

# اليوم العالمي للكلى في المغرب

Communiqué AMMAIS



14/03/2019

## الفشل الكلوي يبقى مشكلة صحية كبيرة في المغرب

يعد اليوم العالمي للكلى فرصة للجمعية المغربية لأمراض المناعة الذاتية والأمراض الجهازية ، برئاسة الدكتورة خديجة موسيار ، لتذكير الأهمية الحيوية لهذه العضو التي يؤدي العديد من الوظائف ، إلى أبعد من مجرد إنتاج البول والتخلص من النفايات التي يحتوي عليها . ارتفاع ضغط الدم والسكري وأمراض المناعة الذاتية عوامل رئيسية لحدوث أمراض الكلى، وغالبا ما تكون خطيرة و مازالت مميتة في المغرب

## الفشل الكلوي يبقى مشكلة صحية كبيرة في المغرب

### فهرس

الفشل الكلوي يبقى مشكلة صحية كبيرة في المغرب

الذئبة الحمراء إصابة الكلي تحدث في نصف الحالات

What about kidneys, world kidney day and auto-immune Diseases

قائمة المراجع



## الفشل الكلوي يبقى مشكلة صحية كبيرة في المغرب

بعد اليوم العالمي للكلى فرصة للجمعية المغربية لأأمراض المناعة الذاتية والأمراض الجهازية ، برئاسة الدكتورة خديجة موسيار ، لتذكير الأهمية الحيوية لهذه العضو التي يؤدي العديد من الوظائف ، إلى أبعد من مجرد إنتاج البول والتخلص من النفايات التي يحتوي عليها. بعد ارتفاع ضغط الدم والسكري وأمراض المناعة الذاتية عوامل رئيسية لحدوث أمراض الكلى، وغالبا ما تكون خطيرة و مازالت مميتة في المغرب

### الدور الحيوي للكلى

بالإضافة إلى إنتاج البول الذي يسمح بإزالة النفايات السامة مثل الكرياتينين واليوريا ، تضمن الكليتان توازن الجسم بتعديل متطلباتنا من الماء والمعادن (الصوديوم ، البوتاسيوم ، والكالسيوم) ومن خلال إنتاج أو تنشيط بعض الهرمونات الأساسية مثل الرينين الذي يضبط ضغط الدم وإرثروبويتين (مثل ذلك المستخدم في تعاطي المنشطات من قبل الرياضيين!) التي تشجع على إنتاج خلايا الدم الحمراء وفيتامين (د) الذي يضمن صحة العظام. يتم تصفية جميع سوائل الجسم عشرات مرات في اليوم ، أي ما يعادل 180 لترا في اليوم!

تحتوي كل كلية على حوالي مليون وحدة منتجة للبول ، وهي النفرون التي تتكون من شبكة من الأنابيب الصغيرة (النيبيبات) ونظام تنقية الدم يسمى الكبيبة. يتم إجراء هذا التنقية بواسطة خلايا متخصصة والتي ، عن طريق الاحتفاظ بالجزيئات الأكبر ، تنتج سائل يحتوي على الماء والبوتاسيوم والصوديوم والجلوكوز والأحماض الأمينية... اليوريا وحمض اليوريك. تكوينه يختلف وفقا لمذاخيل الجسم واحتياجاته.

يتم قياس الأداء الجيد للكلى من خلال حساب معدل الترشيح الكبيبي وبالتحديد تقدير كمية الدم التي تعبر في الدقيقة الواحدة خلال الكبيبات،نسبة هذا المعدل يكون في الحالة الطبيعية حوالي 100 مل / دقيقة (بين 90 و 120) هذه النسبة تقابل قدرة الكلى في النسبة المئوية: أي إذا كانت نسبة الترشيح 60 مل / دقيقة فان الكلى تعمل على مقربة من 60% من ما يلزم أن تكون عليه في الحالة الطبيعية ، الأشخاص الذين يقل معدلهم عن 60 مل/دقيقة ولمدة ثلاثة أشهر يُعدوا مُصابين بمرض كلوي مُزمن. كما أن الوجود الغير الطبيعي للبروتين أو الدم في البول يشير أيضًا إلى وجود مشكل كلوي.

## يمكننا السيطرة على أمراض الكلى

مرض الكلى المزمن أو الفشل الكلوي هو انخفاض في أداء الكلى التي لم تعد تقوم بشكل صحيح على تصفية الدم. عادة ما يكون المشكل صامتا لفترة طويلة، ويمكن أن يتطور إلى أن يؤدي في النهاية لفشل كلوي مزمن، كما هو الحال في كثير من الحالات في المغرب، في غياب التشخيص المبكر، نظرا لعدم اللجوء إلى الاستشارة الطبية من جراء ضعف الإمكانيات المادية.

يعاني واحد من كل عشرة بالغين من أمراض الكلى، ما يقرب من 850 مليون شخص في العالم و 3 ملايين في المغرب. كما أن 2.4 مليون وفاة سنويا في العالم تنتج عن الفشل الكلوي.

بالإضافة إلى السمنة، ترتبط الأمراض التي تؤدي إلى خلل في وظيفة الكلى في ربع الحالات تقريبا إلى ارتفاع ضغط الدم وربع آخر لمرض السكري. ما زال ثلث المرضى حول العالم يعانون من الفشل الكلوي بعد مرور عشر سنوات على بداية مرض السكري على الرغم من التحسن المستمر في رعايتهم.

أمراض المناعة الذاتية تشكل السبب الرئيسي الثالث لمشاكل الكلى بعد مرض السكري و ارتفاع ضغط الدم و تخص أكثر من 10٪ من المرضى. تنتج أمراض المناعة الذاتية عن خلل في الجهاز المناعي المسؤول عادة عن الدفاع عنا من المعتدين الخارجيين (البكتيريا، الفيروسات...) يخطئ هذا الجهاز ويبدأ في مهاجمة الخلايا والأنسجة السليمة للجسم. قد يكون تلف الكلى من بين المخلفات الأكثر شدة لهذه الأمراض، و التي لا تزال تهدد الحياة في المغرب، مثل ما هو الشأن في بعض أمراض المناعة الذاتية كالدثية الحمراء و تصلب الجلد (مرض نادر يتجلى بتصلب الجلد).

بشكل عام، لا توجد أعراض تحذر الشخص إلى وجود تلف في الكلى، والتي في البداية تعوض عن تدهورها من خلال زيادة نشاطها، مما يتيح بإنتاج نفس كمية البول ذاتها. العلامات الأولى هي للأسف في كثير من الأحيان بسيطة للغاية على أن تؤخذ على محمل الجد مثل التعب أو فقدان الشهية. وتجدر الإشارة إلى أنه ابتداء من سن 40، تقل قدرة الترشيح بنسبة 10٪ كل 10 سنوات، و بعد سن 70، يعاني ثلث الأشخاص تقنيا من الفشل الكلوي دون مضاعفات خطيرة إذا استقرت قدرات الكلى في مستوى مقبول.

هذه المشاكل التي تصيب الكلى عادة ما تكون مخيفة في حين أن بإمكاننا إبطاء تطور الفشل الكلوي وحتى السيطرة عليه بالاهتمام الدقيق وهذا يتطلب، من بين أمور أخرى، التحكم في ضغط الدم (الذي ينبغي أن يكون بشكل مثالي 80/140 مم زئبق) ومستوى البروتين في البول الذي يجب أن لا يتعدى 0.5 غم / يوم وكذلك اعتماد نظام غذائي محدود الكمية على صعيد الملح و البروتينات.

موازاة مع ذلك، من الضروري أن تعالج بفعالية الأمراض المرتبطة بهذا الاعتلال، ولا سيما عن طريق الاستخدام المناسب للأدوية المضادة للالتهاب أو المثبطة للمناعة في حالة أمراض المناعة الذاتية. في الحالات الأكثر شدة، عندما تعمل الكلى بأقل من 10٪ من طاقتها، نضطر للأسف إلى اللجوء إلى غسيل الكلى وربما زرع الكلى.

الدار البيضاء، 7 مارس، 2019

د. موسىار خديجة

رئيس الجمعية المغربية لأمراض المناعة الذاتية والجهازية  
وتحالف الأمراض النادرة في المغرب

## المرفق



## الذئبة الحمراء إصابة الكلي تحدث في نصف الحالات

يعد اليوم العالمي للكلي فرصة للجمعية المغربية لأمراض المناعة الذاتية والأمراض الجهازية ، برئاسة الدكتورة خديجة موسيار ، لتذكير خطورة مرض الذئبة الحمراء على الكلي موازاة مع أعضاء حيوية للغاية أخرى مثل القلب و الجهاز العصبي. الذئبة الحمراء من أمراض المناعة الذاتية التي يهاجم فيها جهاز المناعة خطأ خلايا الجسم السليمة في أجزاء مختلفة من الجسم. يصيب المرض النساء بدرجة أولى بنسبة تسع أضعاف مقارنة بالرجال، و بالأخص الأشخاص ذوي الأصول الأفريقية أو الآسيوية اللذين يكونون أكثر عُرضة للمرض من ذوي الأصول الأوروبية.

### . مرض مناعي ذاتي متعدد الأفتعة

من أهم أعراض الذئبة الحمراء حساسية فائقة لأشعة الشمس، تخص 80% من المرضى و تظهر عبارة عن بقع جلدية حمراء كبيرة تأخذ شكل فراشة تغطي الوجه والخدين وقصبة الأنف. يمكن أن يطال هذا الطفح أماكن أخرى للجسم المعرضة لأشعة الشمس مثل العنق و المنطقة العليا من الصدر و الذراعين . و تعود تسمية المرض إلى هذه العلامة الحمراء التي تظهر على وجه المريض و تشبه قناع الكرنفال. هذه العلامة في غاية الأهمية لان بفضلها ومع معايير تشخيصية أخرى يمكن أن نميز بين الذئبة الحمراء و أمراض مناعية جهازية أخرى تشبهها كالروماتيزم الرثياني و المتلازمة الجفافية.

من الأعراض الشائعة للمرض التي تخص ما يقارب 90% من المصابين، آلام في المفاصل يكون من نوع التهابي بحيث أن ذروته تكون في الليل مع تحسن نسبي أثناء النهار مرورا بفترة تيبس صباحي. من الممكن أن يكون هناك تورم و احمرار للمفاصل ، من الممكن كذلك أن يهجم هذا الالتهاب جميع المفاصل لكن تهجم الإصابة في الغالب المفاصل الصغيرة لليد و من خصائصه انه مبدئيا لا يخلف دمارا لها عكس الروماتيزم الرثياني .

### رصد إصابة الكلي ضرورية لدى مرضى الذئبة الحمراء

يصيب المرض 0.5 إلى 1 من كل 1600 نسمة و خصوصا النساء ما بين سن العشرين و الثلاثين أي أثناء حقبة النشاط التناسلي. في 10 إلى 15% من الحالات يصيب المرض الأشخاص من دون سن السادسة عشر و يتسم هذا البدء المبكر بجذبية الإصابة.

تختلف أعراض المرض و حدته من شخص لآخر و يتطور المرض بشكل دوري مع فترات سكون و فترات نوبات يمكن أن تكون شديدة الخطورة، تصاحبها ارتفاع حرارة الجسم من دون ما وجود أي تعفن ميكروبي، مع نقص في الوزن و تعب شديد. أثناء هذه النوبات يتساقط الشعر بكثرة . قد يؤثر المرض على وظيفة الكليتين تؤدي إلى فشل كلوي كامل . و قد يصاب المريض بضيق في الشريان التاجية وذبحة صدرية أو بالتهاب لأغشية القلب. إصابة الجهاز العصبي تدل على تطور خطير للمرض و تتجلى في تغيرات في السلوك و تشنجات عصبية، أو شلل في الأطراف. يمكن أن يحدث المرض التهابا جادا على مستوى العين.

من العلامات الاعتيادية للمرض جفاف العيون و الفم ، تقرحات في الفم، و تحول لون أصابع اليدين عند تعرضها للبرد من اللون الوردي المعتاد إلى اللون الأبيض أو الأزرق ، العلامة المعروفة بظاهرة رينود أو برودة الأطراف . الحوامل المصابات بمرض الذئبة قد يواجهن مشاكل إجهاض متكرر. و تشكل فترة الحمل خطورة على المصابة في غياب تكفل ملائم للمرض.

تخص إصابة الكلي قرابة 50% من المرضى الذين يعانون من الذئبة الحمراء. الأشخاص ذوو البشرة السوداء لديهم خطر متزايد للإصابة بمرض الكلية بسبب مرض الذئبة. يمكن أن تكون إصابة الكلي موجودة منذ بداية المرض، أو تظهر بشكل ثانوي أثناء المتابعة. تؤثر الكلي بالمرض ليس مؤلما. يمكن أن يظهر من خلال تورم القدمين، ارتفاع ضغط الدم، أو التعب الشديد. يمكن أن يحدث أيضا بدون أن يعاني المريض من أي أعراض معينة ، ولذلك يجب أن يبحث عنه الطبيب المسؤول عن مراقبة مرض الذئبة ، عن طريق شريط اختبار البول (البحث عن البروتين أو الدم أو الكريات البيضاء في البول) ، مع اختبارات الدم.

لا يوجد علاج جذري للمرض ، بالرغم انه أصبحت إمكانية السيطرة عليه الآن كبيرة و تتوفر عدة علاجات تُهدئ من النشاط غير الطبيعي لعمل جهاز المناعة ، وبالتالي تخفف من تداعياته على الأعضاء الحيوية للجسم . علاج المرض يبدأ عادة ببعض الأدوية المضادة للالتهاب ثم ينتقل المريض بعد ذلك للأدوية المتخصصة مثل الكورتيزون ومثبطات المناعة. عرفت الساحة الطبية في السنوات الأخيرة زيادة دواء جديد للمرض من عائلة الأدوية البيولوجية.

الدار البيضاء، 10 مارس ، 2019





## What about kidneys, world kidney day and auto-immune Diseases

The kidneys are important organs with many functions in the body, including producing hormones, absorbing minerals, and filtering blood and producing urine. People have a higher risk of kidney disease if they have diabetes ; high blood pressure, or an autoimmune disorder. Chronic kidney disease damages the nephrons slowly over several years.

The autoimmune diseases are a broad range of related diseases in which a person's immune system produces an inappropriate response against its own cells, tissues and/or organs, resulting in inflammation and damage. There are over 100 different autoimmune diseases, and these range from common to very rare diseases, like lupus, type 1 diabetes, scleroderma, celiac, Graves disease and Sjogren's syndrome.

**The Moroccan Autoimmune and Systemic Diseases Association** is a health association dedicated to bringing a national focus to autoimmunity and the eradication of autoimmune diseases and the alleviation of suffering and the socioeconomic impact of them. Khadija Moussayer, MD PHD, is the chairwoman of the association.

**World Kidney Day** is a joint initiative of the [International Society of Nephrology](#) (ISN) and the [International Federation of Kidney Foundations](#) (IFKF). World Kidney Day is a **global awareness campaign** aimed at raising awareness of the importance of our kidneys.



**الدكتورة خديجة موسىار** Dr MOUSSAYER KHADIJA  
اختصاصية في الطب الباطني و أمراض الشيخوخة

Spécialiste en médecine interne et en Gériatrie, Présidente de l'Alliance Maladies Rares Maroc  
رئيسة ائتلاف الأمراض النادرة المغرب , Présidente de l'association marocaine des maladies auto-

immunes et systémiques (AMMAIS),

رئيسة الجمعية المغربية لأمراض المناعة الذاتية و الجهازية و Vice-présidente de l'association marocaine des intolérants et allergiques au gluten (AMIAG).



## قائمة المراجع

- Fondation canadienne du rein <https://www.kidney.ca/depistage-et-prevention>
- Maladie rénale chronique - Ameli.fr pour les assurés  
<https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/maladie-renale-chronique>
- D. Golshayan, C. Mathieu, M. Burnier, Maladies rénales et grossesse Rev Med Suisse 2007 ; volume 3. 32119  
<https://www.revmed.ch/RMS/2007/RMS-101/32119>
- Eric Y. Yen, Ram R. Singh, The Relative Burden of Lupus Mortality Lupus- An Unrecognized Leading Cause of Death in Young Women : Population-based Study Using Nationwide Death Certificates, 2000-2015. Arthritis & Rheumatology 18 avril 2018 <https://doi.org/10.1002/art.40512>
- International Survey Shows Low Global Understanding about Lupus 16-Nation Survey to be Released May 10 by World Lupus Federation – May 10 2018  
<http://www.worldlupusday.org/filedownloads/2018-WLDRRelease-2018-05-09.pdf>
- FICHE D'INFO – Le lupus, une maladie chronique peu connue qui touche surtout les femmes, Coumba Sylla, AfricaCheck 22 juin 2018 <https://fr.africacheck.org/factsheets/fiche-info-lupus/>
- Résultats de l'enquête sur la maladie rénale chronique au Maroc (Ministère de la Santé) CNOPS 2009  
<http://www.cnops.org.ma/node/381>
- Lorsque la discrimination prive les femmes de traitements médicaux, [Leïla Hallaoui](https://www.huffpostmaghreb.com/entry/lorsque-la-discrimination-empeche-les-femmes-de-traitements-medicaux_mg_5c7e61c3e4b0129e36bea44d), huffpostmaghreb 05/03/2019  
[https://www.huffpostmaghreb.com/entry/lorsque-la-discrimination-empeche-les-femmes-de-traitements-medicaux\\_mg\\_5c7e61c3e4b0129e36bea44d](https://www.huffpostmaghreb.com/entry/lorsque-la-discrimination-empeche-les-femmes-de-traitements-medicaux_mg_5c7e61c3e4b0129e36bea44d)
- Moussayer Khadija - Maladies auto-immunes : Quand le corps s'attaque à lui-même – DoctineWS N° 36 Août/Septembre 2011.  
<http://www.doctineWS.com/index.php/dossier/item/551-maladies-auto-immunes>
- Moussayer khadija - L'HYPERTENSION ARTERIELLE SECONDAIRE : ON PEUT EN GUÉRIR ! DoctineWS N° 21 Avril 2010  
<http://doctineWS.com/index.php/archives/39-dossier/122-lhypertension-arterielle-secondaire-on-peut-en-guerir>
- Home page of the World Kidney Day, a joint initiative of the [International Society of Nephrology](https://www.oujdacity.net/national-article-129305-ar) (ISN) and the [International Federation of Kidney Foundations](https://www.oujdacity.net/national-article-129305-ar) (IFKF).  
<https://www.worldkidneyday.org/2019-campaign/2019-wkd-theme/>

\*\*\*\*\*

**Mots clés** ; journée internationale du rein, information médicale, maladies auto-immunes, maladies rares, association marocaine des maladies auto-immunes et systémiques (AMMAIS), journée internationale des maladies rares, santé publique, santé Maroc, Maghreb, Médecine interne, dialyse, Transplantation, greffe rénale, Tunisie, Algérie, Liban, Sénégal, Côte d'Ivoire, Congo.

إعادة, التلوث, تبغ, الذئبة, تونس, الجزائر, المغرب, الأمراض النادرة, أمراض المناعة الذاتية, السكري, ارتفاع ضغط الدم, كلوي, الجمعية المغربية لأمراض المناعة الذاتية والجهازية, اليوم الدولي لإعادة التدوير, التدوير

