

## حقائق عن الانتباز البطاني الرحمي وأمراض الرحم

### حقائق رئيسية

لا يوجد علاج معروف للانتباز البطاني الرحمي حالياً، وترتكز المعالجة في المقام الأول على إدارة الأعراض.

يُعد الحصول على تشخيص مبكر وعلاج فعال في غاية الأهمية، لكن هذه الإمكانيات محدودة في العديد من المناطق، وخاصة في البلدان ذات الدخل المنخفض والمتوسط.

يصيب الانتباز البطاني الرحمي ما يقرب من 10% (190 مليوناً) من النساء والفتيات في سن الإنجاب على مستوى العالم.

تترافق هذه الحالة المزمنة مع ألم شديد أثناء الدورة الشهرية وحركة الأمعاء و / أو التبول، فضلاً عن آلام الحوض المزمنة وانتفاخ البطن والغثيان والتعب، وفي بعض الحالات، الاكتئاب والقلق والعقم.

لمعرفة المزيد:

<https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/endometriosis>

## ما هو الانتباز البطاني الرحمي؟

هو حالة مزمنة حيث ينمو نسيج مشابه لبطانة الرحم خارج الرحم. يمكن أن يتركز هذا النسيج على المبيضين أو قناتي فالوب أو السطح الخارجي للرحم أو أعضاء أخرى داخل الحوض.

على عكس نسيج بطانة الرحم الطبيعي، الذي يتساقط أثناء الدورة الشهرية للمرأة، فإن النسيج خارج الرحم لا يملك طريقة للخروج من الجسم، مما يؤدي إلى الالتهاب والتندب والالتصاقات.

### الأعراض الشائعة للانتباز البطاني الرحمي



يمكن أن تختلف الأعراض بشدة وغالباً ما تكون متنوعة، مما يصعب مهمة أخصائيي الرعاية الصحية في تشخيص المرض. قد لا يدرك الأشخاص الذين يعانون من الأعراض أنهم مصابون بهذه الحالة.

تبدأ الأعراض عندما تتحلل بقع الانتباز البطاني الرحمي وتنزف أثناء الدورة الشهرية ولكنها غير قادرة على مغادرة الجسم. قد تعاني المريضات من أعراض مختلفة أثناء الدورة الشهرية، مثل:

- تقلصات مؤلمة أثناء الدورة الشهرية يمكن أن تمتد إلى البطن (المعدة) أو أسفل الظهر
- الإسهال أو الإمساك أثناء الدورة الشهرية
- التعب أو انخفاض مستويات الطاقة
- الألم أثناء التبول أو حركة الأمعاء
- ظهور بقع أو نزيف بين الدورات الشهرية

### الأسباب وعوامل الخطر

على الرغم من عدم فهم السبب الدقيق للانتباز البطاني الرحمي بشكل كامل، إلا أن هناك العديد من النظريات لمحاولة فهمه، بما في ذلك:

**الحيض الرجوعي**  
يتدفق دم الحيض عائداً عبر قناتي فالوب إلى جوف الحوض بدلاً من الخروج من الجسم.

**اضطرابات الجهاز المناعي**  
قد لا يتمكن الجهاز المناعي الضعيف من التعرف على الأنسجة الشبيهة بطبانة الرحم التي تنمو خارج الرحم وتدميرها.

**العوامل الوراثية**  
يمكن أن يزيد التاريخ العائلي للإصابة بالانتباز البطاني الرحمي من خطر وقوعه.

**العوامل البيئية**  
قد تساهم بعض السموم البيئية في الإصابة بالانتباز البطاني الرحمي.



النساء اللاتي لديهن قريبات من الدرجة الأولى (الأم، الأخت) مصابات بالانتباز البطاني الرحميهن أكثر عرضة للخطر.

لمعرفة المزيد:

<https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/endometriosis>

### أمراض الرحم: نظرة موسّعة



بالإضافة إلى الانتباز البطاني الرحمي، هناك أمراض رحم أخرى يمكن أن تؤثر بشكل كبير على صحة المرأة الإنجابية، بما في ذلك:

#### 1. الأورام الليفية الرحمية

هي أورام غير سرطانية تتشكل في الرحم. وهي النوع الأكثر شيوعاً من الأورام لدى النساء وغالباً ما تظهر خلال سنوات الخصوبة لدى المرأة. لا تظهر أي أعراض على العديد من النساء المصابات بالأورام الليفية، إلّا أنّ بعضهنّ قد تعاني من:

- نزيف حاد أثناء الدورة الشهرية.
- التبول المتكرر أو صعوبة إفراغ المثانة.
- آلام الظهر أو الساق.

يمكن أن يتراوح حجم الأورام الليفية من كتل صغيرة جداً إلى كتل كبيرة تشوّه شكل الرحم. السبب الدقيق للأورام الليفية غير معروف، ولكن يمكن أن تلعب العوامل الوراثية والهرمونات (خاصة الإستروجين والبروجسترون) وعوامل نمط الحياة دوراً في الإصابة.

#### 2. سلائل الرحم

هي زوائد في بطانة الرحم يمكن أن تسبب نزيفاً غير طبيعي. غالباً ما تكون حميدة ولكنها قد تؤدي إلى العقم لدى بعض النساء. تشمل أعراضها ما يلي:

- عدم انتظام الدورة الشهرية أو النزيف بين الدورات الشهرية.
- دورات شهرية غزيرة أو طويلة.
- صعوبة الحمل.

#### 3. سرطان الرحم

يُعد سرطان الرحم، أو سرطان بطانة الرحم، أحد أكثر أنواع السرطان شيوعاً في الأعضاء التناسلية. عادة ما يصيب النساء بعد انقطاع الطمث، ولكن يمكن أن تزيد عوامل الخطر المحددة، مثل السمنة أو العلاج الهرموني أو التاريخ العائلي للإصابة بالسرطان، من احتمالية الإصابة بهذا المرض. تشمل أعراضه:

- نزيف مهبلي غير طبيعي.
- ألم وعدم ارتياح في منطقة الحوض.
- فقدان الوزن غير المبرر.

يُعد الكشف المبكر أمراً بالغ الأهمية لنجاح العلاج، ويُوصى بإجراء فحوصات أمراض النساء الدورية لمراقبة أي تغييرات في صحة الرحم.



### تشخيص الانتباز البطاني الرحمي وأمراض الرحم وعلاجها

#### التشخيص:

قد يشتبه الأطباء بالانتباز البطاني الرحمي بناءً على التاريخ الطبي للمريضة أو الفحص البدني وقد يستخدمون الطرق التالية لتشخيص الحالة:

- فحوصات الحوض للتحقق من وجود أي شذوذات.
- التصوير بالموجات فوق الصوتية أو بالرنين المغناطيسي لكشف التكتيسات أو الأورام الليفية أو آفات بطانة الرحم.
- تنظير البطن (جراحة طفيفة التوغل) لتأكيد الإصابة بالانتباز البطاني الرحمي من خلال فحص تجويف البطن من الداخل.

#### خيارات العلاج:

رغم عدم وجود علاج للانتباز البطاني الرحمي أو معظم أمراض الرحم، يمكن أن تساعد العديد من خيارات العلاج في إدارة الأعراض وتحسين جودة الحياة:

#### 1. الأدوية

- مسكنات الألم مثل مضادات الالتهاب غير الستيرويدية (على سبيل المثال: الإيبوبروفين).
- العلاجات الهرمونية مثل وسائل منع الحمل أو اللولب أو ناهضات الهرمون المطلق لموجهة الغدد التناسلية لتقليل مستويات هرمون الإستروجين وإبطاء نمو أنسجة بطانة الرحم.

#### 2. التدخلات الجراحية

- يمكن إجراء تنظير البطن لإزالة آفات بطانة الرحم أو الأورام الليفية أو السلائل الرحمية.
- في الحالات الحرجة، قد يُوصى باستئصال الرحم.

#### 3. تغييرات نمط الحياة والعلاجات التكميلية

- يمكن أن يساعد اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة وإدارة الإجهاد في تخفيف بعض الأعراض.
- قد يوفر الوخز بالإبر والعلاج البدني وبعض المكملات الغذائية الراحة لبعض النساء.

#### 4. العلاجات

- بالنسبة للنساء اللاتي يعانين من العقم بسبب الانتباز البطاني الرحمي أو الأورام الليفية، يمكن مناقشة خيارات مثل الإخصاب المجهري أو تقنيات الإنجاب المساعدة الأخرى.

### التأقلم مع الانتباز البطاني الرحمي وأمراض الرحم الأخرى

قد يكون التأقلم مع الانتباز البطاني الرحمي أو غيره من أمراض الرحم أمراً صعباً، لكن من المهم أن تتذكرى أنك لست وحدك. يمكن للتواصل مع مجموعات الدعم والتحدث إلى أخصائيي الرعاية الصحية الذين يفهمون حالتك، إلى جانب اتباع خطة علاج مخصصة، أن يساهم في تخفيف الأعراض والحفاظ على جودة حياتك.

التشخيص المبكر والعلاج الشخصي هما مفتاح إدارة هذه الحالات وتحسين صحتك.

#### المراجع

<https://www.nhs.uk/conditions/endometriosis/>

<https://medlineplus.gov/uterinediseases.html>

<https://www.healthline.com/health/endometriosis>