



# العلاجات الهيكرة لمرض الزهايمر

سلسلة التثقيف الصحي



Abdullah  
www.abdullah.com

فريق الطب النفسي للمسنين  
قسم الطب السلوكي  
مستشفى جامعة السلطان قابوس  
والرابطة العمانية للزهايمر

## المقدمة

مرض الزهايمر عادة ما يصيب كبار السن ويؤثر على الدماغ ويصاحبه موت الخلايا الدماغية بشكل تدريجي. كما تكون أعراضه نتيجة لنقص في بعض الكيمائيات الهامة التي تعمل على نقل الرسائل العصبية في الدماغ.

في عام 2013 أوضحت الإحصاءات أن عدد المصابين بمرض ألزهايمر في العالم يبلغ 44 مليون، وتقدر هذه الإحصاءات ارتفاع العدد إلى 66 مليون بحلول عام 2030. في السلطنة لا توجد إحصاءات فعلية، ولكن تقديرا يبلغ عدد المصابين 5-6 آلاف مصاب.

يعتمد تشخيص المرض على التاريخ المرضي من خلال السؤال عن التطور الزمني للأعراض ومدى تأثيرها على حياة المريض. كما يعتمد على الإختبارات النفسية العصبية، والتحليل المخبرية والأشعات التي تساعد على إستبعاد الأمراض والإضطرابات المشابهة.

التشخيص المبكر مهم جدا، وللأسف في حالات كثيرة يتأخر التشخيص وذلك لأكثر من سبب من أهمها عدم التفريق بين أعراض مرض ألزهايمر وبعض الصعوبات الإدراكية التي تحدث بسبب التقدم في السن. وبشكل عام فأعراض المرض تكون أكثر حدة، وتتطور بشكل أسرع، وتتسبب في عدم قدرة المريض على الإعتماد على نفسه.

## العلامات المبكرة لمرض الزهايمر

- 1 - فقدان الذاكرة.
- 2 - صعوبة إتمام الأعمال المألوفة.
- 3 - مشاكل في التفكير التجريدي
- 4 - فقدان الشعور بالمكان والزمان.
- 5 - ضعف في قدرة الحكم على الأمور.
- 6 - مشاكل اللغة والتواصل.
- 7 - ضياع الأغراض الشخصية واتهام الآخرين بأخذها.
- 8 - تغيرات في الشخصية.
- 9 - الانسحاب من العمل والأنشطة الإجتماعية.
- 10 - تغيرات في المزاج.

يشكل نسيان المعلومات التي جرى تعلمها مؤخراً أحد الإشارات المبكرة للإصابة بالزهايمر، ويبدأ النسيان بوتيرة أكثر تكراراً ويصبح الشخص عاجزاً عن تذكر المعلومات. كنسيان الأحداث القريبة، والمواعيد المهمة، وتكرار سرد القصص بدون وعي.

**ما هو الأمر الطبيعي؟**

نسيان الأسماء أو مواعيد المقابلات في بعض الأحيان.

## 2 صعوبة إتمام الأعمال المألوفة

ويقصد بها تلك الأمور المعتادة في الحياة اليومية، مثل إرتياد المساجد، وأداء الصلوات، واستعمال الهاتف، وتدبير المطبخ، فإن المصاب قد يجد صعوبة في إتمامها، أو يتطلب وقتاً أطول.

**ما هو الأمر الطبيعي؟**

في بعض الأحيان، يحتاج الشخص إلى المساعدة في تشغيل الأجهزة الكهربائية.

## 3 مشاكل في التفكير التجريدي

قد يجد مريض الزهايمر صعوبة غير عادية في تنفيذ مهام عقلية معقدة، كأن يجد صعوبة في التخطيط وحل المشاكل التي تواجهه، وصعوبات في إدارته للأموال والأموال.

ما هو الأمر الطبيعي؟  
الحاجة لبعض المساعدة في إدارة المال  
والأعمال.

## 4 فقدان الشعور بالمكان والزمان

فقد القدرة على معرفة الوقت والتاريخ  
والمكان، ويدل على وجود ارتباك ذهني كما  
يمكن أن يتوه مريض الزهايمر في الأماكن  
المألوفة وأن ينسى أين هو وكيف وصل إلى  
هناك، وأن يجهل طريق العودة إلى المنزل.

ما هو الأمر الطبيعي؟

نسيان أيام الأسبوع أو المكان الذي تريد  
الذهاب إليه.

## 5 ضعف في قدرة الحكم على الأمور

قد يرتدي مريض الزهايمر ملابس غير ملائمة  
ويرتدي عدة طبقات في يوم حار أو القليل منها  
في يوم بارد، وقد يظهر صعوبة في استخدام  
المال.

ما هو الأمر الطبيعي؟

يمكن اتخاذ قرار مشكوك في صحته أو قابل  
للنقاش من وقت لآخر.

## 6 مشاكل اللغة والتواصل

قد يجد مريض الزهايمر صعوبة في  
المتابعة أو المشاركة في حوار أو نقاش قائم  
فيتوقف عن الكلام فجأة في وسط المحادثة،

أو يكرر نفس الجملة، أو يسمى الأشياء بغير مسمياتها (كأن يطلق على "الساعة" اسم "منبه يد" مثلا).

ما هو الأمر الطبيعي؟

نسيان بعض الأشياء ثم تذكرها لاحقا

## 7 ضياع الأغراض الشخصية واتهام الآخرين بأخذها

يقوم الشخص بوضع أغراضه الشخصية في مكان ما، ثم ينسى موضعها ويفقدها، وقد يتهم أفراد أسرته أو عمالة منزله بأخذها، وربما يخاصمهم أو يظن أنهم يتآمرون ضده.

ما هو الأمر الطبيعي؟

وضع المفاتيح أو المحفظة في مكان غير صحيح بشكل مؤقت

## 8 تغيرات في الشخصية

تتغير شخصيات مرضى الزهايمر بسرعة فقد يصبحون مشوشين كثيرا، أو خائفين، أو يصرون على بقاء أحد أفراد الأسرة معهم طوال الوقت.

ما هو الأمر الطبيعي؟

تتغير شخصيات الناس نوعا ما مع التقدم في العمر.

## الانسحاب من العمل والأنشطة الاجتماعية

9

يصبح مريض الزهايمر أحياناً غير  
مبال فيفضل الإنعزال عن الناس، وترك العمل،  
فيجلس أمام التلفاز لساعات طويلة وينام لوقت  
أطول من المعتاد.

**ما هو الأمر الطبيعي؟**

الشعور أحياناً بالملل من العمل او الواجبات  
الاجتماعية.

## تغيرات في المزاج

10

قد يظهر المصاب بمرض الزهايمر  
تقلبات سريعة في المزاج، من الهدوء إلى  
البكاء إلى الغضب، بدون أي سبب ظاهر.  
**ما هو الأمر الطبيعي؟**  
الشعور أحياناً بالحزن البسيط او بتقلب  
المزاج مع التقدم في العمر.

**إذا لاحظت أن أحد اقربائك المتقدمين  
في السن يعاني من أي من هذه  
الأعراض، يرجى منك استشارة الطبيب**

للتواصل

[senawi@squ.edu.om](mailto:senawi@squ.edu.om)

الفيسبوك: Alzheimer society

هاتف: 24144419

مع تحيات  
فريق الطب النفسي للمسنين  
قسم الطب السلوكي  
مستشفى جامعة السلطان قابوس  
والرابطة العمانية للزهايمر

بالتعاون مع لجنة التثقيف الصحي  
مستشفى جامعة السلطان قابوس