

# داء مينبير

المؤلف لورا موريس

## ما هو داء مينبير؟

مرض مينبير هو اضطراب الأذن الداخلية الذي يسبب هجمات متكررة من (1) الدوار (الدوران)، (2) فقدان السمع، (3) طنين (رنين في الأذن)، و (4) الامتلاء أو الضغط في الأذن. وغالبا ما تأتي الهجمات فجأة وتستمر لعدة دقائق أو عدة ساعات. في كثير من الأحيان، لا يشعر الأشخاص بأي من هذه الأعراض بين الهجمات. ولا يعرف السبب الدقيق لمرض مينبير. يعتقد أن السائل يتراكم في الأذن الداخلية، مما قد يتسبب في الضغط داخل الأذن الداخلية. يمكن أن ينتشر مرض مينبير في العائلة الواحدة، ويرتبط أيضا بالصداع النصفي. قد تختلف شدة الأعراض مع كل هجوم وبين الأفراد. قد لا يكون كل عرض موجودا مع كل هجوم. بعض الناس لديهم أعراض شديدة في حين أن آخرين ليس لديهم إلا أعراض خفيفة. بعض الناس يصابون بأزمات عدة مرات في الشهر. وقد يستغرق أشخاص آخرون شهور أو سنوات بين الهجمات. خلال هجوم مينبير، قد يصاب الشخص أيضا بالغثيان والقيء، وقد لا يستطيعون السير أو العمل. لأن الأعراض ليست على نمط واحد أو يمكن التنبؤ بها، ويمر كثير من الناس بالإحباط والقلق، والاكنتاب حيث لا يمكنهم تخطيط حياتهم أو السيطرة عليها.

## كيف يتطور داء مينبير؟

في المراحل الأولى من المرض، يمر الأفراد بهجمات من الدوار وفقدان السمع أو الطنين، ولكن تعود الأمور إلى طبيعتها بين الهجمات. وكما يتطور المرض على مدى عدة أشهر أو سنوات، فإن فقدان السمع ذو التردد المنخفض يستمر بين الهجمات. في مرحلة لاحقة، يكون هناك فقدان كبير للسمع ذو التردد العالي والمنخفض، ويكون الشخص لديه شعور مستمر بعدم التوازن.

## ما هو العلاج لداء مينبير؟

لا يوجد علاج معروف لداء مينبير. ومع ذلك، يمكن غالبا لبعض العلاجات الطبية وتغيير نمط الحياة مساعدة الناس في الشعور بشكل أفضل. لأنه من المعتقد أن سبب المرض يعود لتراكم السوائل في الأذن الداخلية، فإن اتخاذ الخطوات الضرورية للحد من السوائل في الجسم سوف تساعد أحيانا في السيطرة على الأعراض. على سبيل المثال، قد يصف الأطباء مدررات البول (حبوب ماء) واتباع نظام غذائي منخفض الصوديوم. ويمكن لأسلوب حياة متوازن أن يساعد الذين يعانون من مرض مينبير في مواجهة والحد من شدة أو تواتر الهجمات. وهذا يمكن أن يشمل تناول وجبات متوازنة مع وجبات صغيرة متكررة، ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، والنوم الكافي بشكل منتظم، ممارسات تخفيف الإجهاد مثل تاي تشي والتأمل والتخيل الموجه، أو اليوغا، والحد من الكافيين والكحول. قد يصف الأطباء أدوية أيضا للدوار والغثيان لاستخدامها أثناء الهجوم.

(يستكمل في الصفحة التالية)

NeurologySection



APTA  
American Physical Therapy Association  
Neurology Section

الإيميل neuropt@apta.org  
www.neuropt.org



في الحالات الشديدة، علاج السيطرة على الدوار قد يشمل وضع دواء قوي في الأذن الداخلية التي تؤدي إلى تدمير الخلايا الحسية أو قد يتضمن عملية جراحية لقطع العصب الدهليزي. يتم عمل هذه العلاجات بعناية. يجب على المريض أن يأخذ في الاعتبار شدة وتواتر هجمات الدوار، والآثار الضارة المحتملة من العلاج أو العملية الجراحية. يمكن أن تؤدي هذه العلاجات إلى تحكم جيد بالهجمات وتكون الأعراض أقل بكثير. قد تكون هناك حاجة لأجهزة السمع نتيجة لفقدان السمع الشديد.

## كيف يمكن أن يساعد العلاج الطبيعي في إدارة مرض مينير؟

يمكن لأخصائي العلاج الطبيعي تعليم الناس كيفية تغيير نمط الحياة المذكور أعلاه. إذا كانت الهجمات التي تستهدف سببها الكفاية على أن الشخص يحتاج إلى مساعدة في المشي، يمكن لأخصائي العلاج الطبيعي أن يساعد في تقديم توصيات السلامة أثناء أو مباشرة بعد الهجوم. إذا كان الشخص بدأ بالدوار، ودوار الحركة، أو عدم التوازن بين الهجمات، فيمكن لأخصائي العلاج الطبيعي أن يساعد على تحسين هذه الأعراض مع بعض التمارين. العلاج الطبيعي قد يساعد أيضا في الانتعاش بعد الإجراءات المذكورة أعلاه التي تضر الخلايا الحسية أو قطع العصب الدهليزي.

تمت ترجمتها بواسطة: مها المرواني

Translated by: Maha Almarwani, PT, MS

