

بیماری‌های مزمن پیچیده

تاریخ آخرین به‌روزرسانی: مارس 2024

بسیاری از کاندایی‌ها با بیماری‌های مزمن پیچیده (CCD) روبرو هستند. CCDها بیماری‌هایی هستند که برای مدت طولانی ادامه می‌یابند، نیاز به درمان و کنترل داشته و اغلب بخودی خود بهتر نمی‌شوند. برخی از CCDها را "سندرم" می‌نامند. یک سندرم به حالتی گفته می‌شود که مجموعه مشخصی از علائم باعث بیماری و نقص عملکرد شوند. فیبرومیالژیا (FM) و آنسفالومیلیت میالژیک (ME) که با نام سندرم خستگی مزمن (CFS) نیز شناخته می‌شوند، دو عارضه‌ای هستند که با عنوان سندرم از آنها یاد می‌شود. برای هیچ کدام از این سندرم‌ها، آزمایش خون یا تست‌های آزمایشگاهی جهت تأیید تشخیص وجود ندارد.

فیبرومیالژیا

کالج روماتولوژی آمریکا در سال 1990 فیبرومیالژیا (FM) را به‌عنوان یک سندرم واقعی به رسمیت شناخت. FM هم در مردان دیده می‌شود و هم در زنان، اما اغلب اوقات زنان به آن دچار می‌شوند. هیچ دلیل شناخته شده‌ای برای این عارضه وجود ندارد. تشخیص زودهنگام می‌تواند به جلوگیری از عوارض بعدی کمک کرده و بهتر خواهید توانست علائم خود را کنترل کنید.

علامت اصلی FM درد در تمام نقاط بدن است که برای حداقل سه ماه ادامه می‌یابد. درد به مرور زمان ثابت‌تر می‌شود و می‌تواند نقاط بیشتری از بدن را تحت تأثیر قرار دهد. موضع درد و شدت درد هم می‌تواند شروع به تغییر کند. سایر علائم FM می‌توانند عبارت باشند از:

- خستگی مفرط (خستگی)
 - دشواری خواب
 - مشکلات حافظه یا ناتوانی در داشتن تفکری واضح
 - اختلالات خلق همچون افسردگی
- علائم و شدت آنها از فردی به فرد دیگر متفاوت است. در صورت ابتلا به FM ممکن است مشکلات سلامتی دیگری همچون سندرم روده تحریک‌پذیر (IBS)، سردردهای میگرنی یا مشکلات بیشتری نیز داشته باشید. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس زیر مراجعه کنید:

- [بیمارستان زنان بریتیش کلمبیا + مرکز خدمات سلامتی: فیبرومیالژیا](#)
- [انجمن آرتریت کانادا: فیبرومیالژیا](#)
- [راهنمای کاندایی جهت تشخیص و کنترل سندرم فیبرومیالژیا در بزرگسالان](#)

آنسفالومیلیت میالژیک

آنسفالومیلیت میالژیک (ME) که سندرم خستگی مزمن (CFS) نیز نامیده می‌شود، هم اکنون به‌عنوان یک بیماری شناخته شده است. ME یا CFS یک منشا واحد ندارند. این بیماری معمولاً پس از یک عفونت، و معمولاً عفونت ویروسی، بروز می‌کند. هم اکنون تحقیقات بیشتری در خصوص شناخت این بیماری در حال انجام است. در حال حاضر تشخیص این بیماری بر اساس علائمی که شما برای ارائه دهنده خدمات بهداشتی و درمانی خود شرح می‌دهید و همچنین با حذف سایر بیماری‌هایی که ممکن است باعث بروز این علائم شوند اتفاق می‌افتد. جهت تشخیص ME یا CFS، علائم می‌بایست به مدت شش ماه در بزرگسالان و سه ماه در کودکان وجود داشته باشند.

علامت اصلی ME یا CFS خستگی (ضعف) پس از فعالیت جسمی (بعد از ورزش) یا خستگی فلج‌کننده است. این خستگی می‌تواند به حدی شدید باشد که در فعالیت‌ها و روابط با دیگران ایجاد اختلال نماید. علائم دیگر ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- بیمارگونگی (احساس کلی بدحالی)
- علائم شبه آنفولانزا
- مشکلات خواب
- درد
- مشکلات حافظه یا سایر مشکلات شناختی

- حساسیت یا عدم تحمل شیمیایی
 - بدن شما ممکن است کارکرد نرمال خود را نداشته باشد
- علائم و شدت آنها از فردی به فرد دیگر متفاوت است. بعضی افراد ممکن است به طور کامل از عارضه ME یا CFS بهبود یابند، در حالی که دیگران بهبود نمی‌یابند. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس زیر مراجعه کنید:

- [بیمارستان زنان بریتیش کلمبیا + مرکز خدمات سلامتی: آنسفالومیلیت میالژیک/سندرم خستگی مزمن \(ME/CFS\)](#)
- [اداره بهداشت کانادا: گفتگویی با دکتر نینا مویرهد \(Nina Muirhead\) در خصوص آنسفالومیلیت میالژیک](#)

کنترل علائم

از آنجاییکه هم FM و هم ME یا CFS دارای علائم مشابهی هستند، رویکردهای درمانی مدیریتی آنها نیز مشابه است. هدف درمان تسکین علائمی همچون درد و خستگی و همچنین سایر عارضه‌ها همچون افسردگی است که ممکن است در نتیجه چنین سندرم‌هایی به وجود آید. جهت کسب اطلاعات بیشتر و یافتن خدمات و منابعی برای کمک از آدرس [بیمارستان زنان بریتیش کلمبیا + مرکز خدمات سلامتی - برنامه بیماری‌های مزمن پیچیده \(CCDP\)](#) بازدید نمایید.

بیماری مزمن لایم

نیش کنه می‌تواند باعث بروز بیماری‌های زیادی در انسان شود. شایع‌ترین این بیماری‌ها بیماری لایم نامیده می‌شود. کنه‌هایی از مناطق زیادی از بریتیش کلمبیا حامل بوریلیا بورگدورفری هستند، ارگانسمی که باعث ابتلا به بیماری لایم می‌شود. در طی 15 سال گذشته ده‌ها مورد از بیماری لایم شناسایی شده است. بسیاری از افراد مبتلا به بیماری لایم به خارج از استان سفر نکرده‌اند و به احتمال زیاد در داخل استان بریتیش کلمبیا به آن مبتلا شده‌اند. تمامی کنه‌ها حامل باکتری عامل بیماری لایم نیستند و احتمال بسیار کمی وجود دارد که این بیماری از کنه به شما منتقل شود. با این حال، از آنجاییکه بیماری لایم بیماری حادی است، مهم است که اقداماتی جهت جلوگیری از نیش کنه اتخاذ شود. بعضی از افراد مبتلا به بیماری حاد لایم ممکن است علائم مزمنی هم داشته باشند، از جمله خستگی، مشکلات شناختی مانند «مه مغزی»، اختلال در خواب و سایر علائم ناشناخته. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس زیر مراجعه کنید:

- [بیمارستان زنان بریتیش کلمبیا + مرکز خدمات سلامتی - علائم منتسب به بیماری مزمن لایم](#)
- [مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا: بیماری لایم \(عفونت بوریلیا بورگدورفری\)](#)
- [اداره بهداشت کانادا: بیماری لایم](#)