

# الليزك وأخواتها ..

بدائل الليزك

الحلقة الثامنة والأخيرة

عود على بدء

## بدائل الليزك والأسئلة الأربعة



البيدائل (ALGORITHM) بالامكان الاطلاع عليها في ثنايا هذا المقال .

طبعاً البدائل التي تناولتها لا تشمل جميع البدائل فهناك بدائل أخرى لم نتناولها لأن بعضها ما تزال في مرحلة الدراسة والتجريب وبعضها لم يكتب له النجاح الكافي. ولعلنا نؤكد على أن النظارات والعدسات وبالرغم من أنها العدو اللدود لليزك وأخواتها إلا أنها حل مدهش وربما وحيد في بعض الحالات فلا أفضل لقرنية مخروطية متوسطة من لبس العدسات الصلبة. وحتى الآن، لا أفضل لحل مشكلة صعوبة القراءة بعد الأربعين (قصور البصر) من لبس النظارات.

أمر آخر: إن زراعة القرنية وهو آخر الحلول للقرنية المخروطية والتي لا تلجأ إليها إلا عندما تفشل كل الحلول الأخرى، لا تعني بالضرورة تخليص المريض من عناه ليس بمستوى الرؤية لدى صاحبها قريباً من مستوى العمى.



د. وليد بن صالح الطويرقي  
إستشاري أول طب وجراحات العيون والليزك  
مركز النخبة الطبي الجراحي

على مدى شهرين اتبعت لي الفرصة للحديث عن عدد من بدائل الليزك والتي أسميتها الليزك وأخواتها وذلك على سبيل التلطف والتشبه بالخبرين فإذا علمنا أن كان وأخواتها تدخل على الجملة الإسمية فترفع المبتدأ وتتصب الخبر، فإن لييزك وأخواتها تدخل على العين فترفع النظارة وتتصف العدسات، ولا يسعني في نهاية هذه السلسلة إلا أن أتقدم بالشكر لكل من هاتقني أو كاتبني مستفسراً أو معلقاً أو مستنياً، وأمل بعد شيء من الاستراحة أن أعود للإجابة على بعض الاستفسارات والتعليقات الذكية التي ورثتني من الإخوة القراء .

لقد عرجنا بكم على مدى تسع حلقات على أهم بدائل الليزك، تحدثنا عن العين التي تعاني من مفاص كبير جداً لا يصلح معه إجراء عملية الليزك فكان الحديث عن زراعة العدسات واستبدال العدسة الطبيعية والحلول المتاحة

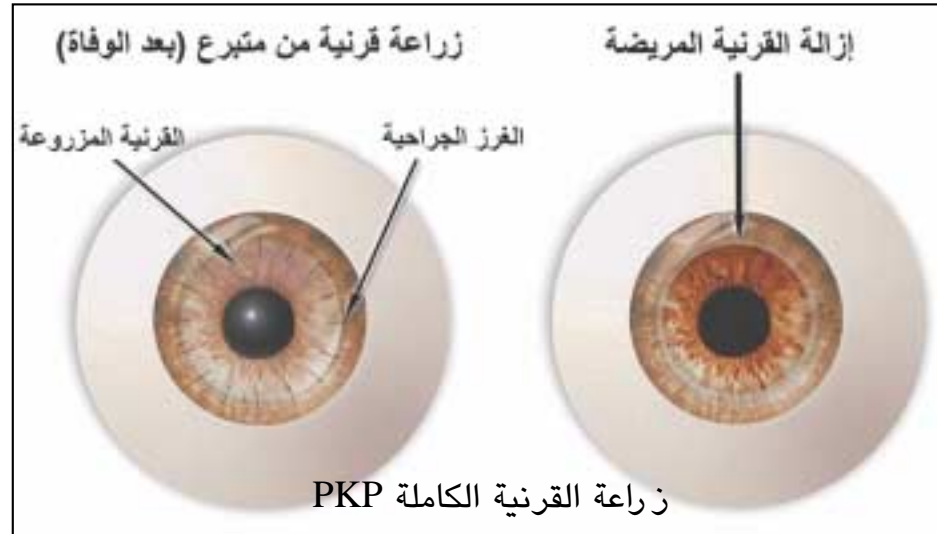
سهل بعيداً عن تعقيدات المصطلحات العلمية. سدد الله على الدرب الخطى وبارك القصد والنية.

الموقع: www.lasik.com.sa  
وأخيراً وليس آخراً.. أمل أن أكون قد تمكنت من توصيل المعلومات في قالب صحي

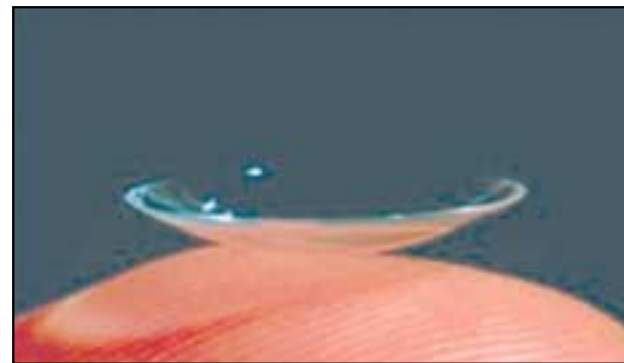
ونزولا عند رغبة الإخوة القراء فإنه بالإمكان الاطلاع على كسامل الحلقات على صفحات الانترنت وذلك بزيارة

الشخصي أو الطور كحل لمشكلة انخفاض جودة الرؤية وبالذات ليلاً بعد عمليات الليزك الاعتيادية وعوداً على بدء فإن ملخصاً لهذه البدائل والرسم التوضيحي لهذه

لعلاجها من علاج ضوئي كيميائي (كروس لينك) أو زراعة الحلقات أو زراعة القرنية أما الليزك نفسها فقد تطرقنا للحديث على الليزر السطحي كبديل للقرنية الرقيقة والليزك



## مقارنة العدسات اللينة بالصلبة



العدسات اللاصقة الصلبة غير قابلة للإثناء وأصعب في الاستخدام، لكنها تصحح عدة درجات من الاستجماتيزم



العدسات اللاصقة اللينة .. قابلة للإثناء وسهلة النها لا تصحح إلا درجة واحدة من الاستجماتيزم

مسلسل	البديل	الاستخدام الأشهر	فكرة العلاج
١	زراعة العدسات	قصر نظر شديد مع صغر السن وعدسة طبيعية	زراعة عدسة صناعية أمامية أو خلفية فوق العدسة الطبيعية لتصحيح العيب الإنكساري
٢	استبدال العدسة الطبيعية	طول نظر شديد مع ازدحام في زاوية العين	استبدال عدسة العين الطبيعية بعدسة صناعية ذات مفاص مناسب لحجم العين
٣	عمليات الليزر السطحي	قصر نظر صغير أو متوسط مع قرنية رقيقة	اطلاق الليزر على سطح القرنية وليس داخل أنسجة القرنية
٤	عمليات الليزك الشخصي	قصر نظر متوسط أو طول نظر مع احتمال حدوث مشاكل في الرؤية الليلية	خطة العلاج بالليزر تشمل تصحيح المفاص وتصحيح العيوب الإنكسارية المعقدة الخاصة بالمريض التفاعل بين المادة الكيميائية " الرايوفين " والأشعة الضوئية الأشعة البنفسجية بقوي أنسجة القرنية
٥	كروس لينك	قرنية مخروطية مبكرة ومتغيرة	زراعة الحلقات داخل أطراف القرنية قد يؤدي إلى شد في منتصف القرنية وبالتالي تصحيح عدم الانتظام
٦	استخدام النظارات	قرنية مخروطية مبكرة وثابتة	إقناع المريض بأن النظارات هي الحل الأمثل المتاحة لحالته
٧	تركيب الحلقات مع أو بدون كروس لينك	قرنية مخروطية متوسطة	العدسة الصلبة تضغط على سطح القرنية وبالتالي تحول شكلها إلى شكل قريب من الطبيعي
٨	العدسات الصلبة	قرنية مخروطية متوسطة بدون عتامات	إزالة القرنية المريضة واستبدالها بقرنية بشرية سليمة
٩	زراعة القرنية	قرنية مخروطية متقدمة	

## من أجل ولادة آمنة وطفل سليم



الحديد . أما الفيتامينات بصورتها المعروفة فإن أغلب الحوامل لا يحتجن إليها طوال فترة الحمل.

### المرجات الصوتية

وتحتاج الأم الحامل إلى إجراء حوالي ٣ موجات صوتية في أثناء الحمل الأولى عند ٧-٨ أسابيع حيث يتم تحديد حجم الكيس الجنيني وسماع نبضات قلب الجنين والتأكد من أن الحمل داخل الرحم.

والثانية عند ١٠ - ١٣ أسبوع لتحديد عمر الجنين بدقة إذا كانت غير متأكدة من تاريخ آخر دورة شهرية.

والثالثة عند ١٦ - ٢٠ أسبوع وهو أدق فحص لكشف التشوهات الجينية وقد تحتاج إلى إجراء فحص آخر بالموجات الصوتية عند ٣٤ - ٣٦ أسبوعاً.

ولكن ماذا يجب أن يفحصه الطبيب في كل زيارة ؟ في الزيارة الأولى للأم يتم أخذ التاريخ الصحي لها وعمل فحص طبي شامل بدءاً

وما عدا ذلك ويمكن للأم الحامل أن تتناول كل ما يحلو لها بشرط مراعاة الزيادة الطبيعية في الوزن ( من ٦ - ١٢ كغرام طوال فترة الحمل )

والابتعاد عن المشروبات الغازية والمنبهات كالقهوة والشاي والطعام الحار والابتعاد بالطبع عن التدخين.

وقد يتبادر إلى الذهن سؤال حول مدى ضرورة أن تأخذ المرأة الحامل فيتامينات أثناء الحمل ؟

إن حمض الفوليك هو من أهم الفيتامينات التي تحتاجها الأم الحامل خصوصاً في أشهر الحمل الأولى حيث أنه يحمي من ظهور التشوهات العصبية لدى الجنين .

أما بالنسبة للحديد فإن حبة واحدة من الحديد تؤخذ يومياً قد تكون كافية لأغلب السيدات إلا من تعاني فقر في الدم فقد تحتاج إلى أكثر من حبة واحدة وفي الغالب تؤخذ قبل الأكل، ويفضل أخذها مع عصير البرتقال حيث أن فيتامين ( س ) يساعد على امتصاص

### الدكتورة حنان عرفة

اختصاصية النساء والولادة مركز النخبة الطبي الجراحي

الأم الحامل فالبعض يقول أنها لا بد أن تأكل لشخصين والبعض الآخر يربط بين غذاء الأم الحامل وضعف وزن المولود عند الولادة وصعوبة الولادة ولكننا نقول أن التغذية تبدأ من فترة الصغر وليس في فترة الحمل فقط وإن تأثيرها مهم ومرتبطة بالجوانب والعيادات الغذائية لكل أم حسب وضعها الاقتصادي ومكان تنشئتها وإقامتها.

المتابعة. كما أنه من خلال متابعة الحمل نجد الأم الفرصة لمناقشة كل المخاوف والقلق الذين قد تعاني منهما حول فترة الحمل والولادة مع الطبيب المختص، وأخيراً ومن خلال هذه المتابعة يتم إعداد كل من الزوج والأطفال وذلك من خلال تدعيمها بالمعلومات الكافية حول النظم الغذائية السليمة، وهذه الأهداف يمكن تحقيقها من خلال زيارات متوالية تقوم بها طبيبة أمراض النساء والتوليد وذلك بمعدل زيارة كل شهر في أشهر الحمل الأولى وحتى الشهر السابع ثم بمعدل مره كل أسبوعين في الشهر الثامن ثم أسبوعياً خلال الشهر التاسع وقد تختلف مواعيد تلك الزيارات حسب الحالة الصحية واحتياج الأم الحامل نفسها للرعاية الصحية.

وتعد رعاية الأم خلال فترة حملها من أولى اهتمامات الطب الوقائي ولهذا فإن الاحتياجات الغذائية حيث تنشر العديد من المعلومات غير الصحية عن غذاء

الطبيبة السليمة من أهم العوامل التي تساعد المرأة الحامل على الوصول إلى لحظة الولادة بكل يسر وأمان. والهدف من متابعة الأم الحامل هو إتاحة الفرصة لاكتشاف أي مشاكل جسمانية أو نفسية قد تنشأ أثناء فترة الحمل وعلاجها، بمحاولة منع حدوث أي مشاكل صحية مصاحبة للحمل و الاكتشاف المبكر لها وعلاجها على الوجه الأمثل قبل أن تتفاقم، وأن تلد الأم الحامل طفلاً سليماً كامل النمو.

ولذلك فقد زاد اهتمام الأطباء في الخمسين عاماً الماضية بالأم الحامل والعناية بها أثناء الحمل بنفس القدر والاهتمام الذي نوليه للأم خلال مرحلة الولادة والتي قد تمتد إلى ١٤ ساعة وقد تبين أنه من خلال تقديم الرعاية الطبية والمشورة السليمة للأم الحامل فقد انخفضت وبشدة أعداد وفيات الأمهات والمولود عنه مما كان عليه الحال في السابق مما يؤكد على أهمية مثل هذه

الدورية والغذاء الصحي السليم وممارسة الرياضة الخاصة بالحامل حتى تصل بسلام إلى ولادة آمنة وطفل صحي سليم.

قلب الجنين وتحليل بول كامل. أما بالنسبة للفحص المهبلي لتحديد حجم الحوض بالنسبة لوضعية رأس الجنين ففي الغالب يتم عند ٣٧ أسبوع - ٣٨ أسبوع ويمكن تكراره في الأسابيع التالية. وفي النهاية فإننا نهنس في أذن كل أم بأن تهتم بالمتابعة

من قياس الضغط والوزن وعمل تحاليل مبدئية لفقر الدم وفصيلة الدم وبعض الأمراض المعدية والمؤثرة على الحمل كالالتهاب الكبدى وفيرس القحط (toxoplasmosis) وغيرها من الفحوصات، وفي كل فحص يتم قياس ضغط الدم ومستوى الرحم وسماع نبضات

الدكتورة حنان عرفة  
اختصاصية النساء والولادة  
مركز النخبة الطبي الجراحي