المنشور رقم 13: المسكنات المضادة للالتهابات (AIR)

على مدار السنوات القليلة الماضية، ظهر تغيير كبير في تفكيرنا حول علاج الربو. سيتناول هذا المنشور هذا النهج الجديد في تسكين أعراض الربو الحادة، وأسبابه المنطقية، وفوائده. يُطلق على هذا النهج اسم "المسكنات المضادة للالتهابات" ويُعرف اختصارًا بـ (AIR)، وقد ثبت نجاحه في تقليل تكرار نوبات الربو، بما في ذلك النوبات الشديدة التي تتطلب تناول الستيرويدات الفموية للعلاج.

على مدى عقود عديدة، كان نهجنا في علاج الربو يعتمد على أدوية "التحكم" التي تؤخذ يوميًا للوقاية من أعراض الربو وتقليلها، وأدوية "التسكين"، وهي موسعات الشعب الهوائية سريعة المفعول لتخفيف أعراض الربو، وعادةً ما يبدأ مفعولها في غضون بضع دقائق. يمكن علاج بعض الأشخاص الذين يعانون من أعراض الربو العرضية فقط باستخدام "المسكنات سريعة المفعول" فقط، مثل دواء ألبوتيرول (الأسماء التجارية: *ProAir®, Proventil®, Ventolin®*) أو دواء ليفالبوتيرول (الاسم التجاري: *Xopenex®*) الذي يؤخذ حسب الحاجة لتسكين أعراض الربو (أو أحيانًا بشكل وقائي، مثل تناوله قبل ممارسة الرياضة). أما الآخرون الذين يعانون أعراض ربو أكثر إزعاجًا، فيوصف لهم دواء (أدوية) أو أكثر يوميًا للتحكم في الربو بالإضافة إلى تناول "مسكن سريع المفعول" عند الضرورة. المسكن سريع المفعول هو موسع الشعب الهوائية: يعمل على إرخاء العضلات المحيطة بأنابيب التنفس، ما يساعد على توسيع أنابيب الهواء وتحسين التنفس سريعًا. ما يميز هذا العلاج هو مفعوله شبه الفوري في تهدئة أعراض الربو. أما عيبه هو أنه لا يفعل شيئًا لتقليل تواتر تلك الأعراض أو، في بعض الحالات، لمنع تكرارها بعد فترة قصيرة.

تذكر أن السبب الكامن وراء ميل عضلات أنابيب الشعب الهوائية في الربو إلى الانقباض أكثر من اللازم - وفي كثير من الأحيان - هو وجود التهاب مستمر في تلك الأنابيب (راجع المنشور رقم 2: "ما المقصود بوجود 'التهاب' في حالات الربو؟" من Mass General Brigham Asthma Center). لا تفعل موسعات الشعب الهوائية سريعة المفعول شيئًا لعلاج هذا الالتهاب. ومن هنا جاءت فكرة هذا النهج الجديد لأدوية التسكين سريعة المفعول. ماذا لو تم إعطاء الستيرويد المضاد للالتهاب مع كل نفخة من دواء موسع الشعب الهوائية؟ ماذا لو تم إعطاء دواء لإرخاء عضلات الشعب الهوائية مع دواء لتهدئة الالتهاب الكامن في الوقت الذي تشتد فيه أعراض الربو؟ وهنا يأتي دور "المسكنات المضادة للالتهابات".

أهمية هذا النهج الجديد

سيتعرض تقريبًا نصف الأشخاص المصابين بالربو إلى تفاقم أعراض الربو أو "نوبة" على مدار العام؛ وسيصاب حوالي 10% منهم بنوبة شديدة لدرجة أنهم سيحتاجون إلى طلب الرعاية في قسم الطوارئ. على الرغم من أنه صحيح أن شدة الربو أو صعوبة التحكم فيه تزيد من احتمالية الإصابة بنوبة ربو، فإن الأشخاص الذين يعانون أعراض ربو متقطعة أو نادرة يمكنهم أيضًا التعرض لنوبات شديدة قد تكون خطيرة. وبغض النظر عن شدة الربو لديك، تظل الحقيقة أن لديك درجة معينة من الالتهاب الربوي المحدد في جميع أنابيب التنفس لديك. فكلما عانيت أعراض الربو وكنت بحاجة إلى تسكين أعراضه عن طريق أخذ موسعات الشعب الهوائية سريعة المفعول، أليس من الجيد أن تحاول تخفيف هذا الالتهاب بتناول جرعة من الأدوية المضادة للالتهابات (مثل أدوية الكورتيكوستيرويد المستنشقة) (راجع المنشور رقم 4: "الربو والستيرويدات المستنشقة")؟ بالنسبة لأولئك الأشخاص الذين يتناولون بالفعل الستيرويدات المستنشقة يوميًا، فإن هذه الاستراتيجية ستوفر جرعات إضافية من الستيرويدات عند اشتداد الأعراض. تتم معايرة جرعة الستيرويد المستنشق بهذه الطريقة حسب شدة الأعراض: كلما كنت بحاجة إلى موسع الشعب الهوائية سريع المفعول أكثر، زاد عدد المرات التي تتناول فيها الأدوية المضادة للالتهابات لتهدئة الالتهاب الكامن وراء تلك الأعراض.

كيف يتم ذلك؟

يوجد حاليًا 3 طرق يمكنك من خلالها تقديم العلاج المسكن المضاد للالتهابات.

- إذا كان لديك موسع الشعب الهوائية سريع المفعول مثل ألبوتيرول أو ليفالبوتيرول وستيرويد مستنشق منفصل مثل بيكلوميثازون (*Qvar®*) أو بوديسونيد (*Pulmicort®*) أو سيسليسونيد (*Alvesco®*) أو فلوتيكاسون بروبيونات (*Armonair®*), أو موميتازون (*Asmanex®*)، يمكنك ببساطة أخذ نفخة أو نفختين من جهاز استنشاق الستيرويد في كل مرة تستخدم فيها موسع الشعب الهوائية سريع المفعول لتسكين الأعراض (نفخة واحدة من الستيرويد مقابل كل نفخة من موسع الشعب الهوائية). ما عليك سوى الاحتفاظ بجهازي الاستنشاق معًا في جميع الأوقات، في حقيبة أو مربوطين معًا بأربطة مطاطية. وقد أُطلق على هذا النهج الذي يستخدم المسكنات المضادة للالتهابات (AIR) اسم "PARTICS"، وهو اختصار عبارة Patient-Activated, Reliever-Triggered Inhaled Corticosteroid (الكورتيكوستيرويدات المستنشقة المحفزة بالمسكنات المنشطة بواسطة المريض). إن استخدام جهاز استنشاق الستيرويد المنفصل مع موسع الشعب الهوائية سريع المفعول يعمل بشكل جيد خصوصًا إذا كنت تعتمد على موسع الشعب الهوائية *البخاخ* للحصول على تسكين سريع، في هذه الحالة يُوصى بأخذ 5 نفخات من جهاز استنشاق الستيرويد مع كل جرعة من بخاخة المسكن سريع المفعول.

- في عام 2023، تم إصدار جهاز استنشاق جديد يجمع بين الستيرويد المستنشق وموسع الشعب الهوائية سريع المفعول ألبوتيرول في كل نفخة. يُطلق على جهاز الاستنشاق هذا الذي يحتوي على تركيبة بوديسونيد-ألبوتيرول - وهي الكمية المعتادة من ألبوتيرول في كل جرعة - اسم *Airsupra®*، ويتم أخذ نفختين منه حسب الحاجة لتسكين الأعراض. مع هذا الجهاز، تحصل تلقائيًا على جرعة من الدواء المضاد للالتهابات في كل مرة تعالج فيها تشنج عضلات الشعب الهوائية باستخدام موسع الشعب الهوائية. ونظرًا لاحتوائه على ستيرويد مستنشق، يُفضل محاولة شطف فمك بالماء بعد كل استخدام، لتقليل أي خطر للإصابة بعدوى الخميرة في الفم أو الحلق ("القلاع"). تمت الموافقة عليه من إدارة الغذاء والدواء الأمريكية للاستخدام من قِبل الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 18 عامًا فأكثر. والجرعة اليومية القصوى المُوصى بها هي 6 جرعات (12 نفخة) على مدار 24 ساعة.

- يتوفر جهاز استنشاق آخر يجمع بين ستيرويد مستنشق وموسع الشعب الهوائية سريع المفعول. وتختلف تركيبة بوديسونيد-ألبوتيرول المذكورة أعلاه في أن موسع الشعب الهوائية في جهاز استنشاق التركيبة هذا، الذي يُسمى فورموتيرول، له مدة تأثير أطول بكثير من تأثير ألبوتيرول، حيث يستمر تأثيره 12 ساعة تقريبًا. عند استخدامه مرتين يوميًا، يوفر توسعًا مستمرًا في أنابيب الشعب الهوائية ("توسيع الشعب الهوائية") على مدار اليوم. ونتيجة لذلك، تم تقديمه لأول مرة في تركيبة مع الستيرويدات المستنشقة (بوديسونيد أو موميتازون) باعتباره علاجًا مستمرًا ومنتظمًا للأشخاص الذين يعانون نوبات ربو متوسطة، ويتم أخذه يوميًا - مرتين يوميًا - للتحكم في الأعراض. ومع ذلك، يعمل فورموتيرول أيضًا بسرعة، بنفس سرعة ألبوتيرول، لذا يمكن استخدامه لتسكين الأعراض سريعًا. في أوروبا وأجزاء أخرى من العالم، ومع تزايد استخدامه في الولايات المتحدة، يُوصف جهاز استنشاق تركيبة بوديسونيد-فورموتيرول (*Breyna®* أو *Symbicort®*) لحالات الربو الخفيفة والمتقطعة. في بعض الأشخاص الذين يعانون أعراض ربو خفيفة والذين تم وصف ستيرويد مستنشق لهم يوميًا وألبوتيرول عند الحاجة، أثبت استخدام جهاز استنشاق بوديسونيد-فورموتيرول الذي يؤخذ حسب الحاجة أنه بديل فعال ومستحب.

يمكن للأشخاص الآخرين الذين يعانون أعراض ربو شديدة، والذين يستخدمون جهاز استنشاق تركيبة بوديسونيد-فورموتيرول مرتين يوميًا، أيضًا استخدام جهاز استنشاق بوديسونيد-فورموتيرول لتسكين الأعراض بسرعة، ما يتيح لهم تطبيق استراتيجية المسكنات المضادة للالتهابات باستخدام جهاز استنشاق واحد فقط. يُشار إلى هذا النهج العلاجي، الذي يستخدم جهاز استنشاق بوديسونيد-فورموتيرول لكل من العلاج اليومي المستمر والتسكين السريع للأعراض دون الحاجة إلى استخدام جهاز استنشاق ألبوتيرول منفصل، باسم Single-Inhaler for Maintenance and Reliever

Therapy (جهاز استنشاق واحد للعلاج المستمر والتسكين) أو SMART. كما هو الحال مع جهاز استنشاق بوديسونيد-ألبوتيرول، فإن الجرعة اليومية القصوى المُوصى بها من تركيبة بوديسونيد-فورموتيرول هي 6 جرعات (12 نفخة) على مدار 24 ساعة.

ما هي الفوائد؟

الأهم من ذلك، أن استخدام العلاج المسكن المضاد للالتهابات يقلل من احتمالية حدوث نوبة ربو، بما في ذلك (ولا سيما) نوبات الربو الشديدة التي تتطلب رعاية طارئة وعلاجًا باستخدام البريدنيزون أو أي ستيرويد فموي آخر. ولقد تم إثبات هذه الفائدة في العديد من التجارب البحثية الدقيقة التي أجريت على أشخاص ذوي درجات مختلفة من شدة نوبات الربو. فالعديد من المرضى أفادوا بتحسن في مستوى رضاهم عن التحكم في الربو عند استخدام العلاج المسكن المضاد للالتهابات. وبعضهم يقدرون الراحة التي يوفرها جهاز استنشاق واحد يمكن استخدامه للعلاج اليومي المستمر وكذلك لتسكين الأعراض بشكل سريع حسب الحاجة. وآخرون من ذوي الربو الخفيف نسبيًا سعداء بالاستعاضة عن الحاجة إلى استخدام الستيرويد المستنشق يوميًا باستخدام دواء يمكنهم استخدامه فقط عند الحاجة، بناءً على أعراضهم.

اعتبارات أخرى

هل يوجد أي سلبيات محتملة لتطبيق العلاج المسكن المضاد للالتهابات؟ نعم. قد يؤخذ في الاعتبار تكلفة أجهزة الاستنشاق المحددة؛ وزيادة خطر التهيج في الحلق و/أو الإصابة بالقلاع نتيجة استخدام الستيرويد المستنشق؛ وعدم وجود فائدة لدى فئة من مرضى الربو الذين لا يستفيدون بشكل كبير من تأثير الستيرويدات المستنشقة.

هل العلاج المسكن المضاد للالتهابات آمن أثناء الحمل والرضاعة؟ نعم. فالأدوية آمنة على الأم والجنين؛ وكاستراتيجية دوائية تقلل من خطر حدوث نوبات الربو، فهي ليست آمنة فحسب بل مستحبة أيضًا.

هل يمكن استخدام مضادات الالتهاب المنقذة قبل ممارسة الرياضة، مثل ألبوتيرول أو ليفالبوتيرول، للوقاية من أعراض الربو الناتجة عن ممارسة الرياضة؟ نعم. رغم أن الستيرويد المستنشق ليس ضروريًا في تلك الحالة، فإن المسكنات المضادة للالتهابات الموجود في أجهزة الاستنشاق التي تحتوي على تركيبة الستيرويد وموسع الشعب الهوائية ستكون فعالة في إضعاف التأثير الذي قد تحدثه التمارين الرياضية في إثارة أعراض الربو. وإذا كنت تمارس الرياضة بانتظام (أي عدة مرات في الأسبوع أو أكثر) ولا تحتاج إلى دواء موسع للشعب الهوائية سوى للوقاية من الأعراض الناتجة عن التمارين الرياضية، فقد ترغب في مناقشة ذلك مع مقدم الرعاية الصحية لمعرفة ما إذا كان جهاز الاستنشاق الموسع للشعب الهوائية دون الستيرويد سيكون أكثر ملاءمة للاستخدام قبل ممارسة الرياضة أم لا.

في أثناء نوبة الربو الحادة، هل من الآمن أخذ 4 نفخات في المرة الواحدة من تركيبة تحتوي على مسكن مضاد للالتهابات، كما هو الحال مع جهاز استنشاق ألبوتيرول؟ نعم. قد تكون النفخات الإضافية من دواء الستيرويد مفيدة في تهدئة النوبة الحادة. حاول تقليل الجرعة الإجمالية في اليوم الواحد إلى 12 نفخة.

إذا كنت أستخدم جهاز استنشاق ألبوتيرول 4 مرات يوميًا بانتظام، فهل يمكنني استبداله بجهاز استنشاق يحتوي على تركيبة بها مسكن مضاد للالتهابات يتم استخدامه 4 مرات يوميًا؟ لا. لا ينبغي تناول ألبوتيرول أو ليفالبيوتيرول في مواعيد منتظمة. من المفترض أن يتم تناوله عند الحاجة فقط، لتسكين الأعراض أو قبل ممارسة الرياضة. فلا توجد فائدة من تناول ألبوتيرول في مواعيد منتظمة. وكذلك، يجب تناول المسكنات المضادة للالتهابات فقط عند الحاجة، بناءً على الأعراض.