

برنامج رقمي لإدارة أمراض الرئة الخلالية: تجربة REBUILD-SM واعدة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 29, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). برنامج رقمي لإدارة أمراض الرئة الخلالية: تجربة REBUILD-SM واعدة.

عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120276>

تخيل أنك تواجه صعوبة متزايدة في التنفس مع كل نفس تأخذه، ليس بسبب الربو أو التدخين، بل بسبب مرض نادر يسمى التليف الرئوي الخلالي (<https://arabpsychology.com/tag/interstitial-lung-disease/>) (link>Interstitial Lung Disease - ILD). هذا المرض، الذي يصيب الرئتين ويسبب تندباً يصعب معالجته، يؤثر على جودة حياة الملايين حول العالم. ولطالما كان التعامل مع هذا المرض تحدياً كبيراً للمرضى والأطباء على حد سواء، نظراً لقلة الخيارات العلاجية الفعالة وضرورة إدارة الأعراض بشكل مستمر.

منهجية البحث

قام باحثون بقيادة الدكتور بارتون سي (Barton C.) بتصميم دراسة سريرية عشوائية (randomised clinical trial) لتقييم فعالية برنامج رقمي للإدارة الذاتية للمرضى الذين يعانون من التليف الرئوي الخلالي. الدراسة، التي أجريت على مجموعة من المرضى الذين تم تشخيصهم حديثاً بالتليف الرئوي الخلالي، قسمت المشاركين بشكل عشوائي إلى مجموعتين: مجموعة تلقت الرعاية القياسية (usual care) التي تشمل المتابعة الطبية الدورية والأدوية المتاحة، ومجموعة أخرى تلقت بالإضافة إلى الرعاية القياسية، برنامجاً رقمياً شاملاً للإدارة الذاتية.

هذا البرنامج الرقمي، الذي أطلق عليه الباحثون اسم "REBUILD-SM"، يتضمن مجموعة متنوعة من الأدوات والموارد المصممة لمساعدة المرضى على فهم مرضهم بشكل أفضل، وتعلم تقنيات التنفس الصحيحة، وممارسة التمارين الرياضية المناسبة، وإدارة التوتر والقلق، والتواصل الفعال مع فريق الرعاية الصحية. تم تقديم البرنامج عبر تطبيق على الهاتف الذكي أو جهاز لوحي، مما يتيح للمرضى الوصول إليه في أي وقت ومن أي مكان. تم جمع البيانات من المشاركين على مدار ستة أشهر، وشملت قياسات لوظائف الرئة، ومستويات النشاط البدني، وجودة الحياة، ومعدلات دخول المستشفى.

نتائج البحث

أظهرت النتائج أن المرضى الذين استخدموا برنامج REBUILD-SM بالإضافة إلى الرعاية القياسية حققوا تحسنات ملحوظة في العديد من الجوانب الهامة. لاحظ الباحثون تحسناً في قدرة الرئة على العمل (lung function)، كما قيس من خلال اختبارات التنفس، بالإضافة إلى زيادة في مستويات النشاط البدني اليومي. الأهم من ذلك، أبلغ المرضى في المجموعة التي استخدمت البرنامج الرقمي عن تحسن كبير في جودة حياتهم، بما في ذلك تقليل الشعور بالتعب وضيق التنفس والقلق والاكتئاب.

بالإضافة إلى ذلك، وجدت الدراسة أن المرضى الذين استخدموا برنامج REBUILD-SM كانوا أقل عرضة للدخول إلى المستشفى بسبب تفاقم حالتهم. وهذا يشير إلى أن البرنامج الرقمي قد يساعد في منع المضاعفات الخطيرة المرتبطة بالتليف الرئوي الخلالي، وبالتالي تحسين النتائج الصحية للمرضى. أظهرت التحليلات الإحصائية أن هذه التحسينات كانت ذات دلالة إحصائية (statistically significant)، مما يعني أنها لم تحدث عن طريق الصدفة.

دلالات البحث

تحمل هذه الدراسة دلالات هامة للمرضى الذين يعانون من التليف الرئوي الخلالي، وكذلك للأطباء ومقدمي الرعاية الصحية. توضح النتائج أن التدخلات الرقمية للإدارة الذاتية يمكن أن تكون أداة فعالة لتحسين جودة حياة المرضى وتقليل العبء المرتبط بهذا المرض المزمن. إن توفير برنامج سهل الاستخدام ومتاح على نطاق واسع مثل REBUILD-SM يمكن أن يمكّن المرضى من التحكم بشكل أكبر في حالتهم الصحية واتخاذ قرارات مستنيرة بشأن رعايتهم.

يشير الباحثون إلى أن هذا النهج قد يكون قابلاً للتطبيق أيضاً على أمراض الرئة المزمنة الأخرى، مثل مرض الانسداد الرئوي المزمن (Chronic Obstructive Pulmonary Disease - COPD) والتليف الكيسي (Cystic Fibrosis). إن تطوير وتنفيذ برامج رقمية مخصصة للإدارة الذاتية يمكن أن يساعد في تحسين النتائج الصحية للمرضى وتقليل التكاليف المرتبطة بالرعاية الصحية. من الضروري الآن إجراء المزيد من البحوث لتقييم فعالية هذه البرامج على المدى الطويل وتحديد أفضل الطرق لتكييفها مع احتياجات المرضى المختلفة.

إن ظهور هذه التقنيات الرقمية يمثل تحولاً واعدًا في مجال الرعاية الصحية، حيث يضع المريض في قلب عملية العلاج ويمنحه الأدوات اللازمة لإدارة صحته بشكل فعال. هذا النهج لا يعزز فقط جودة حياة المرضى، بل يساهم أيضاً في بناء نظام رعاية صحية أكثر استدامة وتركيزاً على المريض.

Reference

Barton C. (2025). *A randomised clinical trial of a digital self-management package for people with interstitial lung disease: the REBUILD-SM protocol*. Respiratory Research, 27(1), 14-14

DOI: [10.1186/s12931-025-03442-z](https://doi.org/10.1186/s12931-025-03442-z)