

أعراض مرضية ذات وجهين أحدهما بسيط والآخر مميت

يظهر على جسمك أحيانا شيء غير طبيعي أو غير معتاد بالنسبة لك مما يشير في نفسك القلق الذي يجعلك تسألك كل من تعرفهم من الأصدقاء وغيرهم، حتى يمكن أن تستشير الخبراء على النت لتحصل على تفسير لما يحدث لك، فمثلا إذا ظهر على بشرتك احمرار جديد من نوعه ربما يساورك الشك أنك مصاب بسرطان الجلد، وإذا تكسرت أظافرك تعتقد أنك مصاب بأنيميا البحر المتوسط.

لكن هذه الطريقة بالطبع تعتبر مسلكا خاطئا لا يجب عليك السير به، إنما عليك الذهاب إلى الطبيب المختص حتى يوضح لك الذي يحدث بجسمك والعوامل التي أدت إلى ظهور هذا العرض الجديد، وإذا كنت محظوظا سيكون مجرد شيء عارض وبسيط يشفى ببعض العلاجات الخفيفة، وربما قدر الله لك الإصابة بمرض خطير لكنك أيضا ستكون محظوظا لأنك اكتشفتته وسرت في الاتجاه الصحيح وهو اللجوء إلى المتخصص ليبدأ معك العلاج. فهنا بعض الأعراض الصحية الغريبة ومتى تصبح عادية لا تتطلب القلق ومتى تكون خطيرة، ويجب عليك الإسراع لطلب المساعدة.

1

تساقط الشعر:

متى يكون تساقط الشعر شيئا غريبا؟
اعلم أن سقوط حوالي 100 شعرة خلال اليوم شيء طبيعي، وهذا ما يؤكد الدكتور جيفري جاربر والدكتور MD رئيس الجمعية الأمريكية لعلم الغدد الصماء، وحتى الضعف الملحوظ في سمك الشعر ليس بالشيء الذي يستدعي القلق إذا كنت في تلك الفترة تمر بتغيرات هرمونية، فعلى سبيل المثال:

إذا توقفت مؤخرا عن استخدام وسيلة هرمونية لتحديد النسل، أو حدث لك إجهاض أو أنجبت طفلا، فإن تساقط الشعر هو نتيجة طبيعية، وذلك لأن الجسم في هذه الحالة يقوم بإعادة تنظيم نفسه بعد ما مر به، كما يجب ان تعود خصلات شعرك إلى وضعها الطبيعي خلال فترة تتراوح بين ثلاثة إلى أربعة أشهر.
ومن الطبيعي أيضا أن يتغير قوام الشعر بسبب التغيرات الهرمونية، مما يعني أنك لست بحاجة للقلق بعد مرورك بتجربة الحمل، فإذا لم يعد شعرك المعجم بحاجة إلى الفرز بالمكواة المعدنية أو أصبح شعرك الجاف يتمتع بالترطيب فجأة.

متى يصبح تساقط الشعر مؤشرا للإندار؟

لتأكد أن شعرك وصل لمرحلة خطيرة من التساقط ينصحك الدكتور (جاربر) بمحاولة اختبار شد الشعر، ويعني أن تقومي وبحرص بالإمسك ببعض الشعر وتشديه شدة بسيطة وتلاحظين كم شعرة سوف تسقط، فإذا تم سقوط أكثر من خمس شعرات من الجذور فهذا شيء يجب أخذه في الاعتبار والاهتمام به، وفي هذه الحالة يجب الاتصال بالطبيب المختص.

ما الدور الذي سيقوم به الطبيب؟

- سيقوم الطبيب بفحص فروة الرأس.
- ربما ينصحك بإجراء بعض فحوصات الدم، لتحديد وتشخيص المشكلة.

ويعلن الدكتور (جاربر) أن نقص الحديد، الزنك والبايوتين أي فيتامين ص يمكن أن يسبب تساقط الشعر، وكذلك يعتبر نشاط الغدة الدرقية الزائد سببا لتساقط الشعر، فإذا حدث تغير في قوام شعرك ولم تمر بأي ظروف من التي تم ذكرها سابقا، فيجب استشارة الطبيب. وتوضح الدكتورة (سكولا) أن المرضى غالبا يلحظون تغيرات في قوام الشعر خلال أوقات من التوتر والضغط النفسي غير المعتادة أو الإصابة بمرض خطير أو انخفاض مستويات الحديد بالجسم.

2

الطفح الجلدي:

متى يكون شيئا غريبا؟

الهرمونات مرة أخرى:

تعاني الأمهات من طفح جلدي يشبه الفراشة في شكله ويكون مثل البقع المتناثرة فوق الأنف أو الخدين، وهذا لتعاطي بعض النساء عقار تحديد النسل أو العلاج الهرموني لعلاج أعراض سن اليأس. الطفح الجلدي (الذي يشار إليه أحيانا بأنه مثل القناع) يطلق عليه الكلف أو chloasma ويكون نتيجة للإنتاج الزائد لعنصر الميلانين (صبغة الجلد)، كما توضح الدكتورة سكولا أن بعض النساء يصبن ببقع مشابهة على طول خط الفم أو الجبهة.

وعادة ما تزول البقع في غضون بضعة أشهر بعد الإنجاب للمرة الحامل أو التوقف عن تناول عقاقير الهرمونات، وينصح الخبراء بأن أفضل طريقة للتخلص من الطفح الجلدي هي استخدام الكريم الواقي من الشمس أو المستحضرات المضادة لذلك.

متى يصبح الطفح الجلدي مؤشرا خطيرا؟

يصبح الطفح الجلدي مؤشرا خطيرا إذا لم يكن هناك حمل أو استخدام لعقاقير الهرمونات وخاصة إذا كان ذلك الطفح ذا لون أحمر وخشن الملمس، وفي هذه الحالة يمكن أن يشير إلى مرض (الذئبة) وهو مرض خطير ينتج عن اضطراب جهاز المناعة، كذلك إذا استمر هذا العرض عدة أيام ولم يتعلق بمشكلة جفاف البشرة فيجب استشارة الطبيب.

دور الطبيب:

لتشخيص مرض (الذئبة) يمكن أن يطلب منك الطبيب إجراء تحاليل للدم من أجل أجسام مضادة محددة أو تحويلك إلى خبير أمراض جلدية أو rheumatologist، وبالرغم من أن مرض الذئبة لا يتم الشفاء منه إلا أن هناك العديد من العلاجات التي تقلل الأعراض المصاحبة لهذا المرض مثل الشعور بألم، فقدان الذاكرة والإعياء الشديد.

3

عدم توافق أو تغير بؤبؤ العين:

متى يكون هذا عرضا غريبا؟

إذا لاحظت عدم توافق بين بؤبؤ العين لفترة طويلة يمكنك تذكرها فلا تقلق لأن بعض الناس يولدون بهذا، وعلى الرغم من أن هذه المشكلة قد تجعلك أكثر حساسية للضوء، فلا يجب أن تؤثر على الرؤية بأي شكل من الأشكال، كما يقول الدكتور جيمس وهو طبيب في (Michigan, Grand Rapids).

تصميم: أمير يوسف – اعداد: إيناس مسعود

متى يصبح هذا العرض مؤشرا خطيرا؟

إذا أصيبت رأسك بالضرب أو الاصطدام منذ فترة ٧٢ ساعة ولاحظت ارتفاع في درجة حرارتك، وتغير حجم بؤبؤ العين أو تغير في الشكل أو اللون عليك الإسراع في الذهاب إلى غرفة الطوارئ، وهذا ما ينصح به الدكتور (بلغيت).

ويضيف ما يلي: تغيرات البؤبؤ الناتجة عن إصابة في الرأس أو في حالة مرض الإصابة بمرض تمدد الأوعية الدموية، يعني إصابة الشخص بنزيف بالدماغ أو التهاب السحايا، وكلاهما يهدد حياة الفرد، وتطبيق المشكلة نفسها عند تغير حالة البؤبؤ بعد الخضوع لأي نوع من الجراحة أو تصحبها أعراض أخرى مثل الألم، الغثيان أو فقدان الرؤية، وفي هذه الحالة يجب اللجوء للطبيب المختص فوراً ليقيم بالفحوصات الضرورية.

وربما لا يكون شيء خطير، لكن ربما أنك تعاني من اضطراب الأعصاب الذي يطلق عليه (متلازمة هورنر) وخلالها تعاني العين ذات البؤبؤ الأصغر من تدلي الجفن، وربما يكون هذا بسبب آفة بالدماغ، إصابات بالحبل الشوكي أو ورم بالرئة.

ما الذي سيفعله الطبيب؟

إذا لزم الأمر يمكن للطبيب عمل فحص للدماغ بالتصوير بالرنين المغناطيسي أو الأشعة المقطعية للرأس والعنق والصدر.

4

تشوه في الأظفار:

متى يكون هذا عرض غريبا؟

ربما علمت أن انتشار البقع البيضاء على أظافرك تعني أنك تعاني من نقص في بعض الفيتامينات، لكن هذا التفسير هو مجرد كذبة، ويخبرنا الدكتور (جوزيف جوزيزو) أستاذ الأمراض الجلدية بكلية الطب في ونستون سالم بولاية شمال كارولينا ما يلي: "ظهور بقع بيضاء فوق أظافرك مرتبط بتأثير معين".

لا داعي للذعر إذا كنت لا تتذكر الحادثة التي أدت إلى ذلك، فإذا حدث وتعلقت أظافرك بباب أودرج، لن تظهر البقع حتى ينمو الظفر للخارج لمدة أسابيع عدة أو حتى أشهر بعد الحادث.

متى يكون ذلك العرض مؤشرا خطيرا؟

إذا كنت تعاني من تغير بلون الظفر أو تشققات أو أي أعراض أخرى، اذهب إلى طبيب أمراض جلدية فيمكن أن يكون هذا نوع من الصدفية أو الفطريات، وإذا كان هناك لون بني تحت الظفر يصحبه التهاب وتمزق بالبشرة فهو على الأرجح عدوى الخميرة، ويتطلب علاجاً فورياً.

من الأشياء التي يشتهر بها ظهور لون أبيض بالقرب من طرف الظفر، ويطلق الأطباء على هذا العرض بالظفر ذي اللونين ويمكن أن يشير هذا إلى وجود مرض بالكلية، وأخيرا إذا كنت شخصاً قوقازيا ولاحظت ظهور لون أسود أو أزرق يمتد من منبغ الظفر إلى أطراف الأصابع يمكن أن يكون مرض الورد الفيتاميني، وهو أخطر أنواع سرطانات الجلد، وهنا يجب الإسراع برؤية طبيب الأمراض الجلدية.

5

فقدان الحس أو الشعور بوخز بالأطراف:

متى يكون هذا العرض غريبا؟

إذا كنت خارج البيت في طقس بارد أو تسبح بحمام سباحة بارد في فصل الصيف، ربما تلاحظ وخز بأعصاب يديك، قدميك، أصابع يديك وأصابع قدميك، وهذا يعني تفاعل أعصابك للجو البارد، وكل ما عليك هو أن تضع يديك بقباز، أو تخرج من الماء أو توجه إلى مكان آخر أكثر دفئا وسوف تتحسن حالتك.

7

علامات شريطية حمراء فوق الجلد :

متى يكون هذا العرض شيء غريب؟

إذا بدا على رجلك أو ذراعك شيء يشبه شبكة الصيد، فهذه مشكلة يطلق عليها (Livedoreticularis)، وهذا إنذار، ويعني أنك تعاني من تمدد الأوعية الدموية حتى تعوض تدفق الدم البطيء لأن جسمك بارد، فإذا كان هذا العرض يختفي بصورة مؤقتة عند الضغط عليه أو يختفي بصفة دائمة عند شعورك بالدفء، فليس هناك داع للقلق.

متى يكون هذا العرض مؤشراً خطراً؟

إذا لم تختف تلك العلامات عند ارتفاع درجة حرارة جسمك أو عندما تضغط عليها، يصبح ذلك نذير اضطراب في جهاز المناعة، ويتمثل في مرض الذئبة أو التهاب المفاصل، وعند شك الطبيب أنك تعاني أي من هذه الأعراض سيأمر بعمل استئصال لجزء من الجلد وتحليله أو تحليل معينة للدم للتأكد من الإصابة، كما يمكن أن يطلب منك عمل أشعة إكس لمفاصلك لتحديد ما إذا كانت تعاني من التورم أو التلف في حالة الإصابة بالتهاب المفاصل.

8

نتوء السرة :

متى يكون هذا العرض شيء غريب؟

إذا كانت هذه مشكلة دائمة معك منذ الصغر فلا يوجد شيء تركز عليه، نفس الشيء عند الحمل يظهر نتوء طبيعي ناتج عن ذلك خلال النصف الثاني من فترة الحمل.

متى يصبح نتوء البشرية مؤشراً خطراً؟

إذا لم تكوني حاملاً وفي هذه الحالة يعتبر مؤشراً لتطور مشكلة فتق سري وتحدث عندما يندفع جزء من أمعائك عبر نقطة ضعيفة في جدار البطن، وهذه المشكلة أكثر شيوعاً بين الناس ذوي الوزن الزائد أو الذين يقومون برفع الأثقال والنساء اللاتي يحملن لعدة مرات.

ويمكن له أن يسبب خطورة إذا أحدث انقطاعاً في إمداد الدم لجزء من الأمعاء، لذلك يجب الذهاب للطبيب بأسرع ما يمكن لترى إذا كنت بحاجة إلى جراحة، ولحسن الحظ الجراحة التي تتطلبها هذه المشكلة بسيطة جداً.

متى يصبح هذا العرض مؤشراً خطراً؟

يشير اللون البني القاتم أو اللون الملوّث بالدم للبول إلى معاناة الشخص من الجفاف أو عدوى مجرى البول



متى يكون هذا العرض مؤشراً خطراً؟

إذا لم يتعلّق الشعور بالوخز بالجو البارد، ربما يدل على معاناتك من عصب ضعيف بالرقبة أو أسفل الظهر وخاصة إذا كان الإحساس يؤثر على أحد الأزرع أو الأرجل، كذلك يمكن أن ينتج ألم الأعصاب إلى تمزق بمنطقة الديسك بالظهر أو نتوء بالعظم يضغط على العصب، وربما لا يستدعي هذا القلق، لكنه يمكن أن يكون غير مريح، فهو يشبه الضرب فوق العظم بدون توقف، لذلك تشعر بوخزات في أعصابك.

لحل هذه المشكلة:

أنت بحاجة إلى الراحة، مضادات الالتهاب، أو العلاج الطبيعي وحتى الجراحة، وإذا لم يتمكن طبيب الباطني من علاج هذا العرض فسوف يحولك إلى طبيب أعصاب أو طبيب علاج طبيعي، أيضاً يمكن أن يشير الشعور بوخز في الأطراف إلى مرض السكر، بالرغم من ظهور هذا العرض عندما يكون المرض في مرحلة متقدمة، حيث يؤدي مرض ارتفاع سكر الدم إلى أعراض متعددة وتشمل ما يلي:

- تلف الأعصاب.
- الوخز.
- الضعف العام.
- الشعور بالألم.

وإذا كنت تعاني بالفعل من مرض السكر فاعلم أن حدوث هذا يدل على وجود اضطراب في مستويات سكر الدم ولا يتم السيطرة عليها بشكل جيد، أما إذا لم تكن تعاني من السكر فعليك فوراً عمل تحاليل للدم. يتعلّق إحساس الوخز أو فقدان الحس في أطرافك أيضاً بمؤشرات الأزمة القلبية، لكن إذا لم يصاحب هذا الشعور ضيق بالصدر، دوار، أو ضيق تنفس فربما لا يكون هذا أزمة قلبية، لكن للحرص عليك اللجوء للطبيب فوراً أو الاتصال بالإسعاف حتى لا تغامر بنفسك.

6

لون غير طبيعي للبول :

متى يكون هذا العرض شيء غريب؟

يمكن أن يظهر اللون الطبيعي للبول في عدة ظلال ومنها الأصفر، الوردية، البرتقالي، الأخضر أو حتى أسمر خفيف ضارب للصفرة، لذلك إذا تناولت مجموعة متنوعة من الأطعمة الملونة مثل الجزر، beets, blackberries, asparagus أو تعاطيت دواءً جديداً أو عقاراً متعدد الفيتامينات، فلا تتدهش إذا انعكس هذا على البول.

يشير اللون البني القاتم أو اللون الملوّث بالدم للبول إلى معاناة الشخص من الجفاف أو عدوى مجرى البول على التوالي

على التوالي، فإذا كان لون البول قاتماً لأكثر من يوم وتعلم أن الجفاف المتوسط ليس هو السبب فعليك أن تحاول (شرب أكواب قليلة من الماء ولاحظ ما سيحدث) كما يكون من المهم بالنسبة لك استشارة طبيب متخصص.

البول الداكن يشير أيضاً إلى مشكلات في الكلى، مثل مرض التهاب الكبد أو التليف الكبدي، وهذا يمكن أن يكون شديد الخطورة (وينتهي بك الحال إلى الخضوع لعلاجات مضادة للفيروسات، وتحاليل لتتقوية دمك أو حتى زراعة كبد)، وكلما أسرعت في اكتشاف المرض كلما كان أفضل لك.

يعني البول الملوّث بالدماء حالة تسمى قئاً، وستحتاج إلى مضادات حيوية لتتقيته، وفي حالات نادرة ربما يشير هذا إلى سرطان المثانة أو حصوات الكلى (تعرف الحصوات بأنها ترسبات معدنية صلبة تسبب ألماً شديداً)، فإذا أشارت العلامات إلى أي من هذه المشكلات المرضية، سيطلب طبيبك فحصاً للمثانة بالأشعة المقطعية أو الكشف بمنظار المثانة وهو كاميرا دقيقة تدخل إلى منطقة المثانة.