

ام اس را بهتر بشناسیم

تألیف و گردآوری:

دکتر شهاب سرلک

انتشارات مانی

۱۳۹۷

سرشناسه	:	سرلک، شهاب، ۱۳۷۱-
عنوان و نام پدید آورنده	:	ام اس را بهتر بشناسیم/تألیف و گردآوری دکتر شهاب سرلک.
مشخصات نشر	:	اصفهان: انتشارات مانی، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۹۴ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۱۸۴-۱۴۹-۱
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	ام. اس. (بیماری)
موضوع	:	Multiple Sclerosis
رده بندی کتبه	:	۱۳۹۷ ۸ الف ۴ س / RC ۳۷۷
رده ده دیویی	:	۶۱۶ / ۸۳۴
شماره کتابشناس ملی	:	۵۴۱۵۱۱۱

اصفهان:
 صندوق پستی ۳۹۶-۸۱۶۴۵
 تلفکس: ۳۸۱۹۰-۳۶۰۳۱
manipub@yahoo.com



نام کتاب:	اس را بهتر بشناسیم
تألیف و گردآوری:	دکتر شهاب سرلک
ناشر:	انتشارات مانی
نوبت چاپ:	اول / ۱۳۹۷
تیراژ:	۱۰۰۰ نسخه
لیتوگرافی:	آسمان
چاپ:	سوره
قیمت:	۱۱۰۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۱۸۴-۱۴۹-۱

فهرست مطالب

تعریف بیماری ام اس	۱۳
بیماری ام اس چیست؟	۱۳
ساختار سیستم عصبی انسان چگونه است؟	۱۴
علائم شایع بیماری ام اس	۱۶
علائم شایع بیماری ام اس چیست؟	۱۶
خستگی	۱۶
افسردگی	۱۷
تغییرات حافظه	۱۷
درد	۱۸
کاهش دید	۱۸
دوبینی	۱۹
عدم تعادل و سرگیجه	۱۹
ضعف حرکتی	۱۹
لرزش و عدم تعادل	۲۰
کمر ختی و گز گز شدن	۲۰
مشکلات مثانه، روده و مشکلات جنسی	۲۱
علائم گذرای ام اس	۲۲
خصوصیات ویژه علائم بیماری ام اس چیست؟	۲۲
علت ایجاد بیماری ام اس	۲۴
علت بیماری ام اس چیست؟	۲۴
بیماری ام اس در ارتباط با چه عواملی است؟	۲۴
عوامل محیطی	۲۵
مهاجرت	۲۸
آیا ژنی برای بیماری ام اس وجود دارد؟	۲۹
رژیم غذایی چه تاثیری در بیماری ام اس دارد؟	۲۹
نقش آلرژی در بیماری ام اس چیست؟	۳۰

- ۳۰..... آیا علت دیگری هم برای بروز بیماری ام اس شناخته شده است؟
- ۳۱..... چگونه بیماری ام اس تشخیص داده میشود؟
- ۳۱..... سیر تشخیص بیماری ام اس (فرآیند تشخیص) چگونه است؟
- ۳۲..... چه آزمایشاتی جهت رسیدن به تشخیص ام اس مورد استفاده قرار می گیرد؟ (آزمون های تشخیصی کمکی)
- ۳۲..... ام آر آی.....
- ۳۳..... آزمون های پتانسیل برانگیخته.....
- ۳۳..... سی تی اسکن.....
- ۳۴..... آزمایش خون.....
- ۳۴..... تشخیص ام اس به چه معنا است؟
- ۳۵..... چه بیماری های ممکن است با ام اس اشتباه شوند؟
- ۳۶..... سیر بالینی و پیش آگهی انواع مختلف ام اس.....
- ۳۶..... چگونه ام اس بر روی بیمار اثر می گذارد؟
- ۳۷..... چه تفاوتی بین علائم ثانویه و ماری است؟
- ۳۸..... اشکال بالینی بیماری ام اس بر چند نوع است؟
- ۳۹..... یادآوری دو نکته ضروری است.....
- ۴۰..... چه عواملی در سیر و پیش آگهی بیمار ام اس تاثیر دارند؟
- ۴۱..... افراد مشکوک به بیماری ام اس چگونه تقسیم بندی می شوند؟
- ۴۱..... عوامل موثر در ایجاد بیماری ام اس.....
- ۴۱..... بیماری ام اس با چه مکانیسمی در بدن به وجود می آید؟
- ۴۱..... سیستم ایمنی بدن انسان چه نقشی در ایجاد بیماری ام اس ایفا می کند؟
- ۴۳..... چه عوامل دیگری در ایجاد بیماری ام اس دخیل هستند؟
- ۴۴..... چگونه درمان بیماری ام اس.....
- ۴۴..... روند درمان بیماری ام اس چیست؟
- ۴۹..... حملات حاد بیماری چگونه درمان می شود؟
- ۴۹..... درمان علامتی در بیماری ام اس چگونه است؟
- ۵۰..... آیا پزشک خود را انتخاب کرده اید؟
- ۵۱..... آیا طب مکمل جایگاهی در درمان بیماری ام اس دارد؟
- ۵۱..... چگونگی برخورد با علائم شایع بیماری ام اس.....
- ۵۱..... یک بیمار مبتلا به ام اس چگونه میتواند با علائم ایجاد شده در خود تعامل نماید؟
- ۵۱..... خستگی.....
- ۵۳..... اصولی برای حفظ انرژی.....
- ۵۴..... آشپزخانه و برنامه ریزی پخت و پز.....
- ۵۵..... آماده سازی غذا.....

۵۵	تمیزکاری و نظافت
۵۶	شستشوی لباس
۵۶	خرید مایحتاج
۵۶	مرتب کردن اتاق خواب
۵۶	کار در حیاط
۵۷	مراقبت از شیرخوار و کودک
۵۷	نشستن و میزکار
۵۷	لباس پوشیدن
۵۸	حمام رفتن
۵۸	اسپاستیسیتی (رفتی)
۵۸	برطرف کردن عوامل تشدیدکننده اسپاستیسیتی
۶۰	حمایت های مکانیک
۶۰	درمان دارویی
۶۲	ضعف
۶۴	درمان جراحی
۶۵	سفتی مفصل
۶۶	لرزش اندام ها و عدم تعادل
۶۶	تعادل
۶۹	علائم حمل های
۶۹	تحرک (قرار دادن تمام چیزها در کنار هم)
۶۹	راه رفتن
۷۲	زخم بستر
۷۴	مشکلات ادراری بیماران ام اس
۷۵	درمان مشکلات ادراری بیماران
۷۶	عقونت سیستم ادراری
۷۷	روش های جراحی درمان مشکلات ادراری
۷۸	علائم روده ای
۷۸	پایه ریزی یک برنامه گوارشی مناسب
۷۹	داشتن برنامه گوارشی مشخص
۸۰	اسهال و بی اختیاری مدفوع
۸۱	اختلالات تکلم
۸۲	اختلالات بلع
۸۴	اختلالات بینایی

۸۵	درد
۸۷	کمردرد
۸۸	سرگیجه
۸۹	احساس کرختی، سردی و تورم در پاها
۹۱	مشکلات شناختی ادراکی

www.ketab.ir

معرفی و مقدمه

بیماری ام اس بطور روز افزون در حال افزایش بوده و عمدتاً درگیر کننده افراد جوان و میانسال است.

در این کتاب سعی براین شده تا نحوه تشخیص، سیر بالینی، عوامل مضر و در نهایت نحوه درمان و برخورد با علایم آن به زبان ساده و کاربردی توضیح داده شود. امید که تلاش حاضر بتواند ذهنیت مثبتی در افراد مبتلا به این بیماری ایجاد کند.

دکتر شهاب سرلک
