

خريطة رحلة التصلب المتعدد الخاصة بك

1

ما قبل التشخيص

"يبدو أن شيئاً ليس على ما يرام..."

ما يجب القيام به هو الذهاب إلى طبيب الأسرة. إذا اشتبه الطبيب بوجود حالة التصلب المتعدد، سيقوم بتحويلك إلى طبيب أعصاب. قد يحتاج طبيب الأعصاب لإحالتك إلى اختصاصي التصلب المتعدد للتأكيد.

تعرف على المزيد حول إدارة التصلب العصبي المتعدد من هنا

2

التشخيص

قبل أن يتمكن الطبيب من تأكيد تشخيص الإصابة بالتصلب المتعدد، فسيقوم بإجراء بعض الاختبارات. فيما يلي بعض الفحوصات التي قد يجريها الطبيب

فحص التصوير بالرنين المغناطيسي	فحص السائل النخاعي (CSF) الشوكي	فحص الجهد المستحث
فحوصات مقياس حالة الإعاقة الموسع (EDSS)	التصوير المقطعي التوافقي البصري	مركب وظيفي للتصلب المتعدد

لمعرفة وفهم المزيد عن هذه الفحوصات، اضغطوا هنا

سيطرح الطبيب أو الممرض أسئلة لمعرفة التاريخ الطبي الشخصي والعائلي بشكل أفضل

3

العلاج

العلاج ضروري لإبطاء وتأخير تفاقم الحالة، ويمكن أن يساعد في الحفاظ على استقرار الحالة.

يرجى استشارة مقدم الرعاية الصحية حول خيارات العلاج المتاحة للتصلب المتعدد والحصول على توصية الدواء المناسب للحالة

قد يقوم الطبيب بإجراء اختبارات إضافية لاستبعاد الحالات الأخرى

لا يوجد اختبار دم يؤكد الإصابة بالتصلب المتعدد، ولكن يمكن أن يستبعد اختبار الدم الحالات الأخرى التي تسبب أعراضاً مشابهة لأعراض التصلب المتعدد

4

إعادة التأهيل وإدارة الأعراض

قد يوصي طبيب الأعصاب بعلاجات لتحسين العديد من الأعراض المرتبطة بالتصلب المتعدد، أو قد ينصحك بالذهاب إلى المتخصصين المناسبين للمساعدة في إدارة الأعراض.

الحركة والتشنج والمشى

يمكن إجراء تقييم أولي شامل لتقييم القوة والتوازن وتحليل المشى ومقاييس النتائج الوظيفية والأهداف المحددة للمريض.

الأجهزة المساعدة

العكازات
مساعات المشى
الكراسي المتحركة
سكوتر التنقل

العلاج الوظيفي

يمكن أن يساعد العلاج الوظيفي على تحسين قدرتك على القيام بالأنشطة اليومية، مثل:

إعادة التدريب على الحياة اليومية
تحسين تنسيق حركة الأيدي
الذاكرة والإدراك وحل المشكلات.

سيقوم المعالج بتقييم تكرار الجلسة ويمكن أن يتراوح من 1 إلى 5 مرات في الأسبوع.

العلاج الطبيعي

يمكن أن يساعد أخصائي العلاج الطبيعي على تحسين الحركة والوظائف الأخرى من خلال تمارين مثل:

إدارة الإرهاق
تمارين التحمل
تمارين القوة والتوازن والمشى

سيقوم المعالج بتقييم تكرار الجلسة ويمكن أن يتراوح من 1 إلى 5 مرات في الأسبوع.

بناءً على الأعراض التي يعاني منها الشخص، فقد تتم إحالته إلى أطباء مختلفين لتلقي رعاية متخصصة.

الإرهاق

إدارة التعب من خلال العلاج الطبيعي

مشاكل في الجهاز البولي

الإحالة إلى أخصائي الجهاز الهضمي لتحديد حالة الأمعاء.

خلل في وظيفة الأمعاء

الإحالة إلى أخصائي الجهاز الهضمي لتحديد حالة الأمعاء.

إعادة التأهيل المعرفي

الإحالة إلى طبيب النفس العصبي

ألم الاعتلال العصبي

الإحالة إلى اختصاصي الألم من طبيب نفسي لإجراء العلاج السلوكي المعرفي

العجز الجنسي

الإحالة إلى طبيب متخصص بعلم الجنس أو المسالك البولية

5

الدعم الشامل

إن إضافة تغييرات إيجابية إلى نمط الحياة مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة التمارين الرياضية يمكن أن يساعد في إدارة الأعراض بشكل أكثر فاعلية، مع إبطاء تطور المرض وتحسين متوسط العمر.

الدعم العاطفي دعم مقدمي الرعاية

التغذية ونمط الحياة يجب زيارة أخصائي تغذية لإدارة السمعة ووضع خطة تغذية صحية (مثل النظام الغذائي المتوسطي)	الصحة النفسية إن الاعتناء بالصحة الذهنية لا يقل أهمية عن الاعتناء بصحة الجسم. يمكنك زيارة طبيب نفسي أو طبيب نفسي و/أو الانضمام إلى مجموعة دعم.	الطب التكميلي العلاج بالفن، العلاج بالموسيقى، الوخز بالإبر، الحجامة	 اللياقة البدنية ممارسة التمارين لمدة لا تقل عن 150 دقيقة في الأسبوع تتضمن تمارين القوة والتحمل.
--	--	---	--