

# اطلاعاتی در باره اثرات جدید فلج اطفال

## Information about the Late Effects of Polio

برای مبتلایان سابق بیماری فلج اطفال  
(For Polio Survivors)

دانید که ۱۲-۲۰ میلیون نفر دیگر در دنیا زندگی می کنند که قبلا بیماری فلج اطفال داشته اند؟ اگر آیا می از مردم فکر می کنند که "فلج اطفال دیگر وجود ندارد"، ولی حتی امروزه، ویروس فلج اطفال سبب چه برخی بیماری در بین کودکانی که واکسینه شده اند، می شود. شما ممکن است در کشوری زندگی کنید که بروز این تلاش برای ریشه کنی فلج اطفال هستند، و یا جایی که موانعی برای تحصیل، استخدام، و مراقبتهای هنوز در برای مبتلایان سابق به این بیماری وجود دارد. یا ممکن است در جایی زندگی کنید که موارد شدید بهداشتی فلج اطفال دیگر در آنجا رخ نمی دهد، اما باید با وضعیت موجود مبارزه کنید. وضعیتی که افراد بیماری را از افرادی که در زندگی بطور کامل مشارکت می کنند، مستثنی می کنند. در هر یک از این موارد، معلول فلج اطفال هنوز برای شما وجود دارد.

که مبتلا به بیماری فلج اطفال شده اند، تبعات جسمانی دراز مدتی خواهند داشت. علائم جدیدی افرادی جامعه پزشکی شناخته شده که ممکن است به بیماری فلج اطفال که شخص قبلا به آن مبتلا بوده، توسط باشد. این علائم شامل خستگی غیر معمول اعم از خستگی سریع در عضلات یا احساس خستگی مفرط مربوط تمام بدن؛ ضعف جدید در عضلات، اعم از عضلاتی که اصولا در اثر فلج اطفال آسیب دیده بودند و یا در که ظاهرا آسیب ندیده بودند؛ درد در عضلات و یا مفاصل؛ مشکلات مربوط به خواب؛ مشکلات عضلاتی مربوط به تنفس یا بلع غذا؛ و یا کاهش توانایی فرد در تحمل سرما.

از این علائم یا ترکیبی از آنها می تواند بر توانایی شما در انجام اعمال روزانه تان از قبیل بالا رفتن از

هر یک  
پله، راه رفتن، بلند کردن اشیاء و غیره تاثیر بگذارد.

## اعمال توصیه شده (Recommended Actions)

خود بخواهید که معاینه پزشکی جامع و کاملی از شما به عمل آورد. هر نوع مشکل پزشکی که در  
از پزشک  
معاینه مشاهده شد، باید تحت مراقبت و معالجه قرار گیرد.

مشکلات ادامه یابد، از یک متخصص مسائل پس از فلج اطفال (Post-Polio)، اعم از پزشک متخصص  
اگر این  
یا متخصص اعصاب، بخواهید تا شما را به لحاظ سیستم عصبی و عضلانی معاینه کند. هدف از  
توانبخشی  
معاینه، تشخیص بیماری و همچنین تعیین مبنایی برای اظهار نظر در باره تغییرات آتی، و همچنین  
این  
و روزآمد کردن وسائل کمکی برای شخص بیمار برای حرکت کردن وی، و یا تجهیزات تنفسی برای  
ارزیابی  
بیمار، و یا توسعه برنامه مخصوص هر بیمار می باشد.

تلاش نکنید که خودتان بیماری خودتان را تشخیص دهید. تشخیص علائم بعد از بیماری فلج اطفال،  
موارد استثنایی است. نادیده گرفتن یا مداوای شرایطی که علائم آن مشابه شرایطی است که باعث  
تشخیص  
افسردگی می شود، حائز اهمیت می باشد.

تحقیقات هنوز نتوانسته است دارویی را بیابد که ضعف عضلات را متوقف کند یا به تاخیر اندازد، با این  
اگر چه  
بیماری را می توان کنترل کرد. با پزشک مشاوره کنید و وسائل کمکی برای راه رفتن و تجهیزات  
وجود علائم  
بکار ببرید. به بدن خود گوش دهید و اجازه دهید عقل سلیم، راهنمای شما باشد که شامل خودداری  
تنفسی را  
است که باعث درد و یا خستگی می شود که بیش از ده دقیقه دوام بیاورد. سرعت خودتان را در  
از فعالیت‌هایی  
کارها روزانه تنظیم کنید و بطور یکنواخت، چندین نوبت در طی روز دست از کار بکشید و برای مدت  
انجام  
۱۵ تا ۳۰ دقیقه به خودتان استراحت بدهید.

باشید که به یک گروه حمایتی ملحق شوید که از خودیاری حمایت می کند و مشارکت گروهی و در نظر داشته مثبت را تشویق می کند، یا در نظر داشته باشید تا فرد یا خانواده ای را بیابید که با نظرات خود، به اقدامات شما در انجام تغییرات لازم در سبک زندگیتان کمک کند.

سلامتی برای کسانی که مشکلات سیستم عصبی - عضلانی دارند، ضروری می باشد. به توصیه های حفظ در باره خوب غذا خوردن، به میزان کافی خوابیدن، خودداری کردن از عادت های غیربهداشتی از عمومی دخانیات و بیش از حد غذا خوردن، و ورزش کردن بطور مناسب توجه کنید. بسیاری از علائم قبیل استعمال ناشی از استفاده بیش از حد یا کم استفاده کردن از عضلات و مفاصل می باشد. به دقت در نظر داشته بیماری باشید که کدام عضلات و به چه میزان تمرین کنند.

و افراد مورد علاقه تان را در باره مشکلات پس از فلج اطفال و روشهای مداوای آن آموزش دهید. با خودتان از متخصصان سنتی امور بهداشتی، و در زمان مقتضی، با دیگر متخصصان امور بهداشتی دوست شوید، گروهی در ضمن اینکه برای سلامتی و استقلال خود تلاش می کنید، با آنان همکاری کنید.

## برای اعضای خانواده و دوستان (For Families and Friends)

داشتن بیماری فلج اطفال، تجربه ای بسیار شخصی است. ابتلای شدید به بیماری فلج اطفال ممکن تجربه به بستری شدن بصورت انفرادی و ماندن در قرنطینه برای ماه ها و حتی سالها و همچنین بازپروری است نشود. خاطرات مربوط به فلج اطفال نیز متفاوت است. برخی از مبتلایان سابق به فلج اطفال که در منجر این بیماری مبتلا شده اند، ممکن است بیماری خود یا تبعات بازپروری آن را به یاد نیاورند؛ در حالی کودک به دیگر، درد و فلج ناشی از عفونت شدید و معالجات پزشکی آن را به روشنی به یاد می آورند. پرستاری که برخی

از بیماران فلج اطفال، از کشوری به کشوری دیگر، از دهه ای به دهه دیگر، و از جوامع روستایی تا و نگهداری جوامع شهری تفاوت می کند.

از انواع سه گانه سرم های ویروس فلج اطفال، منجر به ابتلای به این بیماری می شود. دو نوع اصلی هر یک عبارتند از: فلج اطفال همراه با فلج شدن عضلات و فلج اطفال بدون عوارض فلج شدن. ویروس این بیماری اطفال به سلولهای عصبی اصلی صدمه می زند و در نتیجه عضلاتی که از آن سلولها فرمان می گیرند فلج موقت یا دائم فلج می شوند. فلج اطفال حاد بر سلولهای عصبی حسی تأثیری ندارد، بدین ترتیب بر بطور بیمار صدمه ای نمی رساند. فلج اطفال همراه با فلج را می توان به سه گروه ستون فقراتی، بصل حواس و ستون فقراتی - بصل نخاعی تقسیم کرد. فلج اطفال بصل نخاعی جدی ترین شکل فلج اطفال نخاعی، باشد و به قسمتی از مغز که بر کارکردهای حیاتی تنفس و بلع غذا مربوط می شود، تأثیر می گذارد. می

جدیدی که عزیزان شما که سابقاً مبتلا به فلج اطفال بوده اند، با آن مواجه می شوند در وهله اول مشکلات از ویروس فلج اطفال نیست، بلکه ناشی از مشکلات مربوط به این بیماری می باشد. مبتلایان سابق به ناشی ، علائم جدیدی را تجربه می کنند که نه نشان دهنده عفونت مجدد آنان است و نه واگیردار می این بیماری باشد. آنان نیازمند آن هستند که توسط شما درک و حمایت شوند.

بین المللی فلج اطفال به تمام کسانی که سابقاً به این بیماری مبتلا بوده اند، معاینات سالیانه پزشکی شبکه را توصیه می کند و همچنین به آن گروه که هرگونه علائم جدید و مستمری از ضعف، درد، خستگی و تنفسی دارند، توصیه می کند که معاینات عصبی - عضلانی کاملی را انجام دهند. برخی از مبتلایان مشکلات این بیماری، به رعایت مراقبتهای پزشکی تمایلی ندارند. خاطرات قبلی از فلج اطفال، مراجعه اخیر به سابق بی حاصل بودن آن، اعتقاد به اینکه هیچ پزشکی نمی تواند آثار دیر هنگام فلج اطفال را درک کند، و یا

پزشک و

دسترس نبودن برنامه معاینات پزشکی و یا پزشک متخصص می تواند دلایل خودداری از مراجعه به قابل نقش شما به عنوان عضو خانواده این افراد می تواند تشویق آنان به انجام معاینه و کمک به آنان در پزشک باشد. انجام برنامه معالجاتشان باشد.

سابق به این بیماری، در تنهایی مشکلات جدیدی را تجربه نمی کنند. آنچه که بر آنان اثر می گذارد مبتلایان بر شما نیز تاثیر گذارد. شما به عنوان نزدیکان این افراد، در باره موارد بسیاری و احتمالا برای اولین می تواند خواهید شنید؛ مواردی از قبیل انتخاب متخصصان پزشکی و تجهیزات جدید؛ یادگیری در باره بار مطالبی به افراد معلول؛ انتخاب اینکه چگونه زمان، نیرو، و منابع مالی خود را صرف کنید. بعلاوه ممکن قوانین مربوط است نقشهای پیشین، بنابه ضرورت به زیر سؤال رود یا تغییر کند.

و پذیرش تمامی پیامدهای آثار دیر هنگام فلج اطفال ساده نیست. هیچ کس نمی تواند آینده را پیش شناخت بینی کند، با این وجود توصیه می شود که شما و مبتلایان سابق به بیماری فلج اطفال تلاش کنید در با موارد نگران کننده، مانند یک تیم برخورد کنید که اعضای این تیم شامل متخصصان پزشکی نیز زندگیتان می شود.

که به فلج اطفال مبتلا بوده اند ممکن است از اینکه باری سنگین بر دوش اطرافیان خود هستند، افرادی گناه کنند. یا ممکن است از آنچه که اتفاق افتاده احساس اندوه کنند. شما ممکن است از مسئولیتهای احساس خود دلخور و آزرده خاطر باشید. توصیه می شود به این موارد همان گونه که پیش می آید توجه کنید. جدید حل مشکلات، مهارتها، روشها، و اولویتهای متفاوتی دارند. پی بردن و استفاده کردن از این مهارتها می افراد در در حفظ روابط سالم بسیار مفید باشد. ارتباط با گروه حمایتی یا گروه خودیاری یا مشورت با اعضای خانواده می تواند بسیار مفید باشد.

در باره جنبه های مختلف آثار دیر هنگام فلج اطفال، شما می توانید اولین گام را در تغییر سبک با یادگیری زندگی فرد مورد علاقه خود بردارید.

## برای متخصصان پزشکی (For Health Professionals)

که به بیماری فلج اطفال مبتلا بوده اند، ممکن است توصیه های پزشکی شما را در مورد احساس افرادی ضعف، خستگی مفرط، و یا درد خود جویا شوند. برخی از بیماران ممکن است این علائم را بازگو کنند جدید کنند از سابقه بیماری فلج اطفال خود بگویند. طبق تجربیات موجود در آمریکای شمالی، اروپای ولی فراموش و استرالیا، علائم سه گانه فوق معمولاً پانزده سال بعد از بیماری شدید فلج اطفال ظاهر می شوند. غربی، سابق به فلج اطفال که در دهه هفتاد و هشتاد عمر خود هستند با ترکیبی از مشکلات جدید این مبتلایان و سن بالا مواجه اند. از آنجا که بیماری فلج اطفال در جهان هنوز ریشه کن نشده است، مبتلایان به بیماری این بیماری نیز برای سالیان آتی نیازمند کمک خواهند بود.

و چارکت در سال ۱۸۷۵ بیمار مبتلا به فلج اطفالی را توصیف کردند که از ضعف جدید در دست راست ریموند و کوچک شدن آن دست خبر می داد، دستی که به علت ضعف باقیمانده در دست چپش، از آن بیشتر خود می کرده است. از آنجا که بازماندگان از بیماری اپیدمیک فلج اطفال در سالهای ۱۹۵۰ از اینکه به استفاده آسانی احساس خستگی می کردند شکایت داشتند، محققان این افراد را یافتند و پس از سالها بررسی، معیارهای زیر را برای علائم مشخصه بیماری پس از فلج اطفال اعلام کردند:

بیماری فلج اطفال همراه با فلج عضلات و شواهد حاکی از دست دادن سلولهای عصبی حرکتی که - سابقه بیماری شدید فلج اطفال آن را تأیید کند، علائم ادامه ضعف و کوچک شدن ماهیچه ها در معاینات سابقه عصب شناسی، و علائم از بین رفتن سلولهای عصبی در الکترومایوگرافی (EMG).

مدت زمانی برای بهبودی جزئی یا کامل، پس از ابتلای به بیماری شدید فلج اطفال که همراه با فلج

- طی  
باشد. پس از آن دوره، سیستم عصبی شخص برای دوره ای (که معمولاً ۱۵ سال یا بیشتر می باشد)  
عضلات  
بدون هیچ گونه مشکلی و به صورت با ثبات عمل کرده باشد.  
ناگهانی یا تدریجی افزایش ضعف یا خستگی غیرعادی و جدید عضلات (یا کاهش توان فرد) و ادامه  
- حمله  
می تواند با خستگی عمومی، کوچک شدن عضلات، یا درد مفاصل و عضلات همراه باشد. (این حمله  
آن که  
می تواند در پی یک دوره عدم تحرک، ضربه روحی، یا عمل جراحی باشد.) مشکلات تنفسی و بلع،  
ناگهانی  
کمتر در سندرم پس از فلج اطفال مشاهده می شود.  
- ادامه علائم بیماری برای مدت حداقل یک سال؛  
- تشخیص اینکه مشکلات نورولوژیک، پزشکی، و اورتوپدی عامل بیماری نیستند.

این نکته حائز اهمیت است که تبعات ناشی از بیماری فلج اطفال ممکن است با معیارهای فوق  
یادآوری  
نداشته باشد. مبتلایان سابق به بیماری فلج اطفال که به مطب شما مراجعه می کنند ممکن است از  
تطبیق  
مختلف ناراحتی ها از قبیل نورولوژیک، اورتوپدیک، مدیکال، ماسکالوسکتال (musculoskeletal)،  
انواع  
و بازپروری شکایت داشته باشند. لازم است تمام این موارد با استفاده از روشهای علمی، مورد بررسی  
عاطفی،  
قرار گیرد و صرفاً به عنوان علائم پیری در نظر گرفته نشوند.

بین المللی فلج اطفال به تمامی مبتلایان سابق به بیماری فلج اطفال توصیه می کند که بطور مستمر  
شبکه  
پزشکی قرار گیرند. اگر علائم بیماری یک بیمار را از طریق روشهای پزشکی متداول نتوان شرح  
مورد معاینات  
تخفیف داد و علائم بیماری ادامه پیدا کند یا تشدید شود، ارجاع به پزشک متخصص مناسب می باشد.  
و  
یا نورولوژیست می تواند با انجام معاینات عصبی - ماهیچه ای از بیمار، بیماری وی را تشخیص  
فیزیوتراپیست  
دهد و برنامه مداوایی برای بیمار تهیه کند که برای شما و بیمار شما ارسال خواهد شد.

منابع دیگر برای مطالعه بیشتر:

Jubelt, B., & Agre, J.C. (2000). Characteristics and management of postpolio syndrome. *Journal of the American Medical Association*, 284, 412-414.

Maynard, F.M., & Headley, J.H. (Eds.) (1999). *Handbook on the Late Effects of Poliomyelitis for Physicians and Survivors*. Saint Louis, MO: Gazette International Networking Institute. ([www.post-polio.org/ipn/hndbk99.html](http://www.post-polio.org/ipn/hndbk99.html) <<http://www.post-polio.org/ipn/hndbk99.html>>)

\*March of Dimes Birth Defects Foundation. (1999). *Identifying Best Practices in Diagnosis & Care*. Warm Springs, GA: March of Dimes International Conference on Post-Polio Syndrome. ([www.modimes.org](http://www.modimes.org) <<http://www.modimes.org>>)

مطالب فوق بصورت چاپی و به زبان انگلیسی موجود می باشد.  
برای اطلاع از قیمت آن، Order Form را ملاحظه کنید.