

# فاویسم

## با بیماری باقلا آشنا شوید

می‌گوید: «در صورت مشاهده علائم ذکر شده باید در اولین فرصت به پزشک و مراکز درمانی مراجعه شود. داروهایی مانند آسپرین، برخی آنتی‌بیوتیک‌ها مانند سولفونامیدها، کوتریموکسازول، نالیدیکسک اسید و نیترو فوانتوئین، برخی مواد شیمیایی مانند نفتالین، داروهای ضد مالاریا مانند پریماکین و کلروکین و غیره می‌توانند باعث بروز علائم بیماری شوند. مصرف باقلا هم باید برای بیمار ممنوع شود؛ زیرا باقلا دانه گیاهی است که قابلیت تولید مواد اکسید کننده را دارد و مواد اکسیدانی باعث می‌شوند گلبول‌های قرمز بیماران از بین بروند و پاره شوند. این بیماری می‌تواند گاهی با بوییدن گل و گرده‌های باقلا و یا عبور از کنار مزارع باقلا بروز پیدا کند. باقلا دارای موادی به نام ویسین است که در مجرای گوارشی و طی فرآیندهای شیمیایی عمل هضم به دی ویسین تبدیل می‌شود و همولیز گلبول‌های قرمز را در پی دارد.»

### عوارض

دکتر علی اکبری در مورد عوارض بیماری فاویسم می‌افزاید: «مهم‌ترین عارضه بیماری فاویسم صدمه به کلیه‌ها توسط هموگلوبین آزادشده در حالت همولیز حاد است. افرادی که کلسترول خون بالا، تصلب شرایین، دل درد، سنگ اورت، نفخ و اسیداوریک بالا دارند نباید باقلا مصرف کنند. البته اگر به محض بروز علائم، مایعات فراوان به بیمار خورانه شود یا در بیمارستان بستری شود احتمال خطر کم می‌شود.»

### روش‌های کنترل

او در مورد روش‌های کنترل این بیماری یادآوری می‌کند: «اکثر افراد مبتلا به کمبود آنزیم (G6PD) در بدن، ممکن است پس از درمان دوباره با مشکل مواجه شوند. چنین افرادی که در معرض حمله دوباره هستند، باید یاد بگیرند چگونه شرایط را کنترل کنند تا کمتر دچار حملات ناشی از کمبود آنزیم گلوکز ۶ فسفات دهیدروژناز شوند. یکی از بزرگ‌ترین و مهم‌ترین عوامل پیشگیری از ابتلا به فاویسم این است که افراد مستعد نباید غذاها و داروهایی را که باعث ایجاد چنین مشکلی در بدن می‌شود مصرف کنند. البته دوری از استرس و اضطراب نیز نقش مؤثری در کاهش و کنترل این علائم دارد. بهتر است بیمار از پزشک خود بخواهد لیست داروها و مواد غذایی که باعث ایجاد عوارض فاویسم می‌شوند را در اختیارش قرار دهد تا با دانستن این موارد از مصرف آن‌ها خودداری کند.»



عادی با این بیماری مشکل ندارند و یک زندگی طبیعی دارند اما به دنبال خوردن برخی مواد مانند باقلا یا برخی داروها که سوخت‌وساز آن‌ها در بدن باعث تولید مواد اکسید کننده می‌شود مشکل خواهند داشت به‌طوری که اغلب ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از خوردن این مواد یا داروها همولیز شدید رخ می‌دهد. به دنبال آن، پارگی گلبول‌ها در جریان خون یک‌سری علائم خاص را در فرد ایجاد می‌کند. در این شرایط بیمار دچار کم‌خونی، رنگ‌پریدگی و زردی، تهوع و استفراغ، تب و دل درد می‌شود. ادرار پررنگ می‌شود که ناشی از آزاد شدن هموگلوبین در خون و بعد در ادرار است. البته شدت علائم بسته به شدت نقص آنزیمی و شدت تولید مواد اکسید کننده متفاوت است. اولاً برحسب اینکه فعالیت آنزیمی تا چه حد نقص دارد شدت همولیز فرق دارد ثانیاً برخی مواد یا داروها در اثر متابولیسم مواد اکسید کننده در خون آزاد می‌کنند. نوع دارو و میزان ماده اکسید کننده هم در شدت علائم بالینی مؤثر است.»

### درمان

او با اشاره به این مطلب که این بیماری درمان قطعی ندارد و تنها، پیشگیری از تخریب گلبول قرمز و پرهیز از مواجهه با مواد اکسیدان، اقدام مؤثر است



### گزارش

**بیماری فاویسم نوعی بیماری خونی است که از طریق مصرف باقلا (سبز، خام و یا فریز شده)، برخی از داروها و یا ابتلا**

**به بعضی از عفونت‌ها در بدن ظاهر می‌شود. این بیماری فقط از طریق آزمایش خون قابل تشخیص است. بیماری مذکور ارثی است و به دلیل نقص یا کمبود یک آنزیم در گلبول قرمز به‌وجود می‌آید و بیشتر در نواحی شمالی و جنوبی ایران و سواحل دریا شایع است. بررسی‌های سازمان جهانی بهداشت نشان می‌دهد که بیش از ۶۰۰ میلیون نفر در دنیا به این بیماری دچار هستند. این در حالی است که این بیماری در ایران بسیار شایع است، به‌طوری که در برخی مناطق ایران تا چهار درصد شیوع دارد. فاویسم درمان قطعی برای ژن عامل ندارد و تنها پیشگیری از تخریب گلبول‌های قرمز و پرهیز از مواجهه با مواد اکسیدان، اقدام مؤثر در برابر آن است. بیماران در صورت مشاهده علائم باید هرچه سریع‌تر به پزشک مراجعه کنند. تجویز سرم به مقدار کافی و در برخی موارد تزریق خون تنها راه درمان بیماری فاویسم محسوب می‌شود.**

دکتر مجید علی اکبری، متخصص بیماری‌های خونی و عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی در مورد فاویسم «آبیه نو» می‌گوید: «فاویسم در اثر کمبود آنزیم گلوکز ۶ فسفات دهیدروژناز گلبول قرمز ایجاد می‌شود که شایع‌ترین نقص آنزیمی در دنیاست و منجر به ایجاد طیف وسیعی از بیماری‌هایی مانند همولیتیک حاد (گونه‌ای از کم‌خونی که آنتی‌بادی‌های خود شخص، علیه گلبول قرمز خون عمل می‌کنند)، زردی نوزادان و همولیز مزمن گلبول قرمز (پاره‌شدن غیرطبیعی گلبول‌های قرمز) می‌شود. این آنزیم نقش مهمی در احیای اکسیدان‌های تولیدشده در گلبول‌های قرمز ایفا می‌کند. بنابراین زمانی که کودک دچار کمبود این آنزیم مهم در بدن می‌شود و در معرض اکسیدان قرار می‌گیرد به این بیماری مبتلا می‌شود. بروز این بیماری به علت نقص در انجام وظیفه آنزیم مذکور در داخل گلبول قرمز است. داخل گلبول قرمز دو سیستم آنزیمی وجود دارد که برای تولید انرژی به کار می‌رود؛ یکی بر اساس واکنش‌های بی‌هوازی کار می‌کند و ۹۰ درصد تولید انرژی در داخل گلبول قرمز را به‌عهده دارد اما وظیفه مهم دیگر این سیستم آنزیمی، خنثی



### غذاهای ممنوع در بیماری فاویسم



بیماران مبتلا به فاویسم زندگی معمولی دارند و تنها هنگام بروز علائم نیاز به اقدام‌های درمانی پیدا می‌کنند. این بیماری درمان قطعی ندارد و تنها اقدام مؤثر، پیشگیری از بروز حمله همولیز با پرهیز از مواجهه با مواد محرک و مراجعه سریع به پزشک است. تغذیه در بروز این بیماری نقش مؤثری دارد. بعضی از مواد غذایی ممنوع برای بیماران مبتلا به فاویسم شامل موارد زیر است: -انواع سویا و محصولات آن، لوبیا، نخود، نخود فرنگی، عدس و لپه؛ هرچند بیشترین تحریک‌نسبت به باقلا وجود دارد اما به دلیل اینکه تشخیص همولیز خفیف دشوار بوده و در طولانی مدت عوارض قابل ملاحظه‌ای در بدن فرد دارد، بهتر است مبتلایان به فاویسم از مصرف تمامی حبوبات و محصولات تولید شده از آن‌ها پرهیز کنند.

#### ● باقلا:

این ماده غذایی، هزاران سال است جزو رژیم غذایی انسان‌ها در سراسر دنیا محسوب می‌شود و خوردن و حتی بوییدن گل و گرده‌های باقلا نیز عوارض خیلی شدیدی و مهلکی در مبتلایان به فاویسم ایجاد می‌کند. بنابراین به بیماران توصیه می‌شود از خوردن باقلای تازه و خام پرهیز کرده و حتی از کنار مزارع باقلا هم رد نشوند، چون همین کار می‌تواند باعث شکستن گلبول‌های قرمز فرد شود.

#### ● سولفیت‌ها و مواد غذایی حاوی آن‌ها:

سولفیت‌ها به‌عنوان یکی از افزودنی‌های غذایی استفاده می‌شوند و در بسیاری از مواد غذایی وجود دارند. برخی از آب‌میوه‌ها و آب‌سبزی‌ها، نوشابه‌ها، ترشی‌ها و میوه‌های خشک شده سولفیت دارند بنابراین بهتر است برچسب آن‌ها موقع خرید خوانده شود.

#### ● اسید اسکوربیک:

ویتامین (C) اغلب به‌عنوان یکی از مواد افزودنی رایج در صنایع غذایی کاربردی دارد اما در این بیماران مصرف دوزهای بالای آن می‌تواند همولیز را تشدید کند. بنابراین خواندن برچسب مواد غذایی در خصوص این ویتامین ضروری است و نباید در مقادیر زیاد مصرف شود. البته اغلب نیازی به پرهیز از منابع غذایی ویتامین (C) مثل مرکبات (در حد مقادیر معمول مصرفی) نیست.

#### ● ویتامین (K):

این ویتامین وقتی زیاد و به شکل دارویی مصرف شود، به‌ویژه زمانی که در بدو تولد به نوزاد داده می‌شود، منجر به آنمی همولیتیک می‌شود. تجویز ویتامین K به نوزادان مبتلا به نقص (PD6G) می‌تواند منجر به عوارضی همچون آنمی همولیتیک، آسیب مغزی یا کبدی و یا حتی در برخی از موارد مرگ نوزاد شود. بنابراین اطلاع پزشکان از ابتلای نوزاد به فاویسم ضروری است.

#### ● مکمل‌های غذایی یا داروهای حاوی آهن:

قرص فروس سولفات و دیگر داروهای حاوی آهن از دیگر مواردی است که مبتلایان به فاویسم باید از مصرف آن پرهیز کنند. به این دلیل که کم‌خونی این بیماران به هیچ‌وجه ناشی از کمبود آهن نیست، بلکه ناشی از آسیب‌پذیری زیاد گلبول‌های قرمز است که عمر بسیار کمتری از حد معمول دارند. همچنین مصرف مکمل آهن

در این بیماران موجب ازدیاد آهن در بدن شده و در اثر نقص سیستم سم‌زدای گلویتائون در این بیماران، آهن زیاد به‌عنوان اکسیدان عمل کرده و سلول‌های بدن از جمله سلول‌های کبد، غدد، قلب و گلبول‌های قرمز را در معرض آسیب اکسیداتیو قرار می‌دهد.

#### ● محصولات بدون گلوتن:

مصرف این محصولات در مبتلایان به فاویسم ممنوع نیست، بلکه برخی از مواد بدون گلوتن به جای آرد معمولی از آرد باقلا یا سایر حبوبات تهیه می‌شود. بنابراین باید برچسب آن‌ها مطالعه شود.

#### ● برخی از ترکیبات گیاهی:

برخی از ترکیبات گیاهی مانند مصرف عرق یا عصاره گیاه شیرین بیان و همچنین مصرف مقادیر زیاد چای سیاه و یا سبز، می‌تواند مشکل‌ساز باشد.

## طب سنتی و فاویسم



آماده می‌شود که یک عدد سیب رنده شده را داخل ارانه کرده است که برخی از آنها به شرح زیر است:

- بهتر است از مصرف مواد غذایی زیر اجتناب شود: گوشت یا ماهی کنسرو شده، سوپ‌های آماده، چیپس، پنیرهای دارای چربی جایگزین، کره مارگارین، سس مایونز و سایر سس‌های آماده، سوسیس، کالباس و همبرگر، انواع کباب‌های آماده، کلت آماده، ناگت آماده، شنیسل آماده و...، بادام‌زمینی و مواد غذایی حاوی صمغ عربی، لسیترین سویا، صمغ گوار و ژلاتین گیاهی.
- در طب سنتی برای درمان گیاهی فاویسم از داروی ترکیبی صفرابر و سنای مکی استفاده می‌کنند که روش استفاده مخصوصی دارد و باید زیر نظر پزشک متخصص و با تجربه طب سنتی مصرف شود.
- داروی دیگر برای درمان گیاهی فاویسم به این طریق

همانند همه بیماری‌های دیگر، پیشگیری در درمان و مدیریت بیماری فاویسم بسیار اهمیت دارد. راه‌های پیشگیری از این بیماری رعایت موارد زیر است: -خودداری از مصرف خانواده نخودیان (لگومینوزه): باقلا، انواع لوبیا، سویا، انواع نخود، عدس، گیاه خرنوب، کهور -خودداری از مصرف سولفیت‌ها و غذاهای شامل آن‌ها. -منتول و مواد غذایی و فرآورده‌های بهداشتی البته عصاره نعناع طبیعی مشکلی ایجاد نمی‌کند. -خودداری از مصرف رنگ‌های خوراکی مصنوعی، حنا، و نوشابه گازدار.

-مصرف اسید اسکوربیک که در برخی ویتامین‌ها استفاده می‌شود به میزان زیاد مشکل‌ساز خواهد بود.

-خودداری از مصرف بلوبری

- برای تسکین درد یا پایین آوردن تب کودک، هرگز به او آسپرین ندهید و از استامینوفن، فقط با مقداری که پزشک تجویز کرده بهره بگیرید.

- در صورت مراجعه به پزشک و یا مراکز درمانی ابتلا به فاویسم را اعلام کنید تا داروهای بی‌خطر برای فرزندتان تجویز شود.

- از مصرف نفتالین و حشره کش خودداری کنید.

- کودک مبتلا به فاویسم نمی‌تواند و نباید خون خود را اهدا کند.

- فرزندتان باید از خوردن سبزیجات زیاد و بیش از حد معمول پرهیز کند.

- اگر مادری هستید که به کودک‌تان شیر می‌دهید هرگز باقلا و آسپرین نخورید و در مورد مصرف سایر داروها نیز با پزشک مشورت کنید.



- برخی از بیماران که میزان فعالیت آنزیمی در آن‌ها بسیار کم است با استنشاق بوی باقلای تازه و در مواردی حتی عبور از کنار مزرعه باقلا و یا حضور در خانه‌ای که در آن باقلا پاک شده است دچار همولیز می‌شوند. بنابراین نخوردن این ماده غذایی به تنهایی کافی نیست و باید از مواجهه با آن هم پرهیز کرد.

- معمولاً درمان با تجویز سرم به مقدار کافی و در صورت نیاز تزریق خون بر حسب نظر پزشک صورت می‌گیرد. - هرچند خطر بروز فاویسم پس از ۱۰ سالگی کاهش می‌یابد، اما بهتر است همیشه مراقب باشید

- یکی از راه‌های جلوگیری از ابتلا به این بیماری دو لپه کردن باقلا و جوشاندن آن در آب و دور ریختن آب آن است. پخت باقلا در روغن و همراه ادویه‌های گرم مانند آویشن، دارچین، فلفل، میخک و گلپر نیز احتمال این بیماری را کاهش می‌دهد.