

## صيام رمضان وأمراض الكبد:

# بحث مرجعي مع نصائح وتوصيات إكلينيكية

### المشاركون :

د/محمد عمارة - أستاذ مساعد أمراض الكبد والجهاز الهضمي والأمراض المعدية بطب كفر الشيخ.

د/حنان سليمان - أستاذ طب المناطق الحارة والأمراض المعدية بطب طنطا.

د/محمد النادري - أستاذ أمراض الكبد والجهاز الهضمي والأمراض المعدية بطب الأزهر.

د/عبادة سعيد - أستاذ أمراض الكبد والجهاز الهضمي و الأمراض المعدية بطب بنها.

د/شريف عبدالسلام - أستاذ مساعد طب المناطق الحارة والأمراض المعدية بطب طنطا.

د/حسن الباتح - أستاذ أمراض الكبد والجهاز الهضمي والأمراض المعدية بطب كفر الشيخ.

د/طارق زاهر - أستاذ الأمراض المتوطنة بطب الزقازيق.

د/شمردن عزالدين بازيد - أستاذ طب المناطق الحارة والجهاز الهضمي بطب قنا جامعة جنوب الوادي.

د/أحمد عبدالرازق - أستاذ طب المناطق الحارة بطب المنصورة.

د/سالم يوسف - أستاذ الباطنة العامة

وحدة الكبد والجهاز الهضمي بطب الزقازيق.  
د/عاصم الفرت - أستاذ طب المناطق الحارة والأمراض المعدية بطب طنطا.

### الملخص

صوم شهر رمضان ركن من أركان الإسلام وواجب على المسلمين البالغين الأصحاء. لكن يوجد العديد من الاستثناءات والإعفاءات من الصيام في هذا الشهر وتشمل المرضى الذين يخشى أن تتفاقم أمراضهم من أثر الصيام.

كثيراً ما يتردد مرضى الكبد المسلمون على العيادات والمستشفيات لطلب المشورة الطبية لإمكانية الصيام من عدمه. الإجابة على تساؤلات واستفسارات هؤلاء المرضى نحو الفوائد والمخاطر من الصيام وتقديم أفضل الرعاية الطبية لهم جعلتنا نبحت وندرس بشكل علمي في كل الدوريات والمجلات العلمية العالمية عن الدراسات التي تمت في السنوات الماضية في هذا الصدد لتقديم دليل طبي مرجعي يستند إليه في تقديم المشورة الطبية الصحيحة لمعظم مرضى الكبد الذين يرغبون في الصيام. ولقد حددنا هذا السؤال البحثي:

«هل يتأثر مريض الكبد سلبيًا بسبب صيام شهر رمضان مقارنة بالمريض الذي لم يصم؟» قمنا بتحليل للمقالات البحثية المختلفة



الرابع من أركان الإسلام، ومع أن صيام هذا الشهر واجب على البالغين والأصحاء إلا أن هناك استثناءات فقهية من الصيام وتشمل الفئات المستثناة من الصيام: الأطفال، السيدات الحوامل والمرضعات، أثناء الدورة الشهرية عند السيدات، أثناء السفر الطويل، المرضى الذين يخشى على حالتهم من الصيام. أما بالنسبة للمرضى فينقسم فيهم الرأي الشرعي إلى قسمين، القسم الأول: مرضى يرجى شفاؤهم وهؤلاء يمكنهم الإفطار أثناء مرضهم في رمضان مع القضاء لاحقاً عندما يبرءون تماماً، القسم الثاني: وهم أصحاب الأمراض المزمنة المعرضون حتماً للضرر من الصيام وهؤلاء لا يصومون مطلقاً.

شهر رمضان هو الشهر التاسع من أشهر السنة الهجرية القمرية، وهي أقل بتسعة أيام عن التقويم الشمسي، ومن ثم فإن شهر رمضان يدور حول العام ويحل على مدار الدهر في الفصول الأربعة من السنة، وأيضاً تتفاوت ساعات الصيام والتي قد تصل إلى ١٨ ساعة خاصة في الأماكن القريبة من القطبين، كما هو معلوم فالمسلم يصوم من الفجر وحتى الغروب، ويمنع المرء أثناء الصيام من الأكل والشرب والتدخين وأخذ الأدوية عن طريق الفم بالإضافة إلى الضوابط الأخلاقية الأخرى، ويتناول الصائمون وجبتهم الأولى (وجبة الإفطار) وقت المغرب، ووجبتهم الثانية قبيل الفجر (وجبة السحور) ويباح الأكل والشرب فيما بينهما.

الأدلة بعناية لاستخلاص النصائح والتوصيات، وكان من أهمها أن صيام رمضان مفيد في مرضى التهاب الكبد الدهني غير الكحولي وقد يكون مؤدياً في مرضى تشمع الكبد الغير متكافئ. أما مرضى تشمع الكبد المتكافئ والمرضى الذين قاموا بعمل زراعة الكبد ولا يوجد عندهم مضاعفات فيجب تقييمهم قبيل شهر رمضان ومتابعتهم أثناء الصيام متابعة صارمة.

### أهم النقاط:

- ١- الصيام مفيد جداً لمرضى الكبد الدهني.
- ٢- الصيام ضار لمرضى التهاب الكبد الحاد، مرضى التشمع (التليف) الكبدي غير المتكافئ فئة «ب» و«ج» ومرضى قرحة المعدة.
- ٣- مرضى التهاب الكبد المزمن، التشمع الكبدي المتكافئ فئة «أ»، مرضى زراعة الكبد المستقر، ومرضى متلازمة جيلبرت (ارتفاع نسبة الصفراء الغير مباشرة في الدم) يمكنهم الصيام مع تقييم شامل قبل شهر رمضان والمتابعة المستمرة أثناء الصيام.
- ٤- المشروبات الشعبية المشهورة أثناء رمضان خاصة العرقسوس تحتاج الى الحيطه بسبب تفاعله مع عدد من الأدوية وقدرته على حبس الملح والسوائل بالجسم. بعض المشروبات الأخرى مثل التمر هندي والخروب يمكن أن يتناولها مرضى الكبد بأمان.

### المقدمة

صيام شهر رمضان المبارك هو الركن





ي صاحبه ارتفاع مفاجئ ومستمر بوظائف الكبد لمدة لا تزيد عن ٦ أشهر، ونظرا لخطورة الصيام في مثل هذه الحالات لا توجد دراسات مرجعية لنتائج صيام رمضان في حالات التهابات الكبد الحادة الفيروسية أو غيرها. إن أعراض التهاب الكبد قد تستمر لبضعة أسابيع وتشمل ارتفاع بدرجة الحرارة في بعض المرضى والشعور بالإعياء وفقدان الشهية والقيء واصفرار العينين مع ارتفاع معدل إنزيمات الكبد ونسبة الصفراء بالدم، وعلاج هؤلاء المرضى يكون في الأساس عن طريق العلاج التدايمي والتحفزي. ويتمثل في تغذية صحيحة وتناول وجبات صغيرة على فترات متقاربة خلال اليوم؛ لكي يتم هضمها وامتصاصها بشكل جيد ولكي تمد الكبد بصفة خاصة والجسم بصفة عامة بالطاقة اللازمة له، وهذا يتعارض مع صيام رمضان.

أحيانا يتطلب مرضى التهابات الكبد الحادة دخول المستشفى وتناول الغذاء والعلاج عن طريق التغذية الوريدية بالمحاليل؛ وذلك نظرا لوجود قيء مستمر لا يسمح بتناول أي شيء عن طريق الفم مما قد يعرض هؤلاء المرضى إلى الجفاف ومضاعفاته، وبهذا فإن صوم رمضان بالنسبة لمرضى التهابات الكبد الحادة قد يكون ضارا جدا بل ويكون محرما من الناحية الشرعية لأنه قد يؤدي إلى مضاعفات وخيمة لهذا لا نتوقع وجود دراسات مستقبلية عن صوم رمضان مع وجود التهابات الكبد الحادة. لكن مرضى التهاب الكبد الحاد

تتنوع أمراض الكبد بين أمراض حادة وأمراض مزمنة. يقصد بالأمراض المزمنة تلك التي تصيب المريض لمدة تتجاوز ستة أشهر وتتميز هذه الفئة من الأمراض بوجود درجات متفاوتة من الالتهاب والتليف داخل نسيج الكبد ويقدر معدل انتشارها حول العالم بـ ٨٤٤ مليون مريض.

في ظل وجود أكثر من ٢ مليار مسلم حول العالم وانتشارهم في جميع القارات والانتشار الكبير لأمراض الكبد، فإن الأطباء حول العالم سيواجهون حتماً عدداً كبيراً من المرضى المسلمين المصابين بأمراض الكبد المختلفة والذين تهفو أنفسهم لصيام هذا الشهر، لكن الأطباء سيجدون أنفسهم في مأزق حين يحدثون مرضاهم عن الفوائد المرجوة والمخاطر المتوقعة من الصيام بسبب غياب الدليل الطبي العلمي على ما يوجهونه من نصائح وتوصيات، وكان هذا هو الدافع للمؤلفين لإجراء هذا البحث المرجعي وتحليل الأدلة العلمية المتاحة؛ لتوجيه نصائح وإرشادات مبنية على أساس علمي ترشد الأطباء والمرضى على حد سواء فيما يخص أمراض الكبد.

### طرق البحث

قد قمنا بالإجابة على عدة أسئلة نوردها فيما يلي:

### هل صيام رمضان آمن لمريض التهاب الكبد الحاد؟

التهاب الكبد الحاد هو التهاب نسيج الكبد



مستقرة وتكون نسبة الصفراء في معدلاتها الطبيعية، ولا يوجد استسقاء ولا توجد غيبوبة كبدية ويستطيع المريض في هذه الحالة أن يعمل لأكثر من ثماني ساعات.

المرحلة الثانية وتسمى المرحلة (B) (ب) وهذه المرحلة تتميز بوجود استسقاء وتورم بالقدمين ويستجيب المريض في هذه المرحلة للعلاج، كما أن المريض يعاني من عدم القدرة على التركيز في هذه المرحلة وتعرضه في بعض الأوقات إلى فقدان الوعي وهناك بعض السيولة في الدم والقابلية للنزف.

المرحلة الثالثة وهي المرحلة (C) «ج» ويكون فيها كبد المريض في طريقه إلى الفشل التام ويكون الاستسقاء في هذه الحالة شديداً، كما أن الغيبوبة الكبدية تكون متكررة وفي هذه المرحلة أيضا يحدث نزف شديد من دوالي المريء، ويكون المريض غير قادر على العمل بأي جهد ذهني أو بدني. وتندرج المرحلة الثانية والثالثة تحت تصنيف «تشمع / تليف غير متكافئ وظيفياً».

وفي حقبة الطب المبني على الدليل يبرز التساؤل: هل أثبتت الدراسات العلمية الموثوقة أن مريض التشمع (التليف) الكبدية يتأثر بصيام رمضان؟

إن الدراسات المنضبطة التي أجريت في هذا الموضوع سواء في مصر أو العالم محدودة للغاية، ويرجع ذلك إلى صعوبة إيجاد مجموعة ضابطة، حيث يفضل معظم المرضى الصيام؛ طمعا في أجره العظيم بغض النظر عن حالتهم

يخضعون للقاعدة الشرعية التي تقضي بالقضاء بعد التماثل الكامل للشفاء، حيث يبرأ معظم هؤلاء المرضى تماما من التهاب الكبد الحاد.

## هل يصوم مريض التشمع (التليف) الكبدية؟

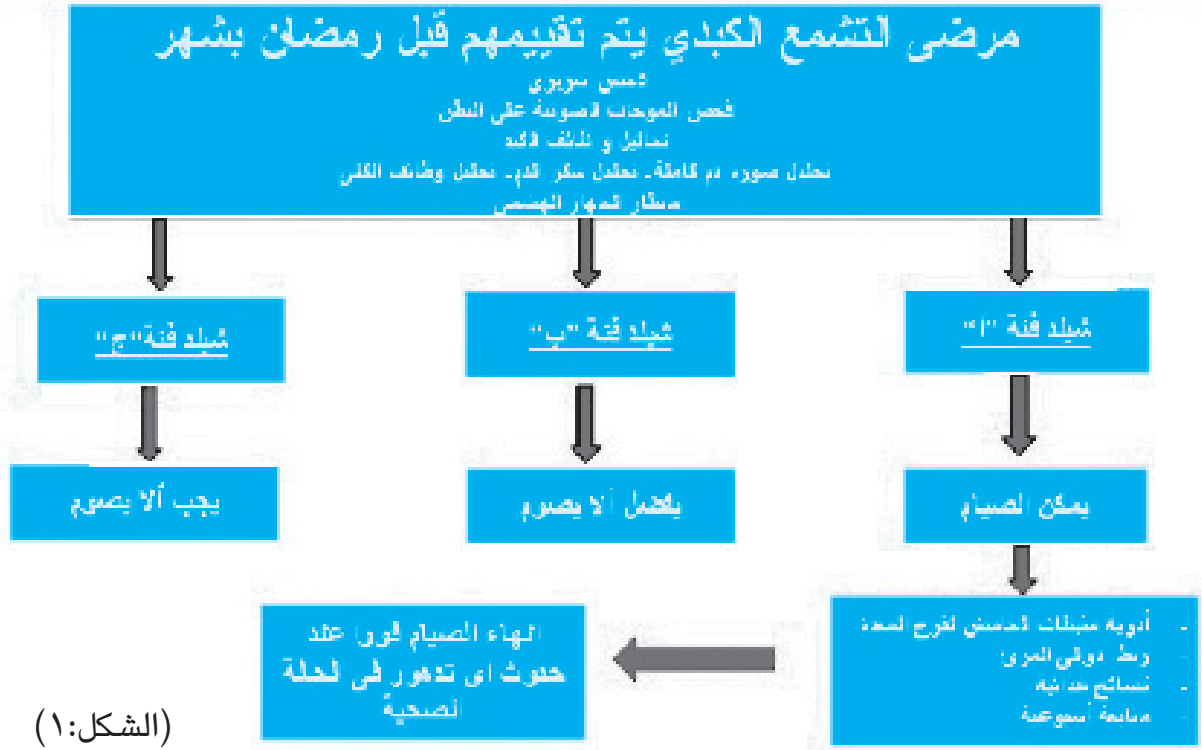
يقصد بالتشمع الكبدية وجود درجة متقدمة من التليف داخل نسيج الكبد تؤدي إلى تغيرات شكلية ووظيفية بالكبد، وكما أسلفنا غالبا ما يستخدم اللفظان التشمع والتليف لنفس المقصد. من البدهي أن أي خلل في البناء النسيجي للكبد -كالذي يحدث في حالات التشمع (التليف) الكبدية- ينتج عنه قصور في أداء خلايا الكبد لوظائفها، ولما كانت رحمة الله سبحانه وتعالى قد قضت بأن يخلق لكل عضو في الجسم قدرا من الخلايا الاحتياطية، فإن التليف الكبدية في مراحله الأولى لا يكون مصحوبا بخلل وظيفي ويسمى في هذه الحالة «تشمع / تليف متكافئ» أما إذا تجاوزت هذه المرحلة وظهرت علامات القصور الوظيفي أو الفشل الكبدية فيسمى «تشمع / تليف غير متكافئ».

ولقد عكف العلماء على تطوير مقياس يقيم حالة الكبد الوظيفية يسمى مقاس تشيلد.

ينقسم تليف الكبد طبقا لهذا التصنيف إلى ثلاث مراحل:

المرحلة الأولى تسمى (A) (أ)، وتعني وجود «تشمع / تليف متكافئ وظيفياً». وفيها يستطيع المريض أن يعمل وتكون حالة الكبد





(الشكل: ١)

في حالة الصيام. ويجب ألا يتخرج الأطباء من نصحتهم بعدم الصيام خاصة إذا كان المريض مصاباً بالبول السكري، حيث يقوم الكبد السليم بالدور الأكبر في إمداد الجسم بالسكر المخزن عند الحاجة، وبالتالي يكون الصيام خطراً مضاعفاً على مريض التليف الغير متكافئ المصاب بالسكري. ونحن نوصي الأطباء بتقييم شامل كما هو موضح في الشكل (١) لمرضى التشمع قبل شهر رمضان وتحديد من هو المريض الذي يمكنه الصيام بأمان ومن يجب ألا يصوم؟.

الشكل ١: رسم توضيحي للتقييم المقترح لمرضى التشمع الكبدي قبل السماح لهم بالصيام، بعد تقييم المريض يتم تصنيفه على مقياس شيلد، وهو مقياس لكفاءة الكبد الوظيفية.

الصحية. لذلك فإن معظم الدراسات كانت على شكل متابعة لهؤلاء المرضى قبل وأثناء وبعد الشهر الفضيل لتسجيل مدى تحسن أو تدهور الحالة وقد خلصت تلك الدراسات إلى ما يلي: لا يشكل صيام رمضان عبئاً صحياً على مريض التليف الكبدي الذي يتمتع بوظائف كبد طبيعية (كبد متكافئ). وبالتالي يمكنه الصيام بشكل آمن ما لم تكن لديه مشاكل صحية أخرى تحول دون ذلك. بينما مرضى الكبد الذين يعانون من تليف غير متكافئ أو من سبق له الإصابة بأي من هذه الأعراض (استسقاء بالبطن، ارتفاع بنسبة الصفراء نتيجة قصور كبد، غيبوبة كبدية، قيء دموي، حرقن أو ربط لدوالي المريء) يكونون أكثر عرضة للإصابة بالمضاعفات التي قد تصل إلى تهديد حياتهم



بمستواها قبل شهر رمضان. وكشفت دراسة أخرى أجريت على ٥٠ مريضاً من مرضى الكبد الدهني أن صيام رمضان مرتبط بانخفاض الأنسولين في الدم ومستوى الإنزيمات وضغط الدم الانقباضي والانبساطي، مع زيادة نسبة الكوليستيرول النافع بعد متوسط ٢٧ يوماً من الصيام، مما يشير إلى أن صيام رمضان قد يحسن دهون الكبد.

كما وجد أن صيام رمضان يحسن التشحم الدهني للكبد كما تم قياسه من خلال درجات الموجات فوق الصوتية في مرضى الكبد الدهني، ووجدت دراسة حديثة ركزت على تأثير صيام رمضان على مرضى الكبد الدهني غير الكحولي انخفاضاً ملحوظاً في مستويات الكوليستيرول الكلية، وتحسين إنزيمات الكبد وكذلك شدة الدهون الكبدية في مرضى الصيام مقارنة بالمجموعة الأخرى، وكشفت نفس الدراسة عن تحسن كبير في مقاييس كتلة الجسم البشري وكذلك نسب الجلوكوز بالدم وأنسولين البلازما ومقاومة الأنسولين.

وبناء على الدراسات السابقة، قد يؤدي صيام رمضان إلى تحسين مرض الكبد الدهني غير الكحولي بشكل أساسي نتيجة إنقاص الوزن بعد الصيام. استخدمت دراسة حديثة نظاماً غذائياً لتقليل الوزن لكل من مرضى التدهن الكبدي النحاف والبدناء، ووجدت تحسناً ملحوظاً في أمراض الأنسجة في كلا المجموعتين بعد عام واحد من إنقاص الوزن. ومن ثم نوصي بشدة مرضى التدهن

## هل صيام رمضان مفيد لمرض الكبد الدهني غير الكحولي؟

يُعد مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD) مشكلة صحية عالمية خطيرة، ولقد أظهرت الدراسات التي أجريت على تأثير صيام رمضان من الفجر حتى غروب الشمس، مثل نموذج التغذية المقيدة بالوقت، تحسناً كبيراً في مؤشر كتلة الجسم، وخصائص الدهون في الدم ومعايير الإجهاد التأكسدي.

ولقد أظهرت العديد من الدراسات أن فقدان الوزن بشكل كبير يحدث خلال شهر رمضان على الرغم من استهلاك نفس السعرات الحرارية اليومية، إضافة إلى التحسن الملحوظ في كتلة الدهون لدى الأشخاص الأصحاء والذين يعانون من أمراض الشرايين التاجية والأمراض الدماغية الوعائية ومتلازمة التمثيل الغذائي.

وهناك دليل على تحسن في مستوى الدهون والتشحم الكبدي النسيجي بعد تقييد تناول الطاقة وفقدان الوزن، حيث أظهر المرضى الذين صاموا تحسناً ملحوظاً في انخفاض متوسط محيط الورك ومؤشر كتلة الجسم مع تغيرات كبيرة في الأوعية الدموية والعملية الالتهابية ومقاومة الأنسولين ودهون الكبد.

ولقد أظهرت الأبحاث انخفاضاً في مستوى دلائل الالتهابات (الإنترلوكين) وكذلك إنزيمات الكبد بشكل ملحوظ في المرضى الذين يعانون من متلازمة التمثيل الغذائي بعد الصيام مقارنة





في مرضى التشمع (التليف) الكبدي، وكما أسلفنا أن هناك زيادة في إفراز حامض المعدة وإنزيم الهضم خلال النهار، وغالبًا ما يكون هناك اعتلال في تخثر الدم ونقص الصفائح الدموية بين مرضى التليف الكبدي، وبالتالي، هناك خطر حقيقي للإصابة بنزف القرحة الهضمية بين مرضى التليف الكبدي. وعليه فيجب أن يفكر الأطباء في فحص مرضى التليف الكبدي بمنظار الجهاز الهضمي - جنبًا إلى جنب مع التقييمات الأخرى كما هو موضح في الشكل (١) قبل السماح لهم بالصيام. يُنصح بالعلاج الوقائي بمثبطات حامض المعدة للقرحة الهضمية غير المصحوبة بأعراض خلال شهر رمضان، والذي سيقفل في نهاية المطاف من مخاطر حدوث مضاعفات القرحة ويخفف من أعراض عسر الهضم الشائعة أثناء النهار.

خلال شهر رمضان، يتناول الصائمون عادةً وجبتين (وأحيانًا وجبة خفيفة في منتصف الليل)، وجبة ثقيلة في وقت الإفطار وأخرى في السحور. بعد صيام طويل خلال النهار، يتناول الناس غالبًا وجبات أكثر حجمًا ودسمًا مما يأكلونه في غير شهر رمضان ويصحب ذلك زيادة في تدفق الدم بالوريد البابي قد تؤدي في نهاية المطاف لخطر الإصابة بنزف الدوالي.

وتفسير هذا يرجع إلى حالة ارتفاع ضغط الوريد البابي لدى هؤلاء المرضى حيث وُجد أن تدفق الدم بالوريد البابي مرتفع أثناء

الكبدي سواء الذين يعانون من السمنة أو النحافة بالصيام في شهر رمضان خاصةً مع التعديلات الغذائية التي تؤدي إلى فقدان الوزن؛ لأن معظم الآثار المفيدة التي تم الإبلاغ عنها في مرضى التدهن الكبدي بعد الصيام كانت مرتبطة بفقدان الوزن.

### هل يؤثر صيام رمضان على الدورة الوريدية البابية ونزف الجهاز الهضمي (دوالي المريء) ؟

يرتبط الصوم أثناء النهار بزيادة إفراز حامض المعدة وإنزيمات الهضم مما يعرض المرضى لآثارهم الضارة، وهي أعراض عسر الهضم وخطر تنشيط القرحة الهضمية وبالتالي مضاعفاتها مثل النزف وتكرار النزف بل وأحيانًا ثقب بالمعدة. هناك أدلة متزايدة تبين أن خطر الإصابة بنزف الجهاز الهضمي العلوي الحاد يزداد خلال شهر رمضان، وهذه الزيادة ناتجة بشكل رئيس عن القرحة الهضمية وخاصة قرحة الاثني عشر. ومن ثم، يُوصي معظم أطباء الجهاز الهضمي بعدم صيام المرضى الذين يعانون من القرحة الهضمية النشطة. والمرضى الذين يعانون من القرحة غير النشطة يجب أن يعالجوا قبل شهر رمضان، وأيضا يتم فحصهم ومعالجتهم من جرثومة المعدة الحلزونية قبل بداية الصيام إذا لزم الأمر وكذلك الاستمرار في أخذ علاج مثبطات حامض المعدة أثناء الصوم.

هناك دليل في الأبحاث العلمية يوثق انتشار القرحة الهضمية عديمة الأعراض



عن الدوالي والقرحة الصامتة والعلاج إذا لزم الأمر. سيقبل هذا حتما من خطر النزف خلال الشهر الكريم (الشكل ١).

### هل يمكن لمريض الالتهاب الكبدي

#### المزمن أن يصوم رمضان؟

ليس هناك الكثير من البيانات المتوفرة حول مدى تأثير صيام شهر رمضان المعظم على المرضى الذين يعانون من التهاب الكبد المزمن. وهذا قد يختلف من مريض إلى آخر وفي المجمل يمكن لمريض الالتهاب الكبدي المزمن أن يصوموا بمعدل أمان كبير بعد استشارة الطبيب المتخصص قبيل شهر رمضان وتقييم حالتهم.

#### كيف يؤثر الصيام على المرضى الذين

#### يعانون من الالتهاب الفيروسي المزمن (B)؟

لُوحظ في نماذج الفئران المحوّرة جينيا والتي تعاني من التهاب فيروس «B» الكبدي المزمن أن معدل تخليق فيروس (B) يزيد إلى مستويات عالية أثناء الصيام ومن ثم زيادة خطر إصابة خلايا كبدية جديدة بالفيروس. وبالرغم من ذلك لا يوجد حتى الآن أدلة من دراسات إكلينيكية تتحرى مدى نفاذ هذا التأثير على المرضى الصائمين في شهر رمضان المعظم.

#### كيف يؤثر الصيام على المرضى الذين

#### يعانون من الالتهاب الفيروسي المزمن (C)؟

لا توجد حتى الآن دراسات مباشرة تركز على العلاقة بين الالتهاب الكبدي «سى» المزمن والصيام. بالرغم من ذلك فإن عدة خطوات أثناء تخليق وتكاثر فيروس «C»

الصيام في جميع حالات التليف الكبدي. في الأشخاص الأصحاء بعد الأكل تحدث زيادة في تدفق الدم بالوريد البابي لتساعد في عملية الهضم لكن هذه الزيادة يصاحبها تكيف في قطر وديناميكية الوريد البابي، وهو ما لا يحدث في مرضى التشمع الكبدي وتكون المحصلة زيادة احتقان الوريد البابي والدوالي مما يزيد من خطر انفجارها ومن ثم حدوث نزف الجهاز الهضمي، يوثق هذا التفسير، أولا ملاحظة سجلناها من ممارستنا الطبية وهي زيادة معدلات النزف لدى هؤلاء المرضى بعد الإفطار وفي ساعات الليل بسبب الوجبات الدسمة مع الإفطار وما يصاحبها من زيادة حادة ومضطربة في تدفق الدم بالوريد البابي، وثانيا ما سجلته بعض الدراسات من أن مرضى الكبد الصائمين يصابون بنوبات نزف أقل من مرضى الكبد من غير الصائمين، حيث يتناول غير الصائمين عدداً أكبر من الوجبات وما يصاحبها من زيادة التدفق والاحتقان في الدورة البابية متضمنة الدوالي.

ومن ثم نوصي بعدم صيام المرضى الذين يعانون من القرحة الهضمية النشطة، ويوصى بعلاج المرضى الذين يعانون من القرحة غير النشطة قبل شهر رمضان، وإبقائهم على علاج مثبطات حامض المعدة أثناء الصيام. وفقاً لتجربتنا، نشجع الأطباء على إجراء منظار الجهاز الهضمي العلوي قبل شهر رمضان لمرضاهم المصابين بالتليف الكبدي الراغبين في الصيام للكشف





عادة بواسطة عقار سورافينيب في خلايا سرطان الكبد الأولي. لذا ننصح مرضى سرطان الكبد الأولي الذين يتناولون عقار سورافينيب أن يصوموا فقط إذا كانت وظائف الكبد لديهم متكافئة مع المتابعة المستمرة.

ولما كانت معظم حالات سرطان الكبد الأولي تحدث في المرضى المصابين بالتشمع الكبدي الذي غالباً ما يصاحبه تدهور في وظائف الكبد، فإننا ننصح مرضى سرطان الكبد الأولي غير المتكافئ الوظائف بعدم الصيام.

#### هل صيام رمضان آمن بعد زراعة الكبد؟

نوصي بالأصوم متلقي زراعة الكبد إلا تحت إشراف طبي دقيق لتعديل نظام الدواء عند الحاجة، مع تناول الكثير من السوائل والمتابعة الدورية للكشف المبكر عن أي خلل في النتائج المعملية.

#### هل يمكن لمرضى ارتفاع نسبة الصفراء

الغير مباشرة «متلازمة جيلبرت» الصيام؟ يجب أن يوضع في الاعتبار احتمالية ارتفاع طفيف لنسبة الصفراء في مرضى متلازمة جيلبرت الذين ينوون صيام شهر رمضان المعظم كاملاً. إلا أن البيانات التي خرجت من دراسة أجريت على عشرة مرضى بمتلازمة جيلبرت أظهرت أن الارتفاع في نسبة الصفراء بالدم خلال الأيام الأولى للصيام تبعها تناقص تدريجي حتى الوصول للمستويات الطبيعية مع توالي أيام الصيام. ومن ثم ننصح مرضى متلازمة جيلبرت بصيام شهر رمضان مع المتابعة المنتظمة لنسبة الصفراء في الدم خلال الشهر.

تتأثر بحالة التغذية أو الصيام ويمثل ذلك هدفاً محتملاً للأبحاث والدراسات المستقبلية. ومن دراسات مصرية سابقة تبيّن إمكانية صيام مرضى التهاب الكبد المزمن سي بدون حدوث مشاكل صحية أثناء الصيام.

#### كيف يتأثر المرضى الذين يتناولون أدوية مضادة للفيروسات الكبدية بالصيام؟

على الرغم من أن الصيام له أثر ضئيل على فعالية الأدوية المضادة للفيروسات الكبدية إلا أنه لوحظ أن انتظام المرضى في تناول العلاج في المواعيد المحددة يتأثر سلباً بالصيام.

#### ما تأثير الصيام على وظائف الكبد في

#### مرضى التهاب الكبد المزمن؟

تم تسجيل بعض التغيرات البسيطة في وظائف الكبد لدى مرضى التهاب الكبد المزمن «ب» و«سي» أثناء صيام رمضان ومن ثم يفضل متابعة فحوصات وظائف الكبد أثناء صيام رمضان.

اعتماداً على ما سبق فإن مرضى التهاب الكبد المزمن من ذوي وظائف الكبد المستقرة يمكنهم صيام شهر رمضان مع ضرورة اتباع النصائح الطبية والمتابعة الدورية لفحوصات وظائف الكبد.

#### هل يمكن لمرضى سرطان الكبد الأولي

#### أن يصوم شهر رمضان؟

وجد أن الصيام مع عقار سورافينيب المضاد لسرطان الكبد يؤدي إلى إعاقة نمو خلايا سرطان الكبد الأولي واستغلال الجلوكوز. ووجد أيضاً أن الصيام يصحح مستويات التعبير الجيني، التي يتم تغييرها



التقليدي. والعرقسوس يحتوي على العديد من المكونات الطبيعية النشطة بيولوجيا والتي تمتلك تأثيرات دوائية واضحة من خلال آليات تفاعلية داخل جسم الإنسان ينتج عنها تأثيرات مضادة لشحوم الكبد، مضادة للأكسدة، مضادة للالتهاب، منظمة لمناعة الجسم، مضادة للتليف وكذلك أدوار مضادة للفيروسات والأورام السرطانية ويستتبع كل هذه الخواص لمكونات العرقسوس تأثيرات على الكبد السليم والمعتل على حد سواء.

ومن ثم فقد شاع استخدام العرقسوس كعقار خام لعلاج السعال ومنفت ولعلاج الآلام والالتهاب وإنقاص الوزن بجانب تأثيره كمدر للبول وباسط للعضلات وكترياق ولزيادة عدد كرات الدم البيضاء. وهناك العديد من الدراسات التي أظهرت تأثيراً إيجابياً للعرقسوس ومستخلصاته على تعجيل معدل التئام قرح المعدة وكذلك تأثيره المضاد لبكتريا المعدة الحلزونية.

وشاع تناول مشروب العرقسوس لدى الكثيرين ممن يرغبون في تفادي العطش أثناء الصيام لما له من تأثير مخزن للماء وملح الصوديوم في الجسم، وهنا نلفت الانتباه إلى أن تناول مشروب العرقسوس في مرضى التشمع الكبدي قد يتسبب من زيادة اختزان الماء والملح بالجسم مع تورم القدمين واحتمال نقص البوتاسيوم في الدم. كذلك فإن الاستعمال طويل الأمد للعرقسوس بجرعات كبيرة يصاحبه

## هل يتعارض صيام رمضان مع تعاطي الأدوية الخاصة بمرضى الكبد ؟

يسمح بتعاطي الأدوية الضرورية (الغير مغذية) عن طريق الحقن العضلي أو الوريدي أو الاستنشاق أثناء الصيام بينما لا يسمح بالتعاطي عن طريق الفم إلا في فترة الإفطار. وقد أظهرت الدراسات قصوراً في انتظام تناول العلاج خلال رمضان.

ولهذا لا ينصح بالصيام إذا تعارض مع تناول العلاج في المواعيد المناسبة.

## هل يمكن لمرضى المراحل المتقدمة من أمراض الكبد الصيام ؟

يجب أن يصدر الطبيب المعالج توصية بعدم الصيام للمرضى الذين يعانون من الاستسقاء البرتوني، القىء الدموي، الغيبوبة الكبدية ومرضى الكبد المعرضون لانخفاض مستوى السكر بالدم خلال الصيام (بغض النظر عن سبب أو درجة تقدم مرض الكبد) حيث إن ضرراً محققاً يترصد هؤلاء المرضى جراء الصيام.

## هل يستطيع مريض الكبد تناول المشروبات الشعبية التي يعرف بها شهر رمضان ؟

لا توجد دراسات مباشرة لدراسة تأثير المشروبات الشعبية (الشرقية) كالعرقسوس والخروب والدوم والتمر هندي وغيرها على مرضى الكبد خلال شهر رمضان.

### ١- مشروب العرقسوس؛

العرقسوس يمثل جذور نباتية تم استخدامها منذ القدم كدواء ضمن الطب



جدول ١: أمراض الكبد المختلفة  
وملخص النصائح والتوصيات

مرض الكبد	النصيحة أو التوصية
أي نوع من أمراض الكبد مع مرض السكري وخطر نقص السكر في الدم	ينصح الطبيب المعالج بعدم الصيام
التهاب الكبد الحاد	يجب نصح مرضى التهاب الكبد الحاد تجنب الصيام (يمكنهم القضاء بعد الشفاء التام)
التهاب الكبد الحاد الشديد	نصح بشدة بعدم صيام مرضى التهاب الكبد الحاد الشديد بغض النظر عن مسبباته (يمكنهم القضاء بعد الشفاء التام)
مرض تشمع الكبد، فئة (أ) على مقياس شيلد	يمكن أن يصوموا بأمان دون تأثير كبير على الصحة
مرض تشمع الكبد، فئة (ب) على مقياس شيلد	ينصح مرضى تشمع الكبد فئة (ب) بعدم الصيام
مرض تشمع الكبد، فئة (ج) على مقياس شيلد	نوصي بقوة بمنع مرضى تشمع الكبد فئة (ج) من الصيام

بعض المضاعفات كارتفاع ضغط الدم والاضطرابات المصاحبة لنقص البوتاسيوم. نظرا لتأثير العرقسوس المخزن للماء والملح بالجسم وكذلك تفاعلاته الدوائية، فإننا نوصي مرضى التشمع الكبدي وكذلك الذين يتعاطون العقاقير المثبطة للمناعة بتجنب مشروب العرقسوس.

٢- المشروبات الشعبية الأخرى

لم يرد ذكر أي أضرار للمشروبات الشعبية الأخرى المرتبطة برمضان مثل الدوم والكركيه والخروب والتمر الهندي في أي دراسات علمية، بل تم تأكيد آثارها الطبية المحببة-في عدد من الدراسات-من كونها مضاد قوي للأكسدة والالتهابات. لذا فنحن لا نوصي مريض الكبد بتجنب تعاطيها ما لم يكن هناك سبب طبي آخر يمنع تناولها.

الملخص والاستنتاجات

رغم أن العقيدة الإسلامية توجب الصيام فقط على الأصحاء البالغين، إلا أن عددًا كبيرًا من مرضى الكبد المسلمين تهفو نفوسهم إلى صيام هذا الشهر. ومن ثم فإن دورنا كأطباء متخصصين هو توجيه مرضانا في صنع قرارات مستنيرة يحدون بها الصيام من عدمه. وللوصول إلى هذا التوجيه وإعطاء النصائح والتوصيات المفيدة، قمنا بمراجعة الأدلة المتاحة في الأبحاث المنشورة وموجهات الممارسات الطبية التي تهتم بتأثيرات صيام رمضان على صحة مرضى الكبد. قد أوجزنا النصائح والتوصيات في جدول ١.



المرضى الذين يعانون من القرحة الهضمية النشطة يجب ألا يصوموا	القرحة الهضمية النشطة	يوصى بشدة أن مرضى الكبد الدهني (ممن يعانون من السمنة أو حتى النحافة) أن يصوموا رمضان خاصة مع اتباع تعديلات في نظامهم الغذائي تؤدي إلى فقدان الوزن	مرض الكبد الدهني «غير الكحولي»
يجب معالجة المرضى الذين يعانون من القرحة غير النشطة قبل أن يشهدوا صيام رمضان، ويجب أن يستمروا في العلاج بمنتجات حامض المعدة أثناء الصيام	القرحة الهضمية غير النشطة	مرضى التهاب الكبد المزمن الذي يصاحبه استقرار وظائف الكبد يمكنهم أن يصوموا رمضان بأمان	مرض التهاب الكبد المزمن
إنه اختياري تمامًا لمريض سرطان الكبد على سورافينيب (Sorafenib) الصيام فقط إذا كانت وظائف الكبد عنده متكافئة	سرطان الكبد تحت العلاج بـ «السورافينيب» (Sorafenib)	نحن نشجع الأطباء على فحص مرضى التشمع الكبدي بمنظار الجهاز الهضمي العلوي قبل رمضان لاكتشاف الدوالي والقرح الهضمية الصامتة ولتقديم التدخلات والعلاج إذا لزم الأمر	التشمع الكبدي مع خطر النزف
ننصح بشدة بعدم صيام مرضى سرطان الكبد ممن يعانون من قصور وظائفه	سرطان الكبد مع قصور وظائف الكبد		



<p>لا يحرم الطبيب مرضاه المصابين من متلازمة جيلبرت من الصيام شريطة أن يتم متابعتهم بصفة دورية مع فحص سريري وفحوصات معملية خاصة لقياس نسبة صفراء الدم (Serum bilirubin)</p>	<p>متلازمة جيلبرت ( Gilbert Syndrome )</p>	<p>نوصي بأن مرضى زراعة الكبد يمكنهم الصيام فقط تحت إشراف طبي دقيق يضمن تعديل نظام أخذ الدواء، وكذلك يجب أن يلتزم المريض تناول الكثير من السوائل ويلتزم أيضا بنظام المتابعة الدورية بما يضمن الكشف المبكر عن أي خلل في الحالة الصحية وفحوصات الدم والتعامل المبكر مع أي خلل يطرأ أثناء الصيام</p>	<p>زراعة الكبد</p>
<p>معظم المشروبات الشعبية آمنة ومفيدة أثناء الصيام، لكن يجب مراعاة الحرص مع مشروب العرقسوس نظرا لتفاعله مع عدد من الأدوية وقدرته على حبس الملح والسوائل داخل الجسم</p>	<p>المشروبات الشعبية</p>	<p>يجب أن ينصح الطبيب المعالج بعدم صيام هؤلاء المرضى لأن الصيام يمثل خطراً كبيراً على صحتهم</p>	<p>مرضى الاستسقاء أو الغيبوبة الكبدية أو القىء الدموي بغض النظر عن فئة المريض على مقياس شيلد</p>

