزاتیوپرین، و سل سیت
 - پلاسمافرز (تعویض پلاسما)
- درمان جراحی و برداشتن تیموس در مواردی که علت ایجاد بیماری غده تیموس است.

خودمراقبتی:

(مراقبت در منزل)

مهمترین نکته: داروهای خود را سر وقت مصرف کنید، زیرا سطح داروها باید در خون ثابت بماند و باعث بهبود عملکرد و تثبیت قدرت عضلات شود. هرگونه تاخیر در مصرف داروها موجب تشدید ضعف عضلانی شود، بنابراین با تنظیم ساعت و هشدار گوشی تلفن همراه و یادداشت کردن زمان مصرف داروهایتان در مکانهای پرتردد خود، داروهای خود را سر وقت مصرف کنید. از مصرف مسکنها سرخود پرهیزید. در طول روز برای ذخیره انرژی خود حتما استراحت داشته باشید. قبل از احساس خستگی دست از کار بکشید.

فعالیت‌های خود را در زمان که انرژی کافی دارید، انجام دهید. وسایل مورد نیاز خود را در دسترس قرار دهید، برای حفظ انرژی از وسایل برقی به جای وسایل دستی استفاده کنید. فاصله محل پارک ماشین را تا منزل کم کنید، برای بالارفتن از پله از آسانسور استفاده کنید. حداکثر ۲ ساعت بعد از مصرف داروها غذا بخورید تا انرژی کافی داشته باشید. قبل از هر فعالیتی مثل غذا خوردن استراحت کنید و حین غذا خوردن مستقیم بنشینید و سر خود را کمی خم کنید تا بلع آسانتر شود. از غذاهای نرم که بلع بهتری دارند استفاده کنید. با نظر پزشک از مکملهای غذایی جهت کفایت تغذیه استفاده کنید.

هنگام داشتن مشکلات بینایی از قطره اشک مصنوعی استفاده کنید، از محافظ یک چشم هنگام دوبینی استفاده کنید، جهت کاهش اثرات نور شدید از عینک آفتابی استفاده کنید.

در محیط‌های خیلی گرم قرار نگیرید. در محیط‌های شلوغ که احتمال عفونت وجود دارد، اجتناب کنید.

استرس عاطفی، عفونت، فعالیت جسمی شدید، و حرارت بالای محیط باعث عود بیماری میشود. در صورت داشتن احساس سختی تنفس، بلع دشوار، ضعف شدید و پیشرونده، به پزشک مراجعه کنید

منابع:

- ۱) Brunner & Suddarth S, textbook of Medical Surgical Nursing, 15th edition
- ۲) Neuroepidemiology. 34(3): 171-183
- ۳) تایید کننده دکتر علی اکبر کدیور نورولوژیست