



# حمى البحر المتوسط العائلية (FMF)



# ما المقصود بحمى البحر المتوسط العائلية؟

يمثل الالتهاب رد فعل طبيعي من الجسم، عند التعرض لعدوى أو الإصابة بجرح على سبيل المثال. في بعض الأمراض الوراثية، يتطور الالتهاب بصورة عفوية دون سبب واضح، ويسمى المرض في هذه الحالة بالمرض الالتهابي التلقائي.

حمى البحر المتوسط العائلية هي مرض التهابي تلقائي مزمن يتسم بأعراض متكررة مثل الحمى والتهابات في أماكن متنوعة والألم. يطلق على المرض في هذه الحالة النوبات. غالبًا ما تحدث النوبات الأولى في الطفولة. ففي 80 إلى 90% من الحالات، تحدث النوبة الأولى قبل عمر 20 عامًا.

## ما الأعراض التي تلاحظ على المريض؟

بوجه عام، تدوم نوبات حمى البحر المتوسط العائلية من يوم إلى 3 أيام. تختلف مرات تكرار النوبات اختلافًا كبيرًا بين كل شخص وآخر. وعادة لا يعاني المرضى من أي أعراض بين النوبة والنوبة التالية.

تتضمن الأعراض العامة:

- الحمى (في بعض الأحيان تكون الحمى هي العرض الوحيد في فترات الطفولة المبكرة)
- ألم البطن و/أو ألم بالصدر
- ألم وتورم المفاصل (على سبيل المثال، الركبة أو القدم أو المعصم)
- حكة الجلد المؤلمة، عادةً على القدمين و/أو أسفل الساق

يمكن أن تختلف طبيعة الأعراض وشدتها ومدتها بين كل شخص وآخر ويمكن حتى أن تختلف في بعض الأحيان النادرة لدى نفس الطفل أو نفس المريض.

يسلك المرض على العموم المسار نفسه في الأطفال والكبار، على الرغم من أن أعراضًا معينة مثل التهاب المفاصل أو التهاب العضلات تحدث بتكرار أكبر أثناء فترة الطفولة.

إذا بقى المرض دون علاج فإن البروتينات الالتهابية تتراكم في أعضاء معينة. وهذه مضاعفة خطيرة يمكن أن تؤدي إلى قصور في وظائف الكلى.

## ما معدل حدوث مرض حمى البحر المتوسط العائلية؟

مرض حمى البحر المتوسط العائلية هو مرض نادر، يصيب 2.5 فرداً من بين 100,000 في البلاد الغربية. منشأ المرض هو منطقة الشرق الأوسط والبحر المتوسط. وغالباً ما يُشاهد هذا المرض في الأشخاص من خلفيات عربية وتركية وأرمنية ويهودية (السفارديم). واحد من بين كل 200 شخص من هذه الأصول العرقية مصاب بحمى البحر المتوسط العائلية.

## ما سبب مرض حمى البحر المتوسط العائلية؟

مرض حمى البحر المتوسط العائلية هو مرض وراثي تنتج فيه طفرة جينية التهاباً غير مسيطر عليه في الجسم. نحن نطلق على هذا الجين جين MEFV.

يتم تشخيص حمى البحر المتوسط العائلية بعد ظهور الأعراض. وفي بعض الحالات يمكن تأكيد التشخيص من خلال اختبار جيني. لا توجد وسيلة لمنع الإصابة بهذا المرض؛ غير أنه يمكن التفكير في إخضاع العائلات التي تملك تاريخاً معروفاً من الإصابة بحمى البحر المتوسط العائلية إلى التشخيص المبكر.





# آثار حمى البحر المتوسط العائلية على الحياة اليومية

قد يكون للوعكات المتكررة من الحمى والالتهاب والألم أثرًا سلبيًا في بعض الأحيان على الحياة الأسرية والاجتماعية أو على القدرة على الاستمرار في العمل أو الذهاب إلى المدرسة، وعلى العافية الانفعالية.

عادةً تنخفض أعراض مرض حمى البحر المتوسط العائلية مع نمو الأطفال، ويستطيع معظم المرضى عيش حياة طبيعية بعلاج مناسب.

لكن على الرغم من نجاح العلاج فإن التعافي الكامل من حمى البحر المتوسط العائلية غير ممكن في العادة، بل سيتطلب الأمر علاجًا مدى الحياة. وسوف تسهم الثقة الكبيرة بالأطباء المعالجين في تسهيل التكيف مع مرض حمى البحر المتوسط العائلية وتحسين الشعور العام بالعافية.

## ما الذي يمكنك توقعه؟

**الأنشطة اليومية:** يمكن مع العلاج الصحيح أن تستمر الأنشطة اليومية في ظل الإصابة بحمى البحر المتوسط العائلية في صورتها المعتادة. ومن المحتمل أن يتطلب الأمر التواءم مع الأعراض المرضية عند حدوث نوبة حمى البحر المتوسط العائلية، وذلك على سبيل المثال بالعمل لوقت أقل والحصول على راحات أكثر وتجنب بعض الأنشطة الاجتماعية.

**الرياضة والتمارين البدنية:** ينصح بها للأشخاص المصابين بحمى البحر المتوسط العائلية، على أن يتم تعديل نوع التمرين البدني بما يناسب الموقف، على سبيل المثال يمكن أن يمثل السير فكرة أفضل من العدو إذا كنت تشعر بالتعب، أو يمكن أن يكون من غير المريح السباحة في المياه المزودة بالكور عند وجود حكة جلد.

**المدرسة أو العمل:** يمكن أن تسبب نوبات حمى البحر المتوسط العائلية أعراضًا شبيهة بالإنفلونزا، والتي قد تتطلب الراحة (في السرير) لعدة أيام. مع العلاج الصحيح، قد لا يكون لحمى البحر المتوسط العائلية أثرًا سلبيًا على الذهاب إلى المدرسة أو العمل. وقد تتنوع شدة الأعراض من شخص إلى آخر. يمكن للمرضى ومقدمي الرعاية إبلاغ المدرسة أو مكان العمل عن المرض ومناقشة طريقة التعامل مع الموقف.

# دعم أعلى مستوى من جودة الحياة

يمثل تأكيد التشخيص الخطوة المهمة الأولى لفهم أعراض مرض حمى البحر المتوسط العائلية بشكل أفضل وبدء العلاج الصحيح. ويمكن لنهج التعامل الصحيح المساعدة في ضمان أعلى مستوى من جودة الحياة.

## نمط الحياة الصحي

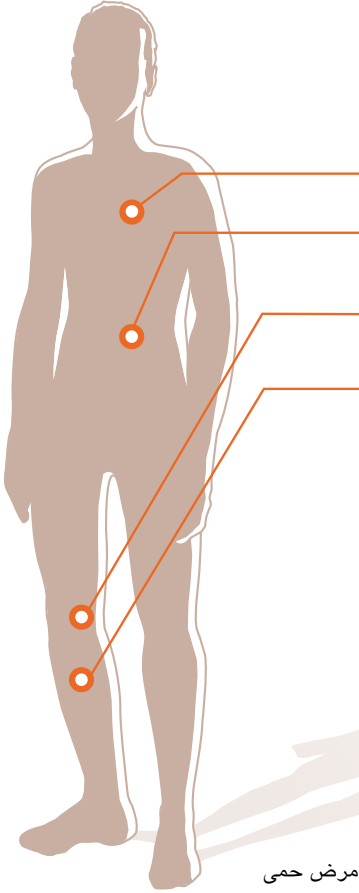
تُعد الأنشطة التي تدعم نمط حياة صحي، مثل مواعيد نوم منتظمة وحمية غذائية صحية وعافية انفعالية (الاستمتاع بالحياة وتجنب التوتر) ذات أهمية للجميع، بما في ذلك مرضى حمى البحر المتوسط العائلية. حاول تجنب المواقف المسببة للتوتر ودرجات الحرارة الباردة والأطعمة الدسمة والإصابات بالعدوى المعروف أنها تحفز هذا المرض. لا تزال فرص حدوث النوبات ممكنة رغم ما سبق، وهذا هو سبب أهمية الاستمتاع بالحياة والشعور بالسعادة إلى أقصى قدر ممكن.

## العائلة والأصدقاء

لا يظهر مرض حمى البحر المتوسط العائلية دائماً على المريض من الخارج، لهذا من الضروري التحدث إلى أفراد العائلة والأصدقاء عن الأمر. وبشرح مرض حمى البحر المتوسط العائلية وما يعنيه العيش بهذا المرض سيكون من حولك أكثر تفهماً ويستطيعون تقديم المزيد من الدعم.



# الخصائص المميزة لحمى البحر المتوسط العائلية



□ حمى مرتفعة متكررة  
38-40°م، لمدة 12 ساعة إلى 3 أيام مع أسابيع وحتى سنوات  
دون أعراض

□ ألم الصدر

□ ألم البطن

□ ألم المفاصل (عادةً في اليدين والركبتين والكاحلين)

□ احمرار شديد ومؤلم في الجلد (عادةً على القدمين وربلتي الساق)

□ معاناة أفراد العائلة من الأعراض نفسها

□ غالباً ما يُشاهد هذا المرض في الأشخاص من خلفيات عربية  
وتركية وأرمنية ويهودية (السفارديم).

عندما تكون هذه الخصائص المميزة واضحة، اتصل بطبيبك، لأنه يجب علاج مرض حمى البحر المتوسط العائلية.

# مزيد من المعلومات

لمزيد من المعلومات، زُر موقع الإنترنت:

[www.KAISZ.nl](http://www.KAISZ.nl)



# مصادر أخرى للمعلومات

يمكن العثور على معلومات إضافية عن الأمراض الالتهابية التلقائية، بما في ذلك حمى البحر المتوسط العائلية في:

<http://www.kaisz.nl/index.php> •

<https://www.terugkerendekoorts.nl> •

<https://www.jessazh.be/deelwebsites/belgian-networkfor-auto-inflammatory-diseases> •

Rare Connect •

<https://www.rareconnect.org/en>

Autoinflammatory Alliance •

<http://www.autoinflammatory.org>

Eurordis, the European organisation for rare diseases •

<http://www.eurordis.org>

International research organisation for paediatric rheumatology (PRINTO, Paediatric Rheumatology International Trials Organisation) •

<https://www.printo.it>

<https://www.nhg.org/thema/zeldzame-ziekten/autoinflammatoire-aandoeningen>





## التأليف والصياغة

طُور هذا الدليل بالتعاون مع مؤسسة المرضى الهولنديين (Stichting KAISZ) والطبيبة إليزابيث ليجير (طب روماتيزم الأطفال في مستشفى Beatrix Children / قسم المناعة، يو إم سي جرونينجن) والطبيب ميرلين فان دين بيرج (Emma Kinderziekenhuis، طب روماتيزم الأطفال / قسم المناعة، أمستردام يو إم سي) والطبيب كارين مالدرس ماندرز (طب الكبار، قسم العلاج الداخلي، رادباوند يو إم سي نيميغن). نشر بواسطة Novartis Pharma B.V.