



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University

# حساسية الأنف

## Allergic Rhinitis



## ما هي حساسية الأنف؟



حساسية الأنف هي ردة فعل تحسسية للجسم تجاه مثيرات تحسسية بيئية ومحمولة جواً، تؤدي إلى التهاب في الأغشية المخاطية المبطنة للأنف والجيوب الأنفية.

## ما هي أسباب حساسية الأنف؟

يقوم جهاز المناعة بمحاربة مادة متطايرة غير ضارة على أنها مادة ضارة ينتج عن ذلك تكوين أجسام مضادة لمحاربة هذه المادة المتطايرة. وفي حالة تعرض الجسم لهذه المادة لمرة ثانية فإن جهاز المناعة يقوم بإفراز هذه الأجسام المضادة التي تحفز إفراز مركبات كيميائية إلى مجرى الدم، والتي بدورها تؤدي إلى ظهور أعراض حساسية الأنف.



## ما هي عوامل الخطر لحساسية الأنف؟

قد تزيد العوامل التالية من خطر الإصابة بحساسية الأنف:

- الإصابة بنوع حساسية آخر كالربو أو حساسية العين أو حساسية الجلد "الإكزيما"، كما يحدث في المسار التأتبي، وهو التطور الزمني المعتاد لاضطرابات الحساسية.
- إصابة أحد أفراد العائلة أحد الأبوين أو الأشقاء بأي نوع من أنواع الحساسية.
- الإقامة أو العمل في بيئة أكثر فيها التعرض لمسببات الحساسية مثل وِبر الحيوانات أو عثة الغبار أو الأبخرة أو الدخان أو المواد الكيميائية أو المنظفات أو الروائح النفاثة.
- التعرض للتدخين السلبي في السنة الأولى من العمر.



## ما هي أعراض حساسية الأنف ؟

- انسداد الأنف.
- سيلان المخاط من الأمام أو نزوله إلى الخلف إلى البلعوم.
- دموع أو حكة أو احمرار في العين.
- العُطاس الكثير.
- الكحة وخاصة في الصباح.
- الشعور بحكة في الأنف أو الأذن أو سقف الحلق.
- هالات سوداء حول العينين.
- الإرهاق العام.
- اضطرابات في النفس أثناء النوم.
- ألم أو احتقان أو جفاف بالحلق.



## ما هي مضاعفات حساسية الأنف؟

تتضمن مايلي:

### ▪ التأثير على جودة الحياة:

قد تعيق حساسية الأنف المريض من ممارسة الأنشطة اليومية وترغمه على التحول إلى شخص أقل إنتاجية ، بسبب الإرهاق العام أو التغيب المتكرر عن العمل أو الدراسة.



### ▪ التأثير على جودة النوم:

يمكن لأعراض حساسية الأنف أن تؤثر على جودة النوم مما قد يؤدي إلى الشعور بالإرهاق العام.



### ▪ تفاقم أعراض الربو.

## ما هي مضاعفات حساسية الأنف؟

▪ التهاب الجيوب الأنفية:

يمكن أن تزيد الإصابة بحساسية الأنف من قابلية الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية.

▪ تجمع سوائل في الأذن الوسطى:

خاصة في الأطفال، تُعد حساسية الأنف أحد العوامل المؤدية إلى تجمع سوائل في الأذن الوسطى وبالتالي نقص السمع.



## ما هي طرق تشخيص حساسية الأنف؟

- أخذ التاريخ المرضي الدقيق لأعراض المريض ومسبباتها.
- الفحص السريري الذي قد يتضمن منظار الأنف.
- اختبار علامات الحساسية في الدم, **عن طريق:**

أخذ عينة من الدم إلى المختبر لقياس ردة فعل الجهاز المناعي لبعض المواد المسببة للحساسية.

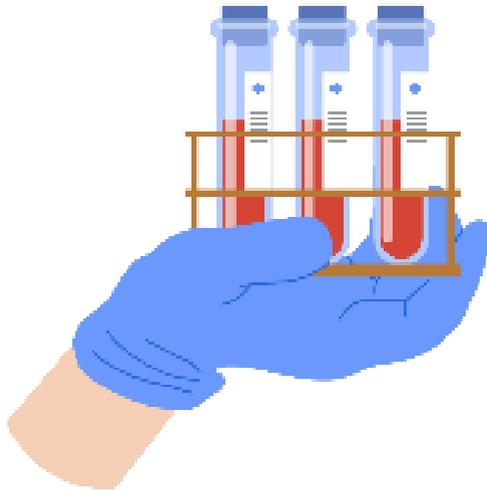
- اختبار وخز الجلد:

تتم مراقبة ردة الفعل التحسسي لدى المريض بعد وضع قطرات متنوعة من المواد المسببة للحساسية على ذراع المريض أو الجزء العلوي من الظهر. ثم يتم فحص ردة فعل الجسم **بعد خمسة عشرة دقيقة**. إذا كان المريض مصاباً بالحساسية فإن المنطقة المُختبرة تُظهر احمرار وانتفاخ أو طفح جلدي بالإضافة إلى حكة.



## ما هي أنواع اختبارات الحساسية في الدم؟

- اختبار الممتزّ الأرجي الإشعاعيّ (RAST) أو اختبار المقايسة المناعية المرتبطة بالانزيم (ELISA).
- حساب كمية الأجسام المسببة للحساسية في الدم، وتُعرف هذه الأجسام بأجسام الغلوبولين المناعي المضاد (IgE).
- تعداد الدم (CBC) لقياس عدد الخلايا الحمضية (eosinophilic count)، وهي نوع من خلايا الدم البيضاء التي تشارك في الاستجابة المناعية التحسسية ومقاومة الطفيليات.



## ما هي خيارات العلاج لحساسية الأنف؟

- أفضل علاج لحساسية الأنف هو تجنب / تقليل التعرّض للمواد المُسبِّبة للحساسية بقدر المستطاع.
- **غسل الأنف والجيوب الأنفية:** يُعد غسل الأنف والجيوب الأنفية بالمحلول الملحي المعقَّم أو الإرواء الأنفي علاج سريع وفعال في تخفيف انسداد الأنف. حيث ينظف الغسيل الأنف من مثيرات الحساسية والمخاط.

### استخدام الأدوية وتشمل التالي:

- بخاخ الكورتيزون الأنفي.
- مضادات الهيستامين.
- بخاخ المحتوي على الكورتيزون والمضاد الهيستامين الانفي.
- بخاخ إزالة الاحتقان.
- حبوب إزالة الاحتقان.
- حبوب الكورتيزون.
- العلاج المناعي.



## ما هي خيارات العلاج لحساسية الأنف؟

- بخاخ الكورتيزون الأنفي:

تُمثّل هذه البخاخات أكثر الأدوية فعالية في علاج حساسية الأنف، وغالبًا ما تكون النوع الأول من الأدوية التي يصفها الطبيب.

- مضادات الهيستامين:

يمكن أن تساعد مضادات الهيستامين في علاج الحكة والعطاس وسيلان الأنف، إلا أنها ذات تأثير ضعيف على الانسداد.

- بخاخ المحتوي على الكورتيزون والمضاد الهيستامين الانفي:

في الحالات ذات الأعراض المتوسطة الي الشديدة.



## ما هي خيارات العلاج لحساسية الأنف؟



### • بخاخ إزالة الاحتقان:

يجب ألا تتجاوز مدة استخدام بخاخات الأنف المضادة للاحتقان يومين أو ثلاثة أيام في المرة الواحدة، حيث إنها قد تؤدي إلى تفاقم الانسداد عند استخدامها بشكل متواصل أو الاحتقان الارتدادي وتستخدم بالعادة لالتهاب الانف.



### • حبوب إزالة الاحتقان:

ممكن استخدامها كأدوية مشتركة في بعض الأحيان لمدة قصيرة لتخفيف الاحتقان، ولكنها لا تخفف أعراض حمى القش.



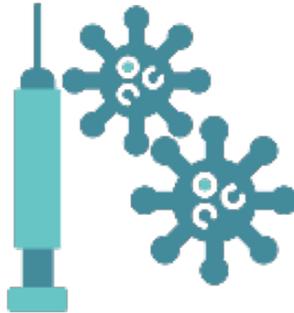
### • حبوب الكورتيزون:

لا ينصح باستخدامها، وذلك نظرًا للآثار الجانبية الخطيرة التي تنتج عن استعمال حبوب الكورتيزون لفترة طويلة، مثل إعتام عدسة العين، هشاشة العظام، ضعف العضلات، ارتفاع ضغط الدم، ارتفاع سكر الدم، زيادة في الوزن.

## ما هي خيارات العلاج لحساسية الأنف؟

### • العلاج المناعي:

إذا لم تُخفف الأدوية أعراض حساسية الأنف أو أدت إلى حدوث آثار جانبية، فقد يُوصي الطبيب بالعلاج المناعي الذي يشفي من الحساسية بشكل كامل بإذن الله. حيث يتم من خلاله تعريض المريض لكميات ضئيلة من مسببات الحساسية بشكل منتظم وذلك يؤدي إلى اعتياد الجهاز المناعي عليها وبالتالي لا يتفاعل معها كأجسام ضارة. يُمكن أن يُعطى هذا العلاج عن طريق حقن أو قطرات تحت اللسان، ويستغرق العلاج المناعي مدة طويلة تتراوح من ثلاثة إلى خمسة سنوات.



## ما هي طرق الوقاية من حساسية الأنف؟

من غير الممكن تجنّب المواد المسببة للحساسية تمامًا، ولكن يمكنك تقليل الأعراض عن طريق الحد من التعرّض لهذه المواد. إذا كنت تعرف ما الذي يسبب لك الحساسية، يمكنك تجنّب العوامل المحفّزة.

سيتم توفير أوراق منفصلة عن الطرق الممكنة لتقليل التعرض للمواد المسببة للحساسية، وذلك حسب نوع المادة المحفّزة للحساسية.



## ما هي المفاهيم الخاطئة لحساسية الأنف؟

قد يصعب على البعض التفرقة بين نزلات البرد وحساسية الأنف كون الأعراض متشابهة، يمكن التفرقة بينهما كما يلي:

- أعراض حساسية الأنف تحدث بعد التعرض لمسببات الحساسية مباشرة، ولا تكون مصاحبة لارتفاع في درجة الحرارة وتكون إفرازات الأنف شفافة.
- نزلات البرد تحدث بعد يوم أو ٣ أيام من التعرض للفيروس وتستمر الأعراض لمدة ٣ - ٧ أيام. تكون الأعراض مصاحبة لارتفاع في درجة الحرارة وآلام وإرهاق عام في الجسم.
- وتكون إفرازات الأنف صفراء أو سميكة.
- حساسية الأنف ليست التهاب بكتيري لذلك لا تعالج بالمضادات الحيوية.



## أسئلة المرضى الشائعة

### ما هي الطريقة الصحيحة لاستعمال بخاخ الكورتيزون الأنفي؟

- اغسل اليدين جيدًا.
- قم بتنظيف الأنف بالاستنشاق والنثر كما في الوضوء للتأكد من خلو الأنف من الإفرازات وبالتالي الاستفادة القصوى من البخاخ.
- رجّ البخاخ جيدًا.
- قم بثني الرقبة إلى الأمام وسد فتحة الأنف اليمنى بيدك اليسرى.



## أسئلة المرضى الشائعة

### ما هي الطريقة الصحيحة لاستعمال بخاخ الكورتيزون الأنفي؟

- أمسك البخاخ باليد اليمنى وضع فوهة البخاخ داخل فتحة الأنف اليسرى مع توجيه البخاخ للجدار الخارجي للأنف باتجاه الأذن اليسرى مع تجنب الحاجز الأنفي، وتجنب جفاف أغشية الأنف والرعاف.
- تنفس بشكل طبيعي عن طريق الأنف عند الضغط على البخاخ، مع تجنب الشهيق بقوة، سيؤدي ذلك إلى تقليل ملامسة بخاخ الأنف للغشاء المخاطي الأنفي، وبالتالي تقليل الفائدة المرجوة منه.



## أسئلة المرضى الشائعة:

### ما هي الطريقة الصحيحة لاستعمال بخاخ الكورتيزون الأنفي؟

- تجنب العطاس ونثر الأنف مباشرة بعد استعمال البخاخ.
- كرر نفس الخطوات للجهة الثانية أي أمسك البخاخ باليد اليسرى وضع فوهة البخاخ في فتحة الأنف اليمنى باتجاه الأذن اليمنى وسد فتحة الأنف اليسرى مع أخذ شهيق عند ضغط البخاخ.

### استعملت البخاخ بالطريقة الصحيحة لمدة 3-4 أيام

### ولكن لم أجد أي نتيجة، هل أستمّر باستعماله؟

يحتاج بخاخ الكورتيزون إلى أكثر من 10 أيام إلى أسبوعين من الاستعمال المنتظم لتبدأ النتائج بالظهور، ولذلك يجب على المريض الالتزام باستعماله بانتظام لمدة لا تقل عن 4-6 أسابيع.

## أسئلة المرضى الشائعة:

هل من الممكن تعوّد الجسم على البخاخات والأدوية

بحيث لا تصبح فعالة بعد مدة من الاستعمال؟

لا، و لكن ينصح بالتوقف عن استعمال الأدوية عند توقف أعراض الحساسية و الاكتفاء بتجنب مسببات الحساسية.

هل مضاعفات بخاخ كورتيزون الأنف شبيهه

بمضاعفات حبوب الكورتيزون؟

يمثل بخاخ الكورتيزون الأنفي علاجًا طويل المدى وآمنًا للكثيرين. وتكون آثاره الجانبية محدودة على الأنف على عكس حبوب

الكورتيزون. تتضمن هذه الآثار الجانبية:

- الرائحة أو الطعم الكريهين
- تهيج وجفاف الأنف
- الرعاف



المصادر والمراجع:

جميع الصور المستخدمة من [canva.com](https://www.canva.com)

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب

من قبل قسم الأنف والأذن والحنجرة

بمستشفى الملك فهد الجامعي.

**قسم الأنف والأذن والحنجرة**

**قسم التوعية الصحية**

**IAU-25- 222**



**جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل**  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

**مستشفى الملك فهد الجامعي**  
King Fahad Hospital The University