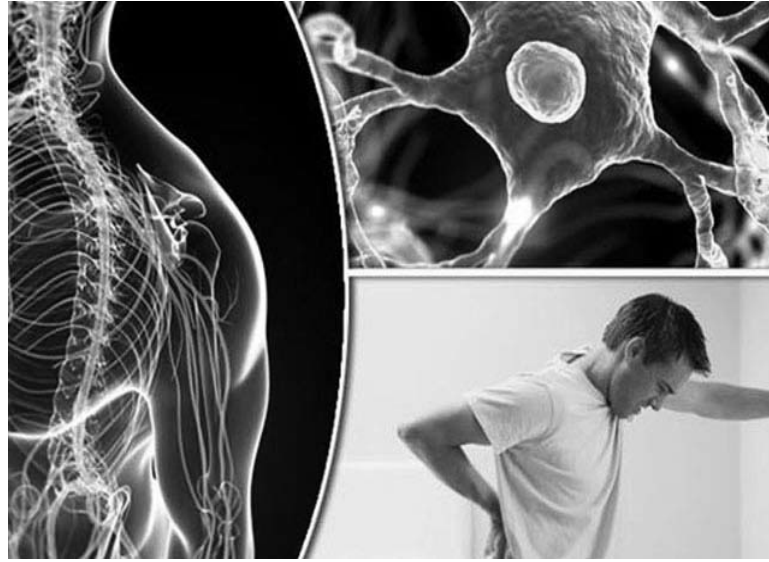


Dağınıq skleroz: dünyada 3 milyona yaxın...

Əslində əvvəllər daha çox 20-40 yaş ətrafında rastlanan bu xəstəliyin indi yaşı da çox aşağı düşüb. MS xəstəliyi olan azyaşlı uşaqlarla bağlı yardım kampaniyaları tez-tez qarşımıza çıxır, ya televiziya kanallarında, ya da sosial şəbəkələrdə qarşılaşıq. Əksəriyyəti məktəb yaşlarında olan bu körpələrdə aşkarlanan xəstəliyin bütöv adı "Multipl Skleroz"-mərkəzi sinir sisteminin, beyin və onurğa beyninin xroniki, autoimmun xəstəliyidir. Bu xəstəlik zamanı bədənin immun sistemi öz sinir hüceyrələrinin ətrafındakı qoruyucu örtük olan mielinə hücum edir, nəticədə sinir impulslarının ötürülməsi pozulur. Xəstəlik beyin və onurğa beyində zədələnmiş sahə-



D vitamini immun sisteminin fəaliyyətində ən vacib amildir və onun çatışmazlığı autoimmun xəstəliklərin riskini artırır. Autoimmun xəstəliklər orqanizmdə immun sistemin iş prinsipinin pozulması ilə əlaqədar meydana çıxan sistem xəstəlikləridir. Bu risk qrupuna daxil olan xəstəliklərdən biri də məhz MS-dir.

Həmçinin, Epstein-Barr virusu ilə gec tanışlıq da insan orqanizmi üçün təhlükəli olar. Əsasən tüpürçək vasitəsilə yayılır, ona görə el arasında olan "öpmək xəstəliyi" də deyil. Xəstəlik ona görə çox vaxt uşaq yaşlarında qeydə alınır. Bu virus da eynən vərem çöpləri kimi bədənimizdə həmişəlik qalır və əgər immun sistemimiz zəifləsə virus aktivləşə bilər. Bu gün dünya əhalisinin təxminən 90-95%-i uşaq yaşda EBV ilə tanış olub.

Ümumiyyətlə, tibb elmi deyir ki, viruslarla erkən yaşda təmas insanın immun sisteminin möhkəmliliyi üçün vacibdir. Dolayısı ilə isti iqlimdə viruslarla daha erkən tanış oluruq, çünki sosiallaşma, ünsiyyət imkanları çox olur. Lakin soyuq iqlimdə sosiallaşma imkanları məhduddur, insanlar ilin böyük hissəsini evdə, günəşsiz və daha az hərəkət etdikləri qapalı mühitdə keçirirlər. Dolayısı ilə ətraf mühitdə

lər yaradır. Bəzi xəstələrdə inkişaf dəyişən olur, kimisində xəstəlik yüngül əlamətlərlə başlayıb illərlə dəyişməyə bilər, bəzi xəstələrdə isə daha tez irəliləyə bilər.

Xəstəliyin ilkin əlamətləri də dəyişən ola bilər, amma ümumilikdə bir çox adamda göz problemləri yaranır, bulanıq və cütgörmə ən çox rastlanan əlamətdir. Əzalarda keyimə və zəiflik, tarazlıq və koordinasiya pozğunluğu, yorğunluq, halsızlıq, yaddaş və diqqət problemləri, sidik ifrazı ilə bağlı çətinlik, tez-tez baş verən depressiv vəziyyət və ya əhval-ruhiyyənin dəyişik-

liyi də çox rastlanan əlamətlərdir.

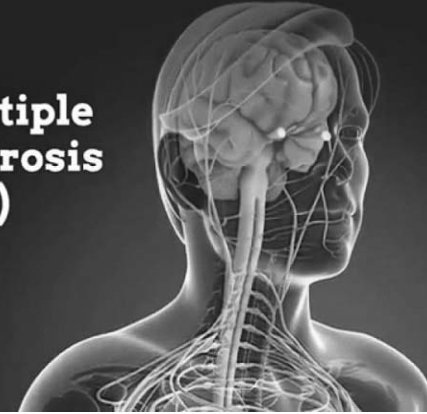
MS xəstəliyinin dəqiq səbəbi bilinmir, lakin tibb elminin araşdırmaları və müşahidələri belə qənaətdə gəlir ki, ən böyük risk faktoru genetik meyillilikdir. Habelə virus infeksiyaları, xüsusilə Epstein-Barr virusu da xəstəliyin yaradıcısı ola bilər. MS xəstəliyi daha çox qadın cinsindən olan insanlarda qeydə alınır. Araşdırmalar göstərir ki daha çox soyuq iqlimi olan ərazilərdə qeydə alınan xəstəliyin təhlükəsi də elə bu faktora bağlıdır. Belə ki, günəşi az gören insanlarda vitamin D əskikliyi yaranır. Bildiyimiz kimi



Azərbaycan
Respublikasının
Medianın İnkişafı
Agentliyi

Yazı Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyinin maliyyə dəstəyi ilə "uşaq və gənclərin fiziki və mənəvi inkişafı" istiqaməti çərçivəsində hazırlanıb

**Multiple
Sclerosis
(MS)**



olan viruslarla kontakt az olur, sözügedən virusla təmas daha gec baş verdiyi üçün virus orqanizmə daxil olanda immun sistemi ondan qorunmağımızı təmin edə bilmir, beləcə MS riski yüksəlmiş olur.

Beynəlxalq MS Federasiyasının məlumatına görə dünyada 2.8 milyondan çox MS xəstəsi var. Skandinaviya ölkələri - Norveç, İsveç, Finlandiya, Kanada və ABŞ-ın şimal əyalətləri ən çox MS xəstələrinin qeydə alındığı yerlərdir. Şimali Avropada hər 100.000 nəfərə düşən MS xəstələrinin sayı 100-300 arasında dəyişir. Şimali Amerikada bu göstərici 100-200, Yaxın Şərq və Orta Asiyada 10-60, Afrikada isə 5-20 nəfərdir. Hazırda ABŞ-da 1 milyona yaxın MS xəstəsi var. Almaniyada 250 min, Rusiyada 150-200 min, Böyük Britaniyada 130 min, Kanadada 90 min, Avstraliyada 30 min nəfər bu xəstəlikdən əziyyət çəkir. Azərbaycandakı MS xəstələrinin təxmini sayı 3-5 min arasında olması ehtimal edilir.

Təəssüf ki, Multipl Sklerozu tibb elmi hələ ki, tam sağalda bilmir. Lakin müasir tibbdə simptomları azaltmaq, xəstəliyin inkişafını yavaşlatmaq və daha keyfiyyətli həyat təmin etmək üçün müxtəlif müalicə üsulları mövcuddur. Müalicədə əsasən xəstəliyin inkişafını yavaşladan dərmanlardan istifadə edilir. Dərmanlar immun sisteminə tənzimləyir, qüvvətləndirir. Dərman müalicəsi ilə paralel olaraq fizioterapiya və reabilitasiya da tətbiq edilir. D vitamininin daim normada olması, təmiz hava və bol günəş, stressdən uzaq həyat tərzii şərtidir.

Bəzi MS xəstələri müalicəsi ilə bərabər normal gündəlik həyat tərzii yaşasa da bəzilərində bu əlçatan olmur. Amma ümumilikdə müalicəsini ləngitməyən MS xəstələrinin normal iş həyatı da olur. Doğru müalicə, doğru həyat tərzii, doğru qidalanma ilə normal həyat sürmək mümkündür.

Lalə Mehralı