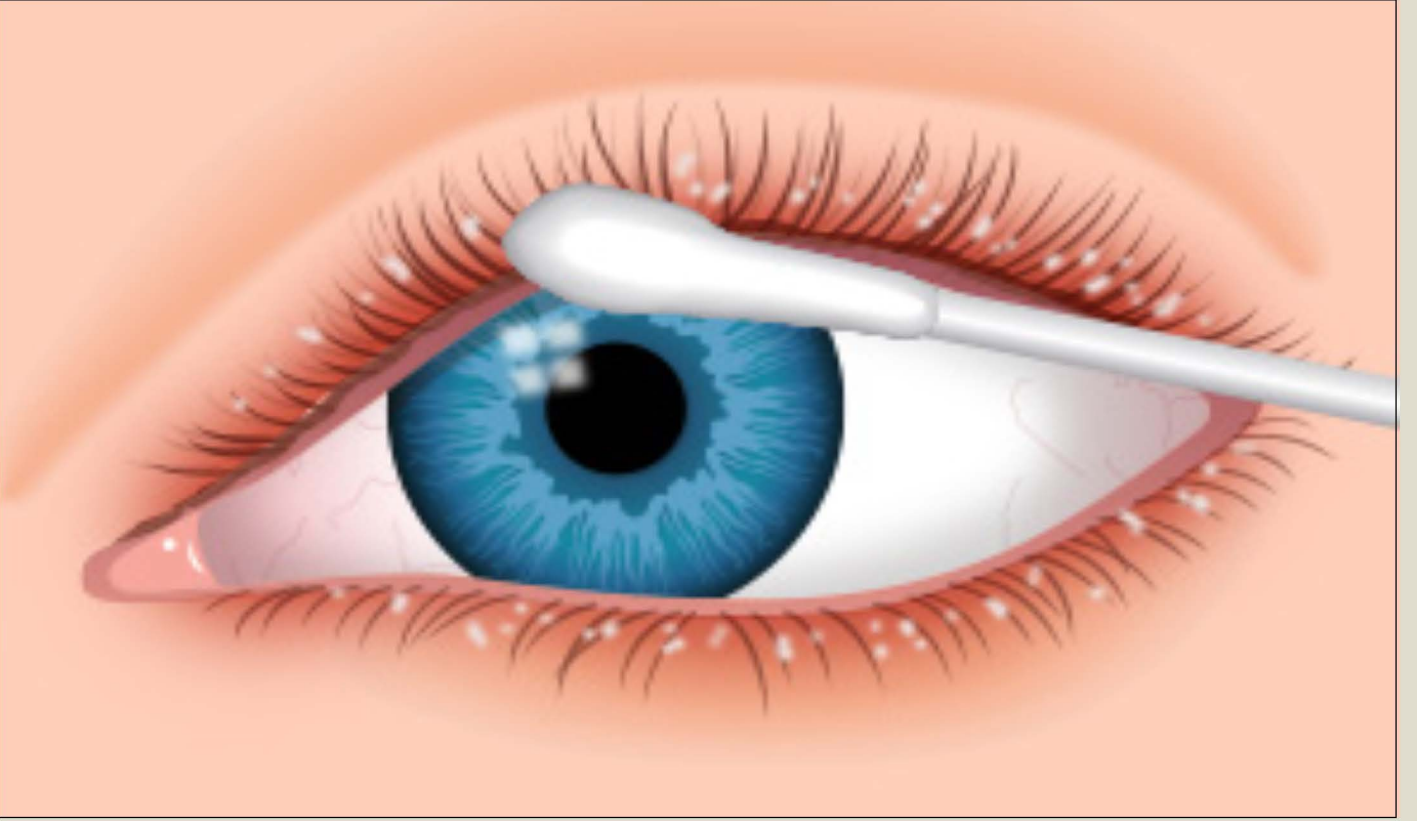




Group of Guidelines Consensus and
Education in Ophthalmology®

التهاب حواف الأُجفان والعناية بصحتها





التهاب حواف الأجفان والعناية بصحتها Blepharitis and Eyelid Hygiene

إذا كان لديك مشاكل في قراءة هذا الكتيب، يرجى أن تطلب منا أن نرسل إليك نسخة مكتوبة بخط أكبر أو بصياغة بديلة.
إذا كانت لغتك الأم غير الإنكليزية أو العربية يمكننا تأمين مترجم ليكون موجوداً.
يرجى إبلاغنا بشكل مسبق إذا كنت بحاجة لهذه الخدمة.

تم تصميم هذا الكتيب للمساعدة على الإجابة على بعض أسئلتك وأسئلة عائلتك أو أصدقائك لشرح مما يتألف التهاب حواف الأجفان وما هي المخاطر الممكنة وماهي طرق العناية بصحتها. إن كان لديك أية أسئلة أو أية استفسارات، يرجى عدم التردد في التحدث إلى الطبيب أو الممرض المهتم برعايتك.

ما هو التهاب حواف الأجفان؟

التهاب حواف الأجفان هو حالة التهابية مزمنة لأجفان العين (انظر الصورة). رغم أن التهاب حواف الأجفان قد يكون مزعجاً، إلا أنه ليس حالة مهددة للرؤية. تشيع الإصابة عند المتقدمين في العمر ولكنها يمكن أن تصيب الأشخاص في كل الأعمار، وعادةً ما تصيب كلتا العينين.

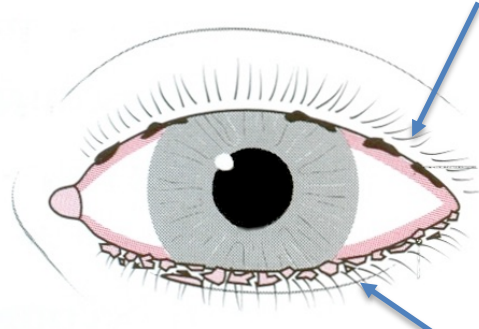
تنشأ الأهداب من السطح الأمامي لحواف الأجفان، وخلف الأهداب توجد فتحات الغدد الزيتية (Meibomian).

يمكن تمييز ثلاثة أنماط رئيسية لالتهاب حواف الأجفان:

1. **التهاب حواف الأجفان الأمامي:** يصيب القسم الأمامي من الأجفان حول الرموش وقد ينتج عن التهاب الجلد الدهني (يشبه قشرة الرأس). وقد يشمل فروة الرأس والوجه والأذنين، أو قد ينتج عن عدوى جرثومية.

2. التهاب حواف الأجفان الخلفي: يصيب بشكل رئيسي القسم الخلفي من الأجفان حول الغدد الزيتية Meibomian، وغالباً ما يترافق مع مرض الوردية (Rosacea) وهو مرض جلدي يسبب احمراراً في الوجه).
3. التهاب حواف الأجفان المختلط الأمامي والخلفي: مزيج من النمطين الواردين أعلاه.

زيادة القطيريات الدهنية من حافة الجفن



تصبح حافة الجفن ملتهبة مع وجود قشور

ما هي الأعراض؟

- قد يسبب التهاب حواف الأجفان واحداً أو أكثر مما يلي:
- حكة حول العينين
 - إزعاج مستمر أو إحساس بحرقة.
 - إحساس بوجود غبار أو جسم غريب أو وجود رمش بالعين.
 - حساسية للضوء، تشوش في الرؤية.
 - احمرار العين.
 - قشور رقيقة على الرموش ، وخاصة في الصباح (مشابهة لقشور فروة الرأس الدقيقة)، مع فقدان الرموش أو نمو الرموش باتجاه العين.
 - عدوى جرثومي في جذر شعرة الرمش.
 - أكياس غدد Meibomian بالأجفان (كيس دهني).
 - احمرار وانتفاخ في حواف الأجفان، أو قرحات صغيرة على الأجفان.

كيف يتم تشخيص التهاب حواف الأجفان؟

في أغلب الحالات، يتم تأكيد التشخيص من قبل طبيب العيون باستخدام مجهر مكبر. في حال الإصابة بالتهاب حواف الأجفان فإنها تبدو حمرة وملتهبة مع وجود قشور حول الرموش. قد تكون فتحات الغدد الزيتية Meibomian مسدودة وقد يلاحظ على الجفن وجود انتفاخ، أو التهاب حاد أو أكياس غدد Meibomian (كيس دهني). تكون طبقة الدمع المغطية للعين عادة غير متجانسة السماكة، وهذا ما يمكن تمييزه بتلوين طبقة الدمع بقطرة صفراء تسمى فلوريسئين. بواسطة هذا التلوين

بالفلوريسئين يمكن مشاهدة التهاب وفقدان خلايا سطح القرنية (خلايا طبقة الإبتليوم وهي الطبقة السطحية الخارجية للقرنية).

ما هي الأسباب؟

- قد ينتج التهاب حواف الأجفان من أحد العوامل أو من اشتراك عدة عوامل مما يلي:
- اضطراب في غدد Meibomian (الزيتية) على حافة الجفن.
 - أمراض جلدية مثل قشرة فروة الرأس.
 - تشكل قشور حول الرموش، والذي قد يترتب عليه رد فعل من الجراثيم الموجودة بشكل طبيعي والمتألفة مع الجسم.

هل هو مرض خطير؟

كلا، على الرغم من أن التهاب حواف الأجفان قد يكون مزعجاً للمصاب به، لكنه من النادر أن يسبب مشاكل للعين.

هل هو عدوى بجرثوم؟

كلا، ولكن يعتبر التنظيف الدوري لحواف الأجفان مهماً بسبب احتمال حدوث فرط فعالية من الجراثيم (وأحياناً الفطريات) وتكاثرها في القشور والإفرازات المتشكلة على حافة الأجفان.

إلى متى سيستمر بقاء الالتهاب؟

إن التهاب حواف الأجفان هو حالة مستمرة، لكن الأعراض قد تغيب وتعود. لا يتوفر علاج شافي بشكل نهائي، ولكن من الممكن التحكم بالالتهاب باتباع نظام معالجة بسيط.

ما هو العلاج؟

إن التهاب حواف الأجفان هو حالة مزمنة. ليس هناك شفاء بشكل نهائي ولكن يمكن تحسين الأعراض والتحكم بها. قد يتطلب الأمر بعض الوقت قبل ملاحظة نجاح العلاج بأنواعه المختلفة.

يرجى إعلام طبيب العيون إذا كان لديك أية حساسية تجاه الأدوية.

قد يوصي طبيب العيون بالعلاجات التالية للتخفيف من الأعراض:

- **تنظيف الأجفان** لإزالة القشور عن حواف الأجفان وإزالة الانسداد في غدد حافة الجفن. قد تحتاج في البداية لتنظيف أجفانك مرتين يومياً. وعلى المدى البعيد، قد

تحتاج لتنظيف الأجفان على الأقل مرتين أو ثلاث مرات أسبوعياً لتجنب حدوث انتكاس.

- قطرات الدمع الصناعي لمعالجة أعراض العين الجافة وعدم استقرار طبقة الدمع.
- قطرات ومراهم المضادات الحيوية لمعالجة أي عدوى جرثومية مرافق.
- قطرات الكورتيزون الخفيفة لمعالجة أي التهاب في قرنية أو ملتحمة العين. وهي توصف فقط لفترات قصيرة، فقط تحت إشراف طبيب العيون.
- القطرات البديلة عن الكورتيزون: مثل السايكلوسبورين آ، وهي تستعمل بدل الكورتيزون في الحالات التي تتطلب استعمالاً مديداً ومنها التهابات سطح العين.
- المضادات الحيوية عن طريق الفم: تحتاج بعض أنواع التهاب حواف الأجفان مثل التهاب الخلفي والمرافق لمرض الوردية للمعالجة بالمضادات الحيوية بشكل حبوب (النتراسيكلينات أو الأزيترومايسين). قد تحتاج لتناول الحبوب لعدة أشهر. يجب عدم تناول السيدات للنتراسيكلينات إذا كن في أشهر الحمل أو الإرضاع. كما قد لا يجوز تناولها في حال إصابتك بمرض كبدي أو مرض كلوي أو إن كنت تتناول مسيلاً للدم. وفي حال كنت مصاباً بأحد هذه الأمراض فيرجى أن تخبر طبيب العيون. قد يبطل الاستخدام طويل الأمد للنتراسيكلينات فعالية مانعات الحمل الفموية، رغم ندرة حدوث ذلك. يجب عدم تناول النتراسيكلينات مع الحليب أو مضادات الحموضة.
- الأدوية المضادة للفطريات: قد يتم وصفها في حال الإصابة بالتهاب حواف الأجفان مرتبط بفرط نمو الفطريات على الجلد.
- مستحضرات الصابون والشامبو التي تحتوي على زيت شجرة الشاي (tea tree oil): قد تفيد في خفض كثافة عثة Demodex، والتي قد تساهم أحياناً بحدوث التهاب حواف الأجفان. يمكن شراء هذه المستحضرات من أغلب الصيدليات والمتاجر.

ماذا يحدث في حال عدم تلقي العلاج؟

لا يحدث الشفاء في التهاب حواف الأجفان من تلقاء نفسه في حال عدم تلقي العلاج. قد تسوء الحالة وتسبب تغيير في السطح الأمامي للعين (القرنية)، وهو مما قد يؤدي إلى عدم راحة وحدوث عدوى جرثومية.

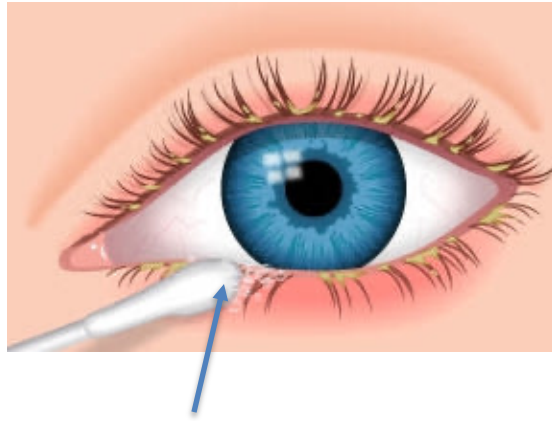
التأثيرات الجانبية للأدوية المستخدمة في علاج حواف الأجفان

تظهر التأثيرات الجانبية الرئيسية للقطرات، أو المراهم أو الأدوية الأخرى المستخدمة لعلاج العين المصابة على شكل تحسس، وتتضمن هذه التأثيرات الجانبية ازدياد الاحمرار، ألم العينين، حكة العينين، وتدهور الرؤية.

تتشابه التأثيرات الجانبية مع أعراض التهاب حواف الأجفان. بسبب وجود عدد من الأدوية المختلفة المستخدمة في علاج التهاب حواف الأجفان، فإنه من غير الممكن ذكر كل التأثيرات الجانبية المحتملة لذا يرجى الرجوع إلى نشرة المعلومات المرفقة بالدواء.

كيف يمكن أن أقوم بتنظيف الأجفان؟

1. قم بغسل اليدين.
 2. قم بغمس قطعة قماش أو منشفة بالماء الدافئ (يرجى التأكد أن الماء ليس شديد الحرارة). قم بإغماض العينين ومن ثم قم بالضغط اللطيف بقطعة القماش على العينين لمدة خمس إلى سبع دقائق. يساعد ذلك على تليين أي مفرزات دهنية قاسية. وكبديل عن طريقة قطعة القماش أو المنشفة يمكن شراء جهاز بشكل "eye bag" عبر الانترنت، وهو ما يمكن تسخينه بالميكرويف ومن ثم وضعه على العينين بطريقة مشابهة لقطعة القماش. من مزايا هذه الطريقة أنها تطلق الحرارة بشكل أبطأ وخلافاً لقطعة القماش فهي لا تتطلب الغمس بالماء الدافئ.
 3. بعد إجراء كمادات القماش الدافئة، قم بتنظيف حواف الجفن بعود قطني نظيف مبلل بمحلول مستحضر شامبو الأطفال (انظر الصورة).
- محلول مستحضر شامبو الأطفال:** قم بغلي بعض الماء ثم قم بصب 100 مليلتر من الماء في وعاء نظيف. أعط الوقت الكافي للماء ليصبح دافئاً، ثم قم بخلط عدة قطرات (قطرتين أو ثلاثة) من شامبو الأطفال بالماء. ثم قم باستخدام المحلول حسب التعليمات. قم بالتخلص من المحلول مباشرة بعد الاستعمال.
- قم بغمس عود قطني واستعمله لتنظيف الأجفان. قم بفرك العود القطني بلطف على امتداد حافة الجفن السفلي. وللقيام بذلك يمكن شد الجفن السفلي إلى الأسفل باستخدام أصبع من اليد الأخرى. إن القيام بتنظيف الجفن العلوي أكثر صعوبة، ولعمل ذلك فإن الطريقة الأفضل تكون عن طريق إغلاق العين وشد الجفن العلوي قليلاً فوق الجفن السفلي للأسفل لكي تتجنب قيامك بجرح العين. استخدم الحركات الأفقية الجانبية لإزالة القشور عن حواف الجفن الرموش. يمكن استخدام مناديل تنظيف الجفن الجاهزة كبديل عن المحلول، والتي يمكن الحصول عليها من أية صيدلية.



تنظيف الأجفان

4. قم بتدليك الأجفان باستخدام أصبع السبابة. قم بالحركة باتجاه الأسفل للجفن العلوي وبالحركة للأعلى للجفن السفلي.
5. يمكنك إضافة المراهم والقطرات بعد انتهائك من تنظيف العينين.

كيف يمكنك تطبيق القطرات والمراهم العينية

1. قم بغسل اليدين وجففهما جيداً قبل وضع القطرات لتجنب حدوث عدوى جرثومية.
2. اجلس أو استلقي وقم بإمالة راسك إلى الخلف وقم بسنده على مسند الكرسي أو على وسادة لتحقيق الراحة والأمان. قم بالنظر إلى السقف.
3. إذا كانت العين تحتوي على إفرازات، قم بغلي بعض الماء ثم قم بتبريده، ومن ثم نظف الأجفان بلطف مع بذل الحرص لتفادي لمس العين.
4. عند وضع القطرات بالعين لا تسمح للعبوة بلمس العين.
5. قم بشد الجفن السفلي بلطف إلى الأسفل بواسطة إصبع واحد مما يسهل وضع الدواء.
6. أمسك بالعبوة ودعها تستند على أعلى أنفك أو جبينك، واضغط على العبوة لتتزل قطرة في العين.
7. اضغط 1 سنتيمتر مرهم أو نقطة من القطرة داخل الجفن السفلي.
8. أغلق عينيك لمدة 5 دقائق.
9. أزل أية كمية إضافية من المرهم من على الجفن بلطف بواسطة منديل نظيف وقم بغسل يديك مجدداً.

حفظ القطرات والمراهم العينية

- عدم مشاركة القطرات العينية مع أي شخص آخر.
- قم بحفظ القطرات والمراهم في مكان بارد بعيد عن متناول الأطفال (قم بحفظ القطرات في البراد فقط عندما يطلب منك ذلك).
- قم بالتخلص من كل القطرات والمراهم العينية بعد شهر من فتحها.

المزيد من الأسئلة

نأمل أن تكون هذه المعلومات كافية لمساعدتك على اتخاذ قرار بشأن المضي قدماً في الجراحة. يرجى أن تقوم بتدوين أية أسئلة غير مشمولة في هذا الكتيب وتقوم بسؤال الطبيب عند قدومك إلى موعدك للمعاينة في المستشفى. إن فريقنا جاهز دوماً وسعيد بتزويدك بالمعلومات التي تحتاجها.

ليس المقصود من هذا الكتيب أن يكون بديلاً عن الرعاية الطبية المحترفة. إن أخصائي العيون هو الوحيد القادر على تشخيص وعلاج مشاكل العين إذا كان لديك المزيد من الأسئلة أو الاستفسارات يرجى الاتصال بطبيبك.

تعليقاتك

إننا نهتم دائماً أن نسمع آرائكم حول كتيبنا. إذا كانت لديك أية تعليقات، يرجى الاتصال بنا.

المراجع:

تم تأليف هذه النشرة بواسطة أطباء أخصائيين من مجموعة ال GCEO® مرخصين في الاتحاد الأوروبي وفي الشرق الأوسط. تم التأليف بالاعتماد على وبالالتزام بدليل الممارسة بالمؤسسات التالية:

- الأكاديمية الأميركية لطب وجراحة العين - دليل الممارسة المفضل:

<https://www.aao.org/about-preferred-practice-patterns>

- الكلية الملكية لطب وجراحة العين (بريطانيا):

<https://www.rcophth.ac.uk/standards-publications-research/clinical-guidelines/>

- المعهد الوطني للصحة والعناية المتفوقة (بريطانيا):

<https://www.nice.org.uk/about/what-we-do/our-programmes/nice-guidance/nice-guidelines>

- المجلس الدولي لطب وجراحة العين:

http://www.icoph.org/enhancing_eyecare/international_clinical_guidelines.html

مراجع أخرى:

الأكاديمية الأميركية لطب وجراحة العين - صحة العين من الألف إلى الياء:

<https://www.aao.org/eye-health/a-z>