العرب
الأحد 2020/08/30
السنة 43 العدد 11805

زراعة الرحم تجدّد الأمل في الإنجاب

الحصول على رحم من متبرعات متوفّيات يقضي على المخاطر المحتملة على المتبرعة الحيّة

الإنجاب حلم حياة

أصبح بإمكان النساء اللواتي يعانين من العقم الناجم عن علة رحمية إنجاب طفل عن طريق عملية زراعة الرحم، مما يمكّنهن من الإحساس بمشاعر المسؤولية والرهبة والفرح المرافقة للحمل بأطفالهن وولادتهم بأنفسهن. ولئن اعتبر المختصون أن النساء اللواتي لا يعانين عادة من أمراض أخرى غير قادرات على الإنجاب لعدم وجود رحم لديهن، فإنهم يتفقون على أن عملية زرع الرحم تحقق للكثيرات حلم حياتهن المتمثّل في الإنجاب.

كليفلاند – شهدت تجربة سريرية يجريها مستشفى كليفلاند كلينك في الولايات المتحدة الأميركية لتقييم فعالية عمليات زرع الرحم من متبرعات بعد وفاتهنّ نجاح ولادة ثانية؛ إذ أنجبت فتاة من ولاية بنسلفانيا صبيا في صحة جيّدة.

وتهدف الدراسة إلى إجراء عشر عمليات زرع رحم؛ حيث استطاع فريق كليفلاند كلينك، منذ إطلاق العمليات في عام 2015، أن يجري منها ثماني عمليات؛ نجحت ستّ منها وتمخضت اثنتان من الست عن ولادتين لطفلين سليمين، بالإضافة إلى وجود حالتي حمل أخريَيْن حاليا.

وقال جراح زراعة الرحم الدكتور كريستيانو كوينتيني، الباحث الرئيسي في الدراسة، "هناك حوالي 60.000 امرأة في الولايات المتحدة الأميركية يعانين من العقم الناجم عن علة رحمية. هؤلاء النساء، اللواتي لا يعانين عادة من أمراض أخرى، غير قادرات على الإنجاب لعدم وجود رحم لديهن"، معتبرا أن عملية زرع الرحم "يمكن أن تحقق للكثيرات حلم حياتهن المتمثل في الإنجاب".

> عملية زراعة الرحم ستمكّن المرأة من الإحساس بمشاعر المسؤولية والرهبة والفرح المرافقة للحمل بطفلها وولادته بنفسها

ولم يكن ثمّة سبيل للحمل، قبل هذه الدراسة الرائدة، أمام النساء المصابات بالعقم في هذه الحالات.

وأمضى فريق من المختصين العاملين في أكثر من 12 تخصصا طبيا أربع سنوات في إعداد الفتاة الخاضعة للدراسة لتصبح أمّا، خضعت خلالها المتبرعات إلى فحص التطابق، لتُتوّج هذه الفترة الزمنية بعملية ناجحة لزراعة رحم أجريت في كليفلاند كلينك في يناير من العام الماضي، تلتها فترة مراقبة امتدّت ستة أشهر للتأكد من أن الرحم المزروع مستعد لحمل الجنين. وقد حملت الأم الخاضعة للدراسة بعد أول عملية نقل لجنين إلى رحمها الجديد، وأنجبت طفلها بعملية قيصرية في مارس من هذا العام.

ولإلقاء المزيد من الضوء على عمليات زرع الرحم تولّى الدكتور كوينتيني وزميلاه، الدكتورة أوما بيرني المختصة بطب الأم والجنين، والدكتور أندرياس تزاكيس، الرئيس الفخري لقسم زراعة الأعضاء، والذي قاد جهود إدخال عمليات زرع الرحم إلى كليفلاند كلينك في عام 2015، الإجابة عن عدد من الأسئلة الشائعة.

وقال كوينتيني إن الهدف من زراعة الرحم من متبرعات متوفّيات هو إثبات أن زراعة الرحم تشكل خيارا علاجيا مجديا وآمنا للنساء المصابات بعقم ناجم عن علة رحمية؛ إذ تسمح لنا زراعة الرحم من متبرعات متوفّيات بتلافي المخاطر المحتملة، التي قد تتعرض لها المتبرعة الحيّة.

الولادتان الناجحتان أدخلتا السعادة إلى أسرتين محرومتين من الأطفال، كما بعثتا بارقة أمل لدى فريق الدراسة، والعالم بأكمله؛ فمن الرائع أن نرى أخيرا النتائج المذهلة الكفيلة بتغيير حياة الناس إلى الأفضل، والتي يمكن أن تحققها عمليات الزرع هذه.

وأضاف أن معظم المريضات وُلِدن دون رحم؛ إذ يعتبر ذلك حالة شائعة إلى حد ما نجدها عند واحدة من كل 500 امرأة، وهؤلاء لا يعانين عادة من علل أخرى مرافقة. كما توجد حالات أخرى لنساء تم استئصال الرحم لديهن خلال سن الإنجاب بسبب نزيف مهدد للحياة أو أورام حميدة أو خبيثة.

وحول الخيارات المتاحة أمام النساء المصابات بالعقم لعلة رحمية ممن يرغبن في إنجاب الأطفال، قال كوينتيني "لو تحدثنا بصورة عامة نجد أن الخيارات الأخرى المتاحة تتمثل في التبني أو تأجير الأرحام، وهي حلول تناسب الكثير من النساء، ولكنها لا تناسب النساء في عدد من المجتمعات لأسباب ثقافية أو دينية أو مالية، ناهيك عن أن عملية زراعة الرحم ستجعل بوسع المرأة الإحساس بمشاعر المسؤولية والرهبة والفرح المرافقة للحمل بطفلها وولادته بنفسها".

وأضاف أن هذه العمليات ما زالت إجراء جديدا، لذلك فهي غير متاحة إلا في نطاق التجربة السريرية.

وأشار جراح زراعة الرحم إلى أن الخطوة الأولى التي تنطوي عليها عملية زرع الرحم تتمثل في تقييم الحالة للتأكد من إمكانية إجراء عملية الزرع بأمان. والخطوة الثانية هي تخصيب الأجنة وحفظها ليتم استخدامها في حالات الحمل المستقبلية. أما الخطوة الثالثة فهي وضع المريضة على قائمة الانتظار والبحث عن متبرعة مناسبة.

وعند تحديد المتبرعة المناسبة يذهب الفريق الجراحي إلى المستشفى الذي تتواجد فيه، للحصول على الرحم ونقله إلى مستشفى كليفلاند كلينك من أجل القيام بعملية الزرع. وخلال هذه المرحلة تبدأ المريضة بتناول أدوية مثبطة للمناعة لكي لا يرفض جسمها الرحم الجديد.

ومن الضروري الاستمرار في العلاج الكابت للمناعة منذ لحظة زرع الرحم حتى الحصول على النتيجة المرجوة، أي ولادة طفل أو طفلين معافيين. وبعد 6 أشهر من إجراء الزرع بنجاح، يقوم أخصائيو العقم بعملية نقل الجنين. ويواصل الفريق المختص الإشراف على المريضة حتى يطمئن إلى ثبات حملها وتتكلّل جهود الفريق بالولادة. وفي نهاية المطاف يتم استئصال الرحم المزروع.

وعن اختلاف الحمل في رحم مزروع عن الحمل التقليدي أكد كوينتيني أنه بالاستناد إلى تجربتهم والتجارب المماثلة في العالم، وجدوا أن حالات الحمل هذه تشبه حالات الحمل في رحم طبيعي عند النساء اللواتي خضعن لعملية زرع أعضاء أخرى؛ حيث استطاعت آلاف النساء من مريضات زراعة الكلية والكبد والقلب والرئة إنجاب الأطفال وهن يتناولن أدوية مثبطة للمناعة.

وقال كوينتيني "كذلك ندرك ارتفاع مخاطر إصابة النساء اللاتي خضعن لعملية زرع الرحم بارتفاع ضغط الدم والتسمّم الحملي، كما أن الولادة يجب أن تُجرى عبر عملية قيصرية".

وأشار إلى أنه بعد أن تحمل المرأة وتلد، وربما تكرِّر الحمل بحسب رغبتها، تخضع لعملية استئصال الرحم، للتوقّف عن تناول العقاقير المثبطة للمناعة.

من جانبه أكد الدكتور أحمد راشد، طبيب أمراض النساء والتوليد بكلية الطب في جامعة عين شمس، أن زراعة الرحم لا تعد علاجا للعقم، إنما هي علاج للحالات التي تعرضت لاستئصال الرحم في سن مبكرة أو في سن الإنجاب، كالتي تعاني من أورام ليفية أو تعرضت لانفجار في الرحم أثناء الولادة، مضيفا أنها "علاج مناسب أيضا للحالات التي ولدت دون رحم".

بدوره قال الدكتور أيمن هاني، مدرس أمراض النساء والتوليد في كلية طب جامعة القاهرة، إن عمليات زرع الرحم اختيار مناسب، وخاصة للنساء اللواتي ولدن دون رحم بسبب وجود عيب خِلْقي.

وأضاف "أن نجاح العملية لا يتوقّف على زراعة الرحم وعدم رفض الجسم للرحم الجديد المزروع، وإنما على نجاح حدوث حمل واستمراره".

وكانت أول امرأة في العالم تضع مولودا بعد خضوعها لعملية زرع رحم، سويدية تبلغ من العمر 32 عاما، وذلك في عام 2014.

وتلت ذلك عدة ولادات لنساء زرعت لهن أرحام في مستشفى جامعة سالغرنسكا في غوتنبرغ بالسويد. وشهد عام 2017 سابقة هي الأولى من نوعها في الولايات المتحدة، حينما وضعت امرأة مولوداً بعدما خضعت لعملية زراعة رحم، وفقاً لمسؤولين في مستشفى دالاس بولاية تكساس الأميركية.

تدابير تجنب كبار السن مشاكل حرارة الصيف

كولن – قال المركز الألماني للتوعية الصحية إن حرارة الصيف تمثل عبئا شديدا على كبار السن، وذلك بسبب تراجع عملية التعرق لديهم كوسيلة لتبريد الجسم من ناحية، وتراجع الإحساس بالعطش مع التقدم في العمر من ناحية أخرى.

ولتجنب المشاكل الصحية المحتملة، والتي تتمثل في الشعور بالدوار وقِصر النفس وارتفاع درجة حرارة الجسم، ينصح المركز كبار السن بشرب السوائل على نحو كاف على مدار اليوم بمعدل يتراوح بين لترين وثلاثة لترات، وذلك لتجنب نقص السوائل في الجسم. ومن الأفضل شرب الماء والعصائر المخففة وشاي الأعشاب غير المحلى بالسكر.

بدورها أوضحت خبيرة التغذية الألمانية، تيريزا شتاخلشايد، أنه ينبغي على كبار السن شرب 1.2 لتر من الماء على الأقل يومياً، مشيرة إلى أن هذه الكمية يمكن أن تزيد بعض الشيء أيضاً في الصيف، كما أنها تختلف باختلاف النشاط البدني، وهناك حالات لا يجوز فيها شرب الماء بكثرة، مثل تلفيات الكلى وقصور القلب.

كما أشارت طبيبة الأسرة الألمانية، إنجريد دينشل، إلى أن الماء يعد المشروب الأفضل لحصول الجسم على السوائل اللازمة لعملياته الوظيفية، ونصحت دينشل بإضافة بعض النكهات إلى الماء حتى لا يشعر المرء بالملل، وذلك بإضافة بعض النعناع أو شرائح البرتقال أو الزنجبيل. ويمكن إضافة العصير إلى الماء بنسبة الثلث عصيراً والثلثين ماء، وبذلك يستعيد الجسم الإلكتروليت الذي فقده جراء التعرّق.

كما يتعين على كبار السن الابتعاد عن أشعة الشمس الساطعة والبقاء في الظل قدر المستطاع، مع مراعاة ارتداء ملابس خفيفة وجيدة التهوية.

وقالت كريستينا سوفينسكي، من الجمعية الألمانية لمساعدة كبار السن، إن فصل الصيف قد يشكل خطورة شديدة على كبار السن، وذلك بسبب قلة شرب السوائل، نظراً لتراجع الشعور بالعطش مع التقدم في العمر، مشيرة إلى أن العلامات الأولى لنقص السوائل تتمثل في الصداع، وضعف التركيز، والتشوش الذهني.

وحذرت دينشل كبار السن من الخروج صباحاً أو حتى آخر النهار دون حماية من الشمس؛ فإلى جانب غطاء الرأس ينبغي استعمال كريم واقٍ من أشعة الشمس ذي مُعامل حماية SPF، لا يقل عن 30.

ويعتبر الطعام الصحي هو الأنسب لفصل الصيف؛ حيث ينبغي الإكثار من الخضروات والفواكه، التي تمد الجسم بالفيتامينات والمعادن المهمة، مع مراعاة تناول الخضروات والفواكه طازجة وبسرعة قبل أن تفسد، لتجنب المشكلات الصحية مثل الإسهال الذي يمثل مشكلة كبيرة لكبار السن في الصيف بصفة خاصة.

اتّباع قاعدة 20 – 20 – 20 ضروري عند استخدام شاشة رقمية

دبي - حذرت الدكتورة لويزا إم. ساستري من أن قضاء وقت طويل أمام الشاشات يمكن أن يتسبب في الإصابة بما يعرف بـ"إجهاد العين الرقمي"، والذي يتضمن مجموعة من المشاكل المرتبطة بالعين والرؤية الناجمة عن مشاهدة الشاشة الرقمية لفترات طويلة.

وأوضحت أخصائية طب العيون وعلاج الشبكية في مستشفى مورفيلدز دبي للعيون أنه يتعين على المرضى اتباع قاعدة 20 – 20 – 20، التي تنص على ضرورة أخذ استراحة مدتها 20 ثانية لمشاهدة شيء على بعد 20 قدما كل 20 دقيقة عند استخدام شاشة رقمية.

وأشارت إلى أن إجهاد العين المرتبط بالأجهزة الرقمية يؤثر على الأشخاص من جميع الأعمار. وإذا كان المرء يقضي ساعات طويلة يوميا في استخدام الأجهزة الرقمية، فقد يلاحظ أن الرؤية تصبح مشوشة، وستشعر العين بالحكة والتعب، كما أن العين قد تصبح جافة ومدمعة.

وباعتبار أنه من غير الممكن تجنب الاعتماد على التقنيات الرقمية في الوقت الحالي، فإن فهم الأعراض والتدابير الوقائية لإجهاد العين الرقمي يمكن أن يساعد المرضى في الحد من احتمالية الإصابة بالأمراض ذات الصلة.

وهناك مجموعتان من الأعراض المرتبطة بإجهاد العين الرقمي، ومنها التي ترتبط بانخفاض رمشات العين وجفاف العين، وأخرى مرتبطة بتركيز العدسة.

ويمكن أن يؤدي انخفاض رمشات العين وجفاف العين إلى التهيج، والإحساس بالحرقة وإجهاد العين، حيث تصبح العين متعبة وحسّاسة تجاه الضوء. وتشمل الأعراض المرتبطة بالتركيز عدم وضوح الرؤية من المسافات القريبة والبعيدة، والإحساس بالصداع بعد استخدام الجهاز الرقمي.

مشاهدة الشاشة الرقمية لفترات طويلة يؤذي العين

ويمكن أن تحدث هذه الأعراض بسبب ضعف الإضاءة والوهج ومسافات المشاهدة غير الصحيحة.

كما يمكن تشخيص إجهاد العين الرقمي من خلال فحص شامل للعين. وقد يتضمن الاختبار -إلى جانب التركيز على المتطلبات البصرية وخاصة بُعد المسافة عن الكمبيوتر أو الجهاز الرقمي- تقييما لتاريخ المريض وحدّة البصر واختبار الانكسار لتأكيد قوة العدسة الصحيحة اللازمة للتعويض عن أي أخطاء انكسارية.

ولئن تنوعت حلول مشاكل الرؤية المتعلقة بمشاهدة الشاشات الرقمية، فإنه يمكن عادة التخفيف من حدة هذه المشاكل بالحصول على رعاية منتظمة للعين وإجراء تغييرات على كيفية المشاهدة ومقدار الوقت الذي تُشاهد فيه الشاشة.

وفي بعض الحالات قد يستفيد الأفراد، الذين لا يحتاجون إلى استخدام النظارات في الأنشطة اليومية الأخرى، من النظارات الموصوفة خصيصا لاستخدام الكمبيوتر. وقد يحتاج الأشخاص، الذين يرتدون نظارات بالفعل، إلى وصفة طبية دقيقة للتعويض عن مضاعفات الشاشة الرقمية. وفي هذه الحالات ننصح المرضى باستخدام عدسة متخصصة يمكن أن تساعد في زيادة القدرات البصرية والراحة أثناء استخدام التكنولوجيا.

> عند مشاهدة الشاشات يحب ضبط السطوع والتباين من أجل إعداد مريح كما ينبغي الجلوس بعيدا عن الكمبيوتر بمسافة ذراع

ويعد الحفاظ على رطوبة العين وانتعاشها أمرا ضروريا أيضا لتخفيف وتقليل حدّة إجهاد العين الرقمي. ويمكن أن تساعد زيادة عدد مرات رمش العين (طريقة العين في الحصول على الرطوبة التي تحتاج إليها على سطحها)، واستخدام الدموع الاصطناعية وجهاز الترطيب، في الحفاظ على ترطيب مثالي للعينين.

بالإضافة إلى ذلك قد يكون من المفيد، عند مشاهدة الشاشات، ضبط السطوع والتباين من أجل إعداد مريح والتقليل من الوهج. وينبغي الجلوس بعيدا عن الكمبيوتر بمسافة ذراع.