خرف الشيخوخة Démence sénile

1- تعريف الخرف

تشير كلمة خرف Démence/dementia / الى فئة او مجموعة من اضطرابات تدهور المخ ، وجود تدهور تدريجي في الوظائف العقلية .

و كل تعريفات الخرف تركز على نقطة ان هذا المرض يبدأ تدريجيا و اول مظاهره فقدان الذاكرة القريبة او ضعفها ، و هو ما يجعل المريض مدركا لمرضه في البداية .

كما يكون الخلل في الحكم على الامور و نقص التفكير التجريدي ، و خلل في الوظائف العليا للقشرة المخية او تغير في الشخصية على ألا يكون ذلك نتيجة لنقص الانتباه .

و النسيان يبدأ بعدم تذكر : الاسماء الاتجاهات المحادثات و احداث اليوم بعض العناوين ارقام الهواتف ، لتطور الحالة لنسيان كل جديد و قد لا ينهي المهام الذي بدأ بها .

اذن الخرف هو زملة من الاعراض سببها مرض في المخ و لهذا اثناء التشخيص على التوقف في السبب العضوي للمرض ، و تجدر الاشارة ان بمجرد قول كلمة خرف يبادر للأذهان مرض الزهايمر ، صحيح ان الزهايمر احد انواع الخرف بل و اكثر انواع الخرف انتشارا و شهرة و لكنه ليس الخرف بكلمة المطلقة .

ملاحظة الخرف ليس جزءا من الشيخوخة الطبيعية يستخدم كوصف عندما يصاب الدماغ بامراض و حالات مرضية

La démence est un syndrome dans lequel on observe une **dégradation** de la mémoire, du raisonnement, du comportement et de l'aptitude à réaliser les activités quotidiennes / PAR OMS **منظمة الصحة العالمية**

2- اسباب الخرف

تتعدد اسباب الخرف العضوية ، و هو ما يجعل الزهايمر احد انواع الخرف نقدم فيما يلي اسباب الخرف

*- الخرف الكهلي ونجد فيه :

مرض الزهاهيمر / مرض بك / مرض جاكوب –كروتز فيلد / الاعتلال الدماغي الحاد

*- خرف تصلب الشرايين

*- خرف ناجم عن اسباب التهابية : التهاب السحايا / التهاب المخ / الزهري

*- خرف ناجم عن اسباب رضخية اصابات الدماغ الناجمة عن الحوادث و السقوط

*- اسباب ورمية اورام و سرطانات

*- امراض النقص الغذائي : نقص فيتامين ب12 / فقر الدم الويبل الحاد / امراض الغدد كدرقية / الصرع المستعصي الذي يؤدي الى نقص تدفق الاكسجين الى الدماغ / الذهان المزمن مثل الفصام.

*- السكتات الدماغية

3- اعراض الخرف

- تدهور الذاكرة

- تدهور في اي من القدرات الادراكية مثل الارادة التفكير التخطيط

- تدهور في التحكم العاطفي كسرعة الانفعال

**** وجود اي من الاعراض في شخص ما لمدة لا تقل عن اشهر و لا يكون الشخص يعاني من ضعف في الوعي.

- الزهايمر Alzheimer كأحد انواع الخرف انتشارا

يعود الفضل فيمرض اكتشاف أعراض هذا المرض إلى الطبيب الألماني **ألويس الزهايمر** Aloysuis Alzheimer وهذا سنة 1906، حيث اعتبره آنذاك مرض يصيب القشرة الدماغية ، ولم يكن مدركا وقتها أنه يصف أحد الأمراض خطورة والتي إلى يومنا هذا لم يجد له الشفاء.

1- تعريف مرض الزهايمر :مرض عصبي يصيب الج.ع.م ورغم أنه إلى غاية اليوم لا تعرف أسبابه إلى أن الدراسات تشير إلى تراكم البروتين في الدماغ معطيا بذلك لوحات وكتل ، وتكون هذه اللوحات على شكل رقع من البروتين الموجود بالمخ بينما يبدأ بروتين بيتاميلويد في التكتل متجمعا بين الخلايا العصبية ، مانعا بذلك إيصالها بالمغذيات الكيماوية الأساسية وبتالي موت الخلايا تدريجيا ، تقلص المخ وهو ما يفقده مظهره المتجعد. وهناك دراسات أخرى لاحظت أن لدى مرضى الزهايمر الكثير من الخلايا الدبقية الصغيرة ومثل هذه الخلايا إفرازها يؤثر على خلايا أخرى كزنها تفرز الجذور الحرة وهي سامة. ويتصف هذا المرض عموما بانخفاض تدريجي ومستديم للوظائف المعرفية.

2- عوامل الخطر: وكما أشرنا بداية لا يوجد سبب يمكن واضح يحدث المرض و لكن هناك مجموعة من العوامل التي من الممكن أن تتداخل لإحداثه. وهذه العوامل هي:

2-1 عامل السن : وهو من أكثر العوامل تأثيرا فهو يصيب 5% في سن 65 وأكثر من 20% في سن 80 ولهذا يندرج ضمن أمراض خرف الشيخوخة.ومن الملاحظ أن هذا المرض يصيب الكبار إلا أن هذا لا يمنع حدوثه في 40 و 50 سنة.

2-2 عوامل وراثية : هناك بعض الأنماط الجينية و بعض المورثات الخاصة لدى بعض العائلات الذين أصيب أحد أفرادهم بهذا المرض ولكن نادرة حيث تشكل العوامل الوراثية أقل من 5% .

2-3 الجنس : منتشر لدى النساء

2-4 عوامل بيئية غير متوافقة : اصابات الدماغ ، مرض السكري صنف 2 ، مرض الباركنسون ، ارتفاع ضغط الدم الشرياني وهنا الخطر ستة أضعاف ، البدانة ، الكولسترول.

2-4 عوامل غذائية : وهناك العديد وصفوا أن لتغذية دور كالاستفادة من المواد المضادة للأكسدة كالخضر فيتامين ج واستهلاك الخمر تناول السمك مشتاقات الحليب الدهون أومجا 3 و6 فيتامين ب9 و ب12 .

3- أعراضه : تكون الأعراض في البداية عبارة عن نسيان ومشاكل في التركيز ، كما تصبح عملية تعلم الأمور الجديدة أكثر صعوبة . ولكن تكون الأعراض حسب تطور المرض والدي يمر ب 3 مراحل:

3-1 المرحلة الأولى : وهنا يكون فقدان الذاكرة غير واضح بشدة و يبدأ بنسيان لبعض الأشياء كرقم الهاتف نسيان اسم شارع أو حتى شخص ، وهذا النسيان لا يعطيه أهمية ولكن مع الوقت يصبح ضار على مستوى العلاقات الاجتماعية والشخصية.

3-2 المرحلة الثانية : فقدان الذاكرة يتطور مع تقدم المرض ويكون هنا الضرر على مستوى ذاكرة الاحداث القريبة.

3-2 المرحلة الثالثة : تحتد اضطرابات الذاكرة وتمس الأحداث القريبة دون الذكريات القديمة ، ونجد في هذه المرحلة اضطراب في السلوك فيصبح المريض سريع التهيج والانفعال ويتطور المرض ليصبح المريض غير قادر على ارتداء ملابسه بشكل صحيح وهنا المريض ينسى اسمه وعنوانه ما جعله عرضة للضياع كونه يصبح غير القادر أن يعود غلى بيته إذا خرج. وإذا بلغ المرض أشده فالمريض ينس حتى الأحداث البعيدة.

4- التشخيص : لا يزال تشخيص مرض الزهايمر صعب إلى غاية يومنا هذا فلا يوجد تشخيص دقيق. غير أن الأطباء يعتمدون على بعض الفحوصات وأهمها الفحص بالرنين المغناطيسي الفحص العصبي-النفسي وبعض التحاليل المخبرية. لكن الوسيلة الأكثر اعتمادا هي التشخيص السريري بمعنى الاعتماد على مؤشرات معينة مستبعدين طبعا كل الأعراض المتشابهة التي تتداخل مع أمراض أخرى كالالتهابات وبعض الأورام والاكتئاب . كما نعتمد في التشخيص على مراقبة تطور الوظائف العقلية وهذا النوع هو الأكثر شيوعا في التشخيص وهنا نقيم تطور الحالة بواسطة ما يعرف MMS أي .Mini Mental Statu والجوانب التي يقيسها MMS هي كالأتي :

* التوجه الزماني والمكاني : فتطرح أسئلة على شكل أعطي تاريخ اليوم في أي مدينة تقطن.
* التعلم : أعطي 3 مرادفات لكلمة زهرة .

* العمليات الحسابية : 3*2 +6

* الذاكرة : نعرض عليه شيء ثم نخبأه ونطلب منه ذكر ما رأى.

* اللغة : تكرار جمل إملاء كتابة.

كل محور تم عرضه عليه سلم تنقيط ، وبعد انهاء الاختبار نحسب المجموع ← من 30/0. و إذا تحصل الشخص على أقل من 24 يعتبر غير طبيعي.

5- العلاج : لأن أسباب المرض غير محددة ولأن طريقة تشخيصه ليست دقيقة فالمنطقي أن لا يعرف كيفية العلاج و لا حتى الوقاية . ولكن هذا لا يمنع وجود بعض الطرائق العلاجية التي تخفف أعراض المرض وتساعد المريض وعائلته على إدارة المرض. وشأنه شأن أي مرض فالاكتشاف المبكر له يحد أو على الأقل يحمى المريض قدر الامكان . وإن لم نستطيع علاج الزهايمر إلا أننا يمكننا علاج ما يرافق مرض الزهايمر كالاكتئاب القلق الهلاوس والهذيان وحالات التهيج والعدائية. والتكفل النفسي هنا ضروري جدا. وهنا الأخصائي يحاول مساعدة المريض على تحسين العمليات المعرفية وتنظيم الانشطة اليومية وتحسين اضطراب السلوك وتفادي كل أنواع الاحباط ويكون ذلك بتعاون مع عائلة المريض.

أما العلاج الدوائي للمرض فهو عبارة عن أدوية تحسن الذاكرة أو تؤخر فقدانها الكلي كما يوصف بعض المهدئات و مضادات الاكتئاب. وعلينا الاشارة أنه متوفر على مستوى المراكز والجمعيات التي تهتم بمرضى الزهايمر، دليل رعاية المريض ويمكن من عائلته التحصل عليه وتتبع الارشادات والخطوات الموجودة فيه والتي تضع خطة في كيفية التعايش مع هذا المرض .

تم الاعتماد على المراجع التالية للاعداد المحاضرة :

- من اعداد أساتذة الطب النفسي بالجامعات العربية ، دليل الطب النفسي ، وكالة الصحافة العربية ، القاهرة ، 2017
- محمود عواد، معجم الطب النفسي و العقلي ، دار اسامة لنشر ،

احمد عكاشة الطب النفسي المعاصر ، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة ، 2001 ، عمان

- الزهايمر و انواع اخرى من الخرف ، جيمس وارنز ، نوري غراهام ، كتب العربية ، 2013.

Jean-Jacques Hauw , La maladie d'Alzheimer, John Libbey Eurotext , paris,1999