

## #الغدد\_اللمفاوية.

٩ هي جزء هام جدا من جهاز مناعة الجسم وتعمل على محاربة العدوى.

٩ وهي عبارة عن نكتلات صغيرة مستديرة لينة بحجم حبة البازلاء منتشرة في جميع أجزاء الجسم ومرتبطة مع بعضها البعض في شكل سلاسل عن طريق قنوات تشبه الأوعية الدموية.

٩ وكل عقدة ليمفاوية محاطة بنسيج ضام وهذا النسيج يحتوي على خلايا مناعية معينة غالبا ما تكون كريات دم بيضاء والتي تكون بروتينات تحيط وتقاتل الفيروسات والميكروبات.

## #أماكن\_تواجدها.

٩ توجد المجموعة الرئيسية من الغدد الليمفاوية في الرأس والرقبة.

• توجد على جانبي العنق.

• تحت الإبطين.

• الخاصرتين والصدر والبطن والفخذ.

## #أهمية\_الغدد\_اللمفاوية.

٩ تعمل بالمشاركة مع الجهاز المناعي في حماية الجسم من الأمراض المعدية الخطيرة.

• هي بمثابة الفلتر البيولوجي وذلك بالمشاركة في إمتصاص وتدمير السموم والبكتريا والجراثيم.

• الدفاع عن الجسم وتشكيل أنواع من الخلايا المناعية.

• تعتبر مقر تخزين وتكاثر الخلايا المناعية حيث تساهم في تأمين الخلايا البائية والتائية وتأمين التفاعلات المناعية النوعية.

• يوجد بها الخلايا البالعة التي تبتلع البكتريا والأجسام الغريبة الموجودة في اللمفاويات.

## #لماذا\_تحدث\_الإلتهابات.

٩ تحدث الإلتهابات كرد فعل وقائي للكائن الحي لتغلغل الجراثيم والفيروسات في غياب العلاج للأمراض في الوقت المناسب

ويمكن أن تتطور عند إلتهابها الى مضاعفات خطيرة على المريض

## #ما\_لذي\_يسبب\_تورم\_الغدد\_اللمفاوية.

٩ يمكن أن تشعر بها في بعض الأحيان تحت الجلد وإذا تورمت تصبح أكثر وضوحا ويزداد حجمها.

٩ إذا تورمت الغدد الليمفاوية الموجودة في البطن أو الصدر لا يمكن الشعور بها.

٩ ومن أهم أسباب تورمها هو #العدوى البكتيرية والإلتهابات في الحلق واللوزتين والبرد الشديد ومشاكل الأسنان حيث تتورم

وتعود عادة الى وضعها الطبيعي عندما يتمكن الجهاز المناعي منها وترجع الغدد الى وضعها الطبيعي والتي يمكن أن تستغرق

حوالي الإسبوع

## #أهم\_الأمراض\_التي\_تسبب\_تورم\_الغدد

٩ 1 • العدوى الفيروسية مثل الإنفلونزا و إلتهاب البلعوم والحلق واللوزتين والأنز الوسطى وجذري الماء حيث تؤثر على الجسم

كله ويمكن أن تسبب تورم الغدد الليمفاوية في الرقبة وتحت الإبطين والخاصرتين وأجزاء مختلفة من الجسم.

- 2❏ الأمراض الجلدية التي تصيب فروة الرأس فيظهر تورمها في الجزء الخلفي من الرأس.
- 3❏ الإلتهابات في الذراع يظهر تضخمها تحت الإبط.
- 4❏ الإلتهابات في الساق والأعضاء التناسلية أوطفح الحفاض يظهر تضخمها في الفخذ.
- 5❏ الأمراض المعدية والروماتيزم والإضطرابات المناعية.
- 6❏ تسبب بعض الأدوية كأدوية الصرع تورم الغدد اللمفاوية.

#ماهي أعراض إلتهاب الغدد اللمفاوية.

- 1● إحمرار وتورم في الوجة والرقبة.
- 2● ألم عند ملامسة العقد المتوسعة.
- 3● قشعريرة.
- 4● عطش.
- 5● صداع في الرأس وإنخفاض الأداء.
- 6● زيادة درجة حرارة الجسم.
- 7● ضعف وعلامات تسمم مع ألم في العضلات.

=====  
#كيفية الوقاية من التهابات الغدد.

- 1❏ عدم التعرض المفاجئ للإنخفاض الكبير في درجات الحرارة ولمدة طويلة مما يقلل من فاعلية جهاز المناعة.
- 2❏ الإكثار من تناول الخضار والفواكة وخاصة الغنية بفيتامين C والعسل والصابار.
- 3❏ تدفئة الرقبة بشكل جيد في فصل الشتاء.
- 4❏ علاج تسوس الأسنان والتهاب الحلق والبلعوم واللوزتين والجيوب الأنفية وغيرها من الأمراض المعدية والإلتهابات.

=====  
T.me/Doctor\_future1 .  
. T.me/kabooltep  
. T.me/smartpeople11  
. T.me/qabool\_bot