



للتبول. فى هذا المرض هذا الوقت قصير جداً فيجىء الأحساس أو الرغبة فى التبول فجأة و بدون مقدمات و بألحاح مزعج.

و أيضا أثناء ذهابها للحمام للتبول تفاجأ بخروج بعض قطرات من البول لا أرادياً و هذا النوع من عدم التحكم فى التبول ( أى سلس بولى ) غير النوع الآخر من السلس البولى المتسبب نتيجة ارتفاع الضغط داخل تجويف البطن كما فى الكحة والعطس و الضحك العالى الفجائى و غيرها .

٣- ألام مزمنة بالحوض أى الشعور بعدم الراحة أو الشعور بالضغط أو الشعور بالألم فى منطقة المثانة البولية و منطقة العانة و المنطقة المجاورة لها . و يزداد الألم مع ملئ المثانة بالبول.

و شىء مهم جداً هو بالرغم من أن المرض أسمه الألتهاب الخلاي للمثانة البولية إلا أنه لا يوجد أى من الميكروبات المسببة للألتهابات لأن طبيعة المرض و مسبباته ليس لها علاقة بالألتهابات بالميكروبات. أى ان تحليل البول لهؤلاء المرضى لا يحتوى ولا يظهر وجود أى ميكروبات أو الجراثيم المعتاد وجودها فى حالات الألتهابات المعتادة بالمسالك البولية.

و كذلك - فى هذا المرض - لا يوجد أى شىء يسبب أى إثارة أو تهيج للمثانة البولية مثل الحصوات و الأورام و الأشعاعات العلاجية .

\* ما هى علامات وأعراض الالتهاب الخلاي المثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) ؟

- أن مرض الألتهاب الخلاي المثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) يكثر و ينتشر بين السيدات , و قليلاً جداً ما يوجد بين الرجال.

- تتراوح و تختلف الأعراض من حيث شدتها و نوعيتها من مريضة لمريضة .

- دائماً ما تبدأ الأعراض تدريجياً أى بسيطة ثم تزداد ببطئ بمرور الوقت.

- وأحياناً ما تقل شدة الأعراض و تزداد مرة أخرى , أى أن تكون الأعراض على شكل دورات أو نوبات من الشدة و الضعف .

- انه يجب أن يؤخذ فى الاعتبار أن أعراض التهاب الخلاي للمثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) تتماثل وتتشابه مع أعراض حالات التهابات الميكروبية و الجرثومية المعتادة بالمسالك البولية.

- الأم مزمنة بالحوض هى شكوى أو عرض موجود فى ١٠٠ ٪ من المريضات .

- الألام قد تكون بسيطة متوسطة أو شديدة لدرجة الأنهاك الشديد للمريضة , وتختلف شدة الألم من يوم الى يوم.

-زيادة عدد مرات التبول سواء بالنهار والقيام من النوم ليلا للتبول أكثر من مرة فى الليلة.

- الرغبة الملححة للتبول الفورى وقد يصاحبها خروج بعض بعض قطرات من البول لا أرادياً.

- هذه الأعراض قد توجد منفردة أو مجتمعة بأشكال مختلفة.

- قد تزداد الأعراض شدة حول أيام الدورة الشهرية.

- الأم عند المعاشرة الزوجية و صعوبة فى قيادة السيارة و عدم القدرة على العمل و السفر كلها من ضمن الأعراض لهذا المرض.

- و أحياناً ما تكون المريضة قد تعرضت فى الماضى لنوبات من التهابات الميكروبية و الجرثومية بالمسالك البولية , أو أجرت أى من العمليات الجراحية بالحوض ( أسفل البطن أى تحت السرة ) .

- قد يكون مرض التهاب الخلاي للمثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) مصاحباً لأمراض مزمنة أخرى مثل التهابات بالجهاز الهضمى و تهيج بالجهاز الهضمى وكذلك الزئبة الحمراء و بعض أنواع الحساسية و بعض الأضطرابات النفسية مثل القلق أو الأكتئاب.



\* ما هي أسباب مرض الالتهاب الخلالي المثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) ؟

توجد عدة نظريات مقترحة لسبب مرض الالتهاب الخلالي المثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) ولكن ليس منهم ما يفسر جمع أعراض المرض و تطوره والأستجابات المختلفة للعلاجات. و هذه النظريات هي :

١. أنة من المعروف أنة يوجد طبقة عازلة رقيقة تبطن السطح الداخلى لجدار المثانة البولية لتمنع تلامس البول مع السطح الداخلى لجدار المثانة البولية لمنع أحتكاك السموم التى بالبول بجدار المثانة.

فعندما يحدث تشقق أو شروخ فى هذه الطبقة العازلة أو يسهل النفاذ من خلالها , فإنه تتسرب بعض المواد الكيميائية مثل البوتاسيم potassium الغشاء المبطن وعضلات جدار المثانة , فيؤدى الى نوع من التهيج لجدار المثانة البولية مما يؤدى الى تليف به فيؤدى هذا التليف الى نقص فى مرونة جدار المثانة و من ثم نقص شديد فى حجم سعتها للبول فيؤدى الى الشعور بالرغبة فى التبول عند أمتلاء المثانة بقليل من البول لأن سعة المثانة نقصت و هذا يفسر تكرار التبول زيادة عدد مراته فى النهار و الليل.

٢. قد أكتشفت حديثاً مادة معينة تعمل على عدم نمو و عدم تخليق خلايا الطبقة العازلة بين البول والسطح الداخلى لجدار المثانة البولية , وقد وجدت هذه المادة فى بول المريضات بهذا المرض.

٣. أيضاً قد يكون السبب هو نوع من أنواع الحساسية.

٤. وقد يكون السبب هو خلل فى جهاز المناعة بجسم المريضة.



\* كيف يتم تشخيص مرض الالتهاب الخلاي المثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) ؟ \*

يعتمد التشخيص على التاريخ المرضي و الأعراض و الفحص الطبي السريري وهذا ما يسمى التشخيص الأكلينيكي وهو الأهم في التشخيص .

و نظراً لتفاوت الأعراض و التشابه مع أمراض أخرى لا يوجد أى دليل مادي أو أعراض محددة مرتبطة بالضرورة بمرض الالتهاب الخلاي للمثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) إلا عرض واحد محدد الا وهو ألم محددة بالمثانة البولية يزداد بالضغط عليها أو أثناء الفحص المهبلى . و أيضاً لا يوجد فحص محدد يتم به تشخيص المرض , إلا بإستبعاد الأمراض المتشابهة فى الأعراض ولكن تجرى بعض الفحوصات لأستكمال الصورة و تأكيد التشخيص الأكلينيكي .

و أهم هذه الفحوصات هى الكشف بالمنظار داخل المثانة بعد ملئها بسائل شفاف , و نجد نزيف تحت الغشاء المبطن للمثانة البولية و كذلك نجد بعض القرحة أو التقرحات , و يجب التركيز على أن بعض الحالات المرضية لا نجد هذه التغييرات أثناء الفحص. و لذلك فإن التشخيص الأكلينيكي هو الأساس فى التشخيص لهذه الحالات.

\* كيف يعالج مرض الالتهاب الخلاي المثانة البولية ( الأم المثانة البولية ) ؟ \*

الأستمرار فى الدعم المعنوى و النفسى و بث الطمأنينه و التركيز على رفع ثقتها فى نفسها و التأكيد على نجاح العلاج و شفائها من المرض .

١- علاج بتنظيم نوعية الطعام التى تساعد على الشفاء .

٢- علاج بالعقاقير عن طريق الفم .

٣- علاج عن طريق حقن علاجات سائلة داخل تجويف المثانة .



### أولاً : علاج بتنظيم نوعية الطعام التي تساعد على الشفاء.

معظم المريضات تشعر بزيادة وكثرة و شدة الأعراض عندما تتناول أطعمة أو مشروبات حمضية , أى أن ما تتناولة المريضة من أشياء حمضية أو ذات حموضة عالية تزداد معاناتها من أزيداد شدة الأعراض و قسوتها.

أن التوقف عن تعاطى الأطعمة والمشروبات الحمضية يؤدي الى تحسن ملحوظ وتقليل واضح فى شدة الأعراض. ولذلك ينصح للمريضات بالأبتعاد و عدم تناول الحمضيات مثل المشروبات الغازية والمشروبات الكحولية و القهوة و الشاي والتدخين . و أيضاً عدم تناول التفاح و عصير التفاح و الطماطم و عصيرها والكنتالوب والموايح ( البرتقال و اليوسفى و خلافة ) و الخوخ و الشطة و الفلفل الحار و البهارات المشطشة و الخل و أيضاً فيتامين ب المركب و كذلك المُحليات الصناعية ( أى الكيماويات التي تستخدم بدلاً من السكر فى تحلية الأطعمة والمشروبات)

### ثانياً : علاج بالعقاقير عن طريق الفم .

١ - يعتبر علاج ( بنتوسان بولى سلفات صوديوم ) و تجارياً يسمى (إليرون).

و هذا العلاج عبارة عن مادة كيميائية تشبه المادة الكيميائية التي تبطن السطح الداخلى لجدار المثانة البولية لمنع أحتكاك البول و بعض محتوياته السامة بجدار المثانة البولية. و يؤخذ حتى ثلاثة كبسولات ( ١٠٠ مج ) يومياً و يفضل أن يستخدم هذا العلاج لمدة عام كامل على الأقل فى الحالات البسيطة و عامين فى الحالات الشديدة قبل الحكم على نجاحه أو فشله.

٢ - العقاقير التي تستخدم لعلاج الأكتئاب فهي تفيد فى تخفيف الألم الناتج عن تهيج أو التهاب للأعصاب.

٣ - العقاقير التي تستخدم لعلاج الحساسية.

٤ - مسكنات للألم .

### ثالثاً: علاج عن طريق حقن علاجات سائلة داخل تجويف المثانة.

وذلك بوضع محلول به علاجات داخل المثانة البولية لمدة معينة من دقائق لساعات, يؤدي هذا العلاج الى تخفيف الألم واحتمال الشفاء.

**ومن أشهر العلاجات المستخدمة للحقن داخل المثانة :**

(بنتوسان بولى سلفات صوديوم) و الهيبارين و ليدوكايين ( عبارة عن مخدر موضعي ) و كذلك صوديوم بيكربونات ( محلول قلوى لتقليل حموضة البول ) وأيضاً احتمال إضافة الديكساميزاسون.

### رابعاً: تدريبات علاج طبيعي :

العلاج الطبيعي بانتظام يفيد جداً فى تخفيف الآلام , كذلك تدريبات للمثانة البولية لتزيد من قدرتها على أستيعاب كمية أكبر من البول لتقليل عدد مرات التبول.

**خامساً : الأبر الصينية.**