

سونامی خاموشِ بیماری‌های خودایمنی؛ شناسایی ۸۰ نوع بیماری خودایمنی

خرداد ۱۱، ۱۴۰۳

کیا پرس : با آن که بیش از ۸۰ نوع بیماری خودایمنی در دنیا شناسایی شده، اما به "سونامی خاموش" معروف است. چراکه به طرز شگفت‌آوری در حال گسترشِ خاموش است و در حال حاضر بیش از ۳۰۰ میلیون نفر در دنیا درگیر آن هستند.

به گزارش کیا پرس از همشهری آنلاین، بیماری خودایمنی (Autoimmune Disease) وضعیتی است که در آن سیستم ایمنی بدن که نقش دفاع از بدن را بر عهده دارد، به اشتباه به سلول‌ها و بافت‌های خود حمله می‌کند و با تخریب سلول‌های سالم و خودی، فرد دچار یک یا چندین اختلال و بیماری می‌شود. سیستم‌های عصبی، دستگاه گوارش، غدد درون‌ریز، پوست، مفاصل، چشم‌ها، خون و رگ‌های خونی از جمله اعضا و ارگان‌هایی هستند که در این بیماری درگیر می‌شوند.

بیش از ۸۰ نوع بیماری خودایمنی در دنیا شناسایی شده و طبق آمارهای جهانی، این بیماری‌ها سالانه بین ۳ تا ۹ درصد افزایش می‌یابند. با آن که هنوز علت مشخصی برای "عملکرد سیستم ایمنی علیه سلول‌های خودی" اثبات نشده، اما ژنتیک، عوامل محیطی، استرس، آلودگی هوا، سبک زندگی شامل تغذیه، میزان فعالیت بدنی و کیفیت خواب و حتی نور خورشید در بروز این بیماری‌ها نقش دارند.

با آن که این بیماری قدمت بالایی دارد، اما خیلی از مردم آن را نمی‌شناسند و همین ناآگاهی می‌تواند منجر به پیشرفت بیماری و حتی موجب مرگ فرد شود. البته همه بیماری‌های خودایمنی کُشنده نیستند اما فرد بیمار تا پایان عمر باید دارودرمانی را ادامه دهد.

چرا سیستم ایمنی به میزبان خود حمله می‌کند؟

سونامی خاموشِ بیماری‌های خودایمنی ؛ وقتی سیستم ایمنی به اندام‌های بدن حمله می‌کند | کدام افراد بیشتر مبتلا می‌شوند؟ سیستم ایمنی بدن که بسیار دقیق عمل می‌کند و نقش محافظت از سلول‌ها و بافت‌ها و اندام‌ها را بر عهده دارد، چرا ناگهان علیه سلول‌ها و بافت‌ها و اندام‌های میزبان عمل می‌کند و دست به تخریب آنها می‌زند؟

دکتر محمدحسن بمانیان، فوق تخصص آلرژی و ایمنی‌شناسی بالینی در این خصوص به همشهری‌آنلاین می‌گوید: دلایل متعددی برای حمله سیستم ایمنی به سلول‌ها و بافت‌های خودی وجود دارد اما مهم‌ترین آنها عوامل ژنتیکی، بعضی عفونت‌ها، عوامل محیطی مثل تغذیه، استرس، آلاینده‌های هوا، مصرف برخی داروها، خواب ناکافی، عدم تحرک و چاقی هستند.

دکتر بمانیان به نکته بسیار مهمی اشاره می‌کند و می‌گوید: یکی از دلایل حمله سیستم ایمنی به بدن، هورمون‌ها هم هستند و به همین دلیل است که زنان بیشتر از مردان درگیر بیماری‌های خودایمنی یا اتوایمیون می‌شوند. چون خانم‌ها نسبت به آقایان بیشتر تحت تأثیر هورمون‌ها هستند. اصلاً هورمون استروژن این قابلیت را دارد که زنان را مستعد ابتلا به بیماری‌های خودایمنی کند.

تحقیقات بین‌المللی نشان داده که از هر ۵ بیمار مبتلا به بیماری‌های خودایمنی ۴ نفر زن هستند و این یعنی ۷۵ درصد مبتلایان زن هستند.

شناسایی ۸۰ نوع بیماری خودایمنی در دنیا بیش از ۸۰ نوع بیماری اتوایمیون در دنیا شناسایی شده که نزدیک به ۴ درصد (بیش از ۳۰۰ میلیون نفر) از جمعیت جهان را درگیر خود کرده‌اند. شایع‌ترین آنها دیابت نوع ۱، ام‌اس، آرتریت روماتوئید، لوپوس، بیماری کرون، پسوریازیس و اسکلرودرمی هستند. تحقیقات جهانی نشان داده که حدود ۲۵ درصد از افراد مبتلا به یک بیماری خودایمنی، به بیماری خودایمنی دیگری هم مبتلا خواهند شد.

دکتر بمانیان می‌گوید: بیماری خودایمنی می‌تواند هر ارگانی را درگیر و آن را تخریب کند. مثلاً در دیابت نوع ۱، سیستم ایمنی حمله می‌کند و سلول‌های تولیدکننده انسولین در پانکراس را از بین می‌برد. در این شرایط، افزایش قند خون به رگ‌های خونی و نیز ارگان‌هایی مثل قلب، کلیه، چشم‌ها و اعصاب آسیب می‌زند. یکی دیگر از بیماری‌های خودایمنی، تیروئید فرد را درگیر می‌کند. در این بیماری که هاشیموتو نام دارد، سیستم ایمنی به سلول‌هایی که هورمون‌های تیروئیدی تولید می‌کنند، حمله می‌کند. این موضوع منجر به کم‌کاری تیروئید می‌شود. برخی بیماری‌های خودایمنی پوست و مو را تخریب می‌کنند و به این ترتیب فرد دچار بیماری‌های پوستی مثل بَرَص می‌شود، یا دچار ریزش موی شدید می‌شود یا دسن پایین موهایش سفید می‌شوند. ام‌اس، یکی دیگر از بیماری‌های خودایمنی است که در آن، سیستم ایمنی بدن به سیستم عصبی مرکزی حمله می‌کند.

به گفته این ایمونولوژیست انواع سرطان، برخی کمخونی‌های شدید، بیماری التهابی روده، آرتریت روماتوئید یا همان روماتیسم مفصلی و ... از جمله بیماری‌های خودایمنی هستند. روماتیسم مفصلی، شایع‌ترین بیماری خودایمنی است و باعث می‌شود که مفاصل سست و دردناک شوند و تحرک خود را از دست دهند یا تغییر شکل پیدا کنند.

این گروه‌های سنی بیشتر مبتلا می‌شوند سیستم ایمنی که وظیفه اصلی‌اش محافظت از بدن است، در برخی افراد ناگهان شروع می‌کند به تخریب بافت‌ها و سلول‌های سالم. سیستم ایمنی در این افراد زمانی دست به حمله می‌زند که مهاجمی در کار نیست، یا مهاجم در کار است اما بعد از کشته شدن مهاجم‌ها حمله را متوقف نمی‌کند و به خودتخریبی ادامه می‌دهد.

به گفته دکتر بمانیان، این بیماری ممکن است از ابتدای کودکی با فرد باشد اما معمولاً در دهه ۲۰ تا پایان ۳۰ زندگی خود را بروز می‌دهد. دلیلش هم کاهش عملکرد غده تیموس از دهه ۲۰ زندگی است. این غده وظیفه تشخیص و به خاطر سپردن یک مهاجم را دارد تا دفعه بعد که بدن با این مهاجم مواجه شد، بتواند به سرعت آن را شناسایی و به آن حمله کند. هرچقدر که سن بیشتر می‌شود، فعالیت این غده ضعیف‌تر می‌شود و به همین دلیل افراد بیشتر در آغاز ۲۰ سالگی تا حدوداً آغاز ۴۰ سالگی درگیر این بیماری می‌شوند.

این فوق تخصص ایمنی‌شناسی می‌گوید: فردی که دارای یک اختلال خودایمنی است، بیشتر در معرض ابتلا به سایر بیماری‌های خودایمنی قرار دارد.

آیا بیماری‌های خودایمنی علامت هم دارند؟
علائم اولیه بسیاری از بیماری‌های خودایمنی مشابه هم هستند و شامل خستگی، ماهیچه‌های دردناک، تورم و قرمزی، بی‌حسی، حس مورمور در دست‌ها و پاها، ریزش مو، راش‌های پوستی و ... است اما هر بیماری نیز جداگانه علائم مخصوص به خود را دارد. مثلاً در دیابت نوع ۱، فرد علائمی مثل احساس تشنگی زیاد، از دست دادن وزن و خستگی را تجربه می‌کند یا بیماری التهابی روده باعث دردهای شکمی، نفخ و اسهال می‌شود.

دکتر بمانیان در پاسخ به این سؤال که با مشاهده علائم چطور متوجه بشویم که به چه پزشکی مراجعه کنیم، می‌گوید: قاعدتاً در مرحله اول باید پیش پزشک خانواده یا همان پزشک عمومی برویم و با تشخیص او

به پزشک متخصص مراجعه کنیم اما می‌توان از همان ابتدا به متخصص داخلی با گرایش خاص هم مراجعه کرد. مثلاً اگر گوارش فرد مدتی است که درگیر است و دچار اسهال و دیگر علائم گوارشی است، قاعدتاً باید به متخصص گوارش مراجعه کند.

به گفته پزشکان، درمجموع اگر فرد احساس می‌کند همیشه بیمار است یا علائمی دارد که از بین نمی‌روند، باید به پزشک مراجعه کند. چون برخی از این علائم می‌تواند نشانه ابتلا به یک بیماری خودایمنی باشند و به تعویق انداختن مراجعه به پزشک می‌تواند باعث پیشرفت بیماری و تشدید مشکلات ناشی از آن شود.

کدام مبتلایان می‌میرند؟

بیماری‌های خودایمنی به این دلیل که موجب اختلال در عملکرد اعضای مختلف بدن می‌شوند، در برخی موارد، زیبایی ظاهری فرد را هم تحت تاثیر قرار می‌دهند.

این بیماری‌ها بسته به ارگانی که درگیر می‌کنند، می‌توانند مرگ فرد را هم به دنبال داشته باشند. دکتر بمانیان در این زمینه می‌گوید: بعضی ارگان‌ها حیاتی‌ترند و طبیعتاً تخریب بیش از حد آنها می‌تواند مرگ فرد را در پی داشته باشد. اما بعضی از ارگان‌ها با دارودرمانی کنترل می‌شوند و فرد بیمار می‌تواند زندگی عادی خود را داشته باشد.

آیا بیماری‌های خودایمنی درمان دارند؟

از آنجا که دلیل بروز بیماری‌های اتوایمونیون هنوز در دنیا مشخص نیست، بنابراین درمانی هم برای آن وجود ندارد. دکتر بمانیان می‌گوید: حتی بهترین داروها هم نمی‌تواند این بیماری را درمان کند. فقط می‌تواند التهاب و درد را کم کند و پیشرفت بیماری را کاهش دهد.

بیشتر بیماری‌های خودایمنی درمان خاصی ندارند و حتی لازم است برای کاهش علائم برخی بیماری‌ها درمان را به صورت مادام‌العمر دنبال کرد. خیلی از افراد برای کاهش علائم بیماری خود از آنتی‌بیوتیک‌ها استفاده می‌کنند. درحالی‌که به گفته پزشکان، آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان این بیماری‌ها هیچ تاثیری ندارند. چون این گروه از بیماری‌ها عفونت باکتریایی نیستند.

این بیماری چگونه تشخیص داده می‌شود؟

آیا راهی برای تشخیص دقیق بیماری‌های خودایمنی وجود دارد؟ دکتر بمانیان می‌گوید: بله، با انجام آزمایش خون و سایر تست‌های مربوط

می‌توان متوجه شد که فرد به بیماری خودایمنی مبتلا شده است یا نه. البته بسیاری از بیماری‌های اتوایمنیون را فقط با یک تست تنها نمی‌توان تشخیص داد و معمولاً پزشک برای تشخیص دقیق، از ترکیبی از تست‌های مختلف و بررسی علائم فرد استفاده می‌کند.

به گفته این ایمونولوژیست، با توجه به این که در اغلب این بیماری‌ها علائم و نشانه‌ها با هم تداخل دارند، تشخیص بیماری تا حدودی سخت است و کار آسانی نیست.