



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



الحمية الكيتوجينية والصرع

Ketogenic Diet and Epilepsy

الحمية الكيتوجينية.

هي الحمية التي تؤدي إلى تصنيع مادة الكيتون في الجسم، وهذه الحمية تحتوي على مستوى عالٍ من الدهون ومنخفض من الكربوهيدرات والبروتينات حسب الاحتياج.

المؤهلين لاتباع الحمية الكيتوجينية:

يستخدم الجسم غالباً الكربوهيدرات مصدراً للطاقة، ويعتبر الجلوكوز العنصر الرئيسي من الكربوهيدرات. يصنع الكيتون عندما يستخدم الجسم الدهن مصدراً للطاقة، وبالنسبة لبعض الأشخاص المصابين بالصرع فإن قيام أجسامهم بإنتاج الكيتون يساعدهم على منع حدوث النوبات، حيث توصف الحمية الكيتوجينية لمرضى الصرع الذين لم ينجح معهم التدخل الجراحي أو الذين استخدموا دوائيين أو أكثر بدون نتيجة.

طريقة الحمية الكيتوجينية:

يقوم الفريق الطبي بإدخال المريض إلى المستشفى وتنويمه، وهناك يبدأ التعامل مع المريض من الناحية الاجتماعية والغذائية والدوائية. وبالنسبة للمرضى الذين لا يستطيعون الأكل أو المضغ، فإن الأمر سهل للغاية، إذا أعطون غذاء متكامل يحتوي على المواد المصنعة للكيتون بالإضافة للبروتينات والفيتامينات والمعادن والقليل من النشويات. أما من لديهم القدرة على الأكل فتقوم أخصائية التغذية بتدريب الأمهات على كيفية إعداد وجبات الطعام، والتي أصبح إعدادها أيسر كثيراً مما قبل، خلال فترة تواجد الطفل في المستشفى وتقوم بالمتابعة معها دورياً في عيادة التغذية.

المعدل العمري للحمية الكيتوجينية:

هذه الحمية صالحة للأطفال ما بين عمر السنة وحتى عمر الخامسة عشر.

ما هو داء الصرع:

هو تغير مفاجئ لوظيفة من وظائف الدماغ، وذلك بسبب وجود شحنات كهربائية غير طبيعية، وينتج عنه نوبة تشنج، وتختلف مظاهر نوبة التشنج تبعاً لمنطقة الدماغ المصابة.

أسباب داء الصرع:

أغلب حالات الصرع لا يعرف سببها، ويدعى هنا (الصرع البدائي)، وقليل من الحالات يعرف سببها ويدعى هنا (الصرع الثانوي).

وأكثرها شيوعاً:

أورام الدماغ

التهاب المخ أو السحايا

نقص الأكسجين الشديد
للطفل، بسبب عسر
الولادة أو نزف الدماغ

السكتة الدماغية
(جلطة الدماغ)

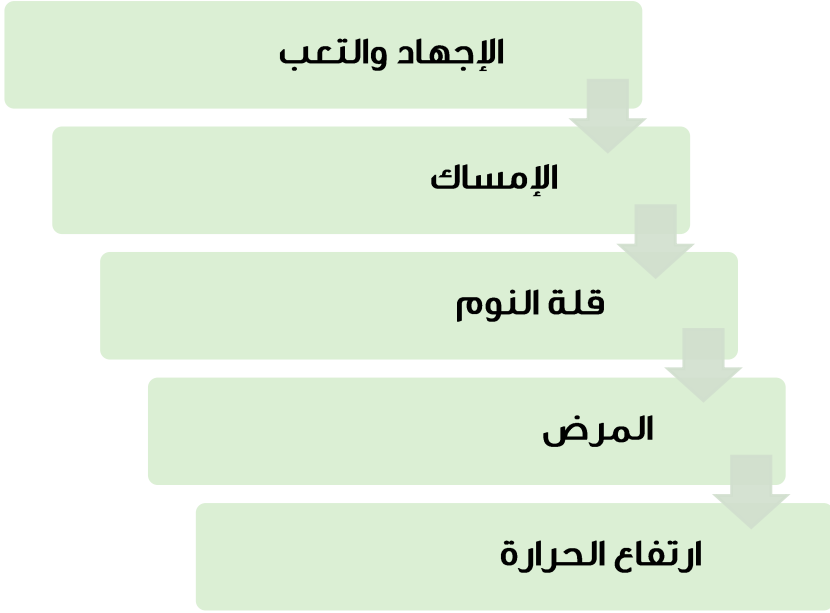
اضطراب المواد
الكيميائية في الدم
كنقص الأملاح و السكر

تشوهات خلقية في
الدماغ

رضوض الرأس الشديدة

الاضطرابات الأيضية
(الاستقلاب أو التمثيل
الغذائي)

عوامل محفزة لظهور الصرع:



علاج داء الصرع:

وينقسم لنوعين:

علاج السبب إذا كان معلوماً ك:

استئصال الورم أو معالجة الالتهاب ونحوه وقد يزول الصرع نهائياً أو يقل حدوث النوبات.

علاج النوبات:

عن طريق الأدوية أو بالحمية الكيتوجينية.

طريق الحساب بالحمية الكيتوجينية:

العملية الحسابية للحمية لا بد أن يقوم بها أخصائي التغذية العلاجية المختص في الغذاء الكيتوني وطبيب الأطفال المختص بالأعصاب.

ملاحظات مهمة:

- لا يسمح للطفل بتناول وجبات خفيفة أو حلوى إضافية، لأن الحمية محسوبة حساباً دقيقاً، وإلا فسيحدث خلل في الحمية قد يتبعه نتائج سيئة.
- عبارة خالية من السكر على الملصق الغذائي لا تعني خلوه من الكربوهيدرات.
- يجب مراعاة كمية السوائل في الحمية والتقييد بها، والحرص على أخذ الكمية الموصى بها من قبل الأخصائية.

الآثار الجانبية:

مثل سائر الأدوية المعالجة للصرع، اتباع الحمية الكيتوجينية له آثار جانبية بعضها يزول إذا تمت معالجتها سريعاً. تشمل هذه الآثار على:

- الجفاف.
- الإمساك.
- المضاعفات من حصوات الكلى أو المرارة.

ولذلك يقوم الفريق الطبي بالمتابعة المستمرة لحالة المريض.

ماذا يحتاج الطفل للحمية الكيتوجينية؟



✓ مقياس لوزن المواد الغذائية.

✓ حايفة مرنة.

✓ حايفة بلاستيك صغيرة لتخزين الطعام.



✓ كوب قياس ملحوظ ب ميليلتر.

✓ المايكروويف أو غلاية ماء.

✓ شرائط اختبار نسبة الكيتون

في البول.

✓ كرة قطنية لجميع البول

للأطفال الذين يرتدون حفاضات.



لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم التغذية العلاجية للأطفال



HEM1.17.000551

