



مرض الخَرْفُ



الخَرْفُ لا يُعَدُّ مرضاً محدداً بذاته، بل تُستخدَم كلمة «الخَرْفُ» للدلالة على مجموعة من الأعراض يُمكن أن تكون ناتجة عن عدد من الاضطرابات التي تصيب الدماغ. يؤدي الخَرْفُ إلى ضعفٍ خطير في القدرات العقلية لدى المريض. وهذا ما يؤثر في نشاطاته وعلاقاته المعتادة. قد يفقد الشخص المصاب بالخَرْفُ قدرته على حل المشكلات وعلى ضبط انفعالاته. كما قد يعاني المريض أيضاً من تغييرات في الشخصية ومن مُشكلات سلوكية، وذلك من قبيل سرعة التهيج والأوهام والهلوسة، وهناك أمراض يُمكن أن تُسبب ظهور أعراض الخَرْف. ومن الحالات الصحية التي يُمكن أن تُسبب الخَرْف أو التي يُمكن أن تُسبب أعراضاً تشبه الخَرْف:

- ردود الفعل على بعض الأدوية (أثار جانبية لبعض الأدوية).
 - مُشكلات في الغُد الصم.
 - حالات اضطراب التمثيل الغذائي.
 - العدوى.
 - التسمُّم.
 - الأورام الدماغية.
 - وجود سوائل في الدماغ، وهو ما يعرف أيضاً باسم «استسقاء الرأس».
 - المُشكلات القلبية والرئوية.
 - وصحیح أن الخَرْف أمر شائع لدى المتقدمين كثيراً في السن، إلا أنه ليس جزءاً طبيعياً من عملية التقدم في السن نفسها.
- الأعراض**
- تعتمد أعراض الخَرْف على سبب كل حالة. لكن هناك أعراض مشتركة يُمكن أن ترتبط بالخَرْف على نحوٍ عام. والعرض الأكثر شيوعاً في الخَرْف هو فقدان الذاكرة. ومن المؤلف بالنسبة للشخص المصاب بالخَرْف أن ينسى بعض الأشياء ولا يعود قادراً على تذكرها من جديد. وقد يقوم الشخص المصاب بالخَرْف بطرح السؤال نفسه مرةً بعد مرة رغم تلقيه إجابة عليه. ومن الممكن أن ينسى الشخص المصاب بالخَرْف الكلمات البسيطة، أو يُمكن أن يستخدم كلمات خاطئة. وهذا ما يجعل فهم ما يقوله أو ما يريد أمراً في غاية الصعوبة.
- ويعاني الأشخاص المصابون بالخَرْف من صعوبة في أداء المهام اليومية المألوفة، وذلك من قبيل إعداد الطعام أو تنظيف المنزل. وعلى سبيل المثال، فإن الشخص المصاب بالخَرْف يُمكن أن يقوم بتحضير الطعام لكنه ينسى تقديمه، أو يُمكن أن يقوم بتنظيف

المطر من غير حمل مظلة. وقد يقوم بتكرار هذه التصرفات على نحوٍ منتظم. قد يعاني الأشخاص المصابون بالخَرْف أيضاً من مُشكلات فيما يتعلق بالتفكير المجرد؛ فعلى سبيل المثال، يُمكن أن يجد المريض صعوبة في استخدام دليل الهاتف، لأنه نسي معنى الأرقام وما الذي يُمكن أن يفعله بها، ويعد فقدان روح المبادرة أحد أعراض الخَرْف أيضاً. وقد يصبح بعض المرضى سلبين إلى حدٍ كبير، وقد لا يرغبون في الذهاب إلى أي مكان لرؤية الناس الذين كانوا يستمتعون برؤيتهم من قبل.

كذلك فإن تقلبات المزاج المفاجئة عرض آخر من أعراض الخَرْف. ومن المؤلف أن نرى الشخص المصاب بالخَرْف يضحك فرحاً في لحظة من اللحظات، ثم يبكي حزناً في لحظة أخرى. من الممكن أن يعاني الشخص المصاب بالخَرْف من تغييرات شديدة في الشخصية؛ فقد يتحوّل الشخص الذي يكون مرناً سهل المعشر إلى شخص منزعج أو خائف من أفراد أسرته وأصدقائه، أو يُمكن أن يشك فيهم.

الأسباب

ليس الخَرْف مرضاً في حد ذاته. يُستخدم مصطلح «الخَرْف» لوصف مجموعة من الأعراض التي يُمكن أن تكون ناتجة عن عدد

من الاضطرابات التي تصيب الدماغ. ولهذا السبب، فإن هناك أنواعاً مختلفة كثيرة من الخَرْف. عند تصنيف أنواع الخَرْف، أو عند تعدادها، فمن الممكن توزيعها إلى مجموعات اعتماداً على الخصائص المشتركة فيما بينها؛ فعلى سبيل المثال، فإن الخَرْف المتطور هو مجموعة من حالات الخَرْف التي تتفاقم مع مرور الزمن. وتشمل أنواع الخَرْف المتطور:

- مرض ألزهايمر.
- الخَرْف الوعائي.
- الخَرْف الجبهي الصُدغي.
- لا تتطور حالات الخَرْف كلها. وهناك أسباب للخَرْف يُمكن إزالتها. تعرف هذه الحالات باسم الخَرْف غير المتطور. يُمكن أن تنتج حالات الخَرْف غير المتطور عن:
- الإصابة بالعدوى، أو اضطراب في المناعة.
- الجفاف أو سوء التغذية.
- رد فعل على الأدوية.
- الورم الدموي تحت الجافية.
- السُّموم.
- مُشكلات تتعلّق بالأكسجين.
- أورام دماغية.

إذا جرت معالجة الأسباب المؤدية إلى الخَرْف غير المتطور، فمن الممكن أن يزول الخَرْف. إن تراكم السائل الدماغي الشوكي في الدماغ يُمكن أن يسبب استسقاء الرأس، أي وجود سائل في الدماغ. وهو سبب آخر من الأسباب المؤدية إلى الخَرْف. وبترافق ذلك عادةً مع صعوبة في المشي ومع حالة من السلس البولوي. وهو يتطلب معالجة جراحية من خلال وضع تحويلة توجه السائل الفائض في الدماغ إلى البطن.

التشخيص

من الممكن أن يكون تشخيص سبب الخَرْف أمراً في غاية الصعوبة. وقد يتطلب ذلك زيارات متعددة إلى عيادة الطبيب. ولا وجود لاختبار أو فحص واحد يُمكنه تشخيص سبب الإصابة بالخَرْف، لأن هناك أسباباً محتملة كثيرة لظهور الأعراض المتعلقة بالخَرْف. يُمكن للطبيب أن يتوصّل إلى تشخيص الإصابة بالخَرْف في حالة توفر اثنين أو أكثر من المظاهر الواضحة التي تدل على قصور وظائف الدماغ، بدون فقدان الوعي. ومن الأمثلة على هذه المظاهر فقدان الذاكرة والمهارات اللغوية معاً. يبدأ الطبيب باستعراض ومراجعة

العرض الأكثر شيوعاً في الخَرْف هو فقدان الذاكرة

الخَرْف كذلك يُمكن معالجته بعض الأعراض والمشكلات السلوكية من خلال أدوية محددة. وقد يصف الطبيب مضادات الاكتئاب أو المهدئات أو غير ذلك من الأدوية من أجل تخفيف المُشكلات ذات الصلة بأعراض الخَرْف. وإذا ظن الطبيب أن الخَرْف ناتج عن ورم في الدماغ، أو بسبب نزف دماغي أو نتيجة تراكم السوائل في الدماغ، فإن الجراحة قد تكون ضرورية.

الوقاية من الخَرْف

لا توجد طريقة مضمونة للوقاية من الخَرْف. لكن هناك خطوات يستطيع المرء القيام بها من أجل تقليل خطر الإصابة بالخَرْف. حتى تتوصل إلى تقليل احتمال إصابتك بالخَرْف

- عليك أن تتعرض على استمرار نشاط ذهنك. حاول ممارسة ألعاب الكلمات المتقاطعة. وتعلم لغة جديدة، أو حاول أن تتعلّم استخدام أجهزة جديدة لم تكن تعرفها من قبل.

- احرص على مواصلة القراءة والكتابة، وعلى الرسم أيضاً. إن هذه النشاطات قادرة على تأخير بدء ظهور أعراض الخَرْف أو على تقليل آثار الخَرْف على حياتك.

- هناك طريقة أخرى لتأخير بدء أعراض الخَرْف ألا وهي أن يحافظ الإنسان على استمرار نشاطه الجسدي والاجتماعي. إن ممارسة المشي والهولة والسباحة أساليب جيدة للمحافظة على الصحة البدنية.

- كما أن الذهاب إلى المتاحف وممارسة الألعاب الذهنية من وقت لآخر يعدّان من طرق المحافظة على النشاط الاجتماعي.

- من الممكن أن يكون تقليل مستوى الكوليسترول في الدم مفيداً في تقليل مخاطر الإصابة بالخَرْف. وهناك أدوية معينة يُمكنها أن تساعد على تخفيض مستوى الكوليسترول.

- تناول أطعمة غنية بالفاكهة والخضار وبعض أنواع الأسماك والمكسرات يُمكن أن يساعد على تقليل مخاطر الإصابة بالخَرْف.

- الإقلاع عن التدخين طريقة أخرى لتقليل مخاطر الإصابة بالخَرْف.

- تخفيض ضغط الدم، أو إبقاء وءه ضمن المستويات الطبيعية، يُمكن أيضاً أن يقلل كثيراً من مخاطر الإصابة بالخَرْف.

- التصوير المقطعي المحوسب (CT).
- التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI).
- التخطيط الكهربائي للدماغ (EEG).

يُمكن أن يستخدم الطبيب أيضاً الفحوص المختبرية من أجل تشخيص الخَرْف. وهناك فحوص كثيرة يُمكنها أن تساعد الطبيب على استبعاد الأسباب الأخرى، وذلك من قبيل الفشل الكلوي مثلاً. يُمكن أن يكون لهذه المُشكلات دور في ظهور الأعراض على المريض. وهناك حالات صحية كثيرة قابلة للعلاج تكون على صلة بأعراض الخَرْف. قد يطلب الطبيب أيضاً إجراء تقييم نفسي للمريض من أجل معرفة ما إذا كان هناك اضطراب نفسي كامن خلف الأعراض، كالاكتئاب مثلاً.

العلاج لا وجود لمعالجة قياسية من أجل الخَرْف. ولا بد من معالجة سبب الخَرْف إن أمكن العثور عليه. وقد تساعد أشكال المعالجة التالية على إبطاء تفاقم أعراض الخَرْف أو تخفيفها إلى أقصى حدٍ ممكن. يُمكن استخدام الأدوية التي تفيد فيما يخص الذاكرة والتعلم. ومن الممكن أن يلجأ الطبيب أيضاً إلى معالجة الأسباب الكامنة وراء الخَرْف من أجل إبطاء تفاقم الحالة أو من أجل إيقافها. وعلى سبيل المثال، يُمكن للأدوية التي تضبط ضغط الدم المرتفع أو التي تستخدم في الأمراض القلبية أن تساعد على منع حدوث السكتة، ممّا يعني الحماية من أحد أسباب

التاريخ الطبي للمريض. وهذا ما يشمل تاريخ بدء الأعراض وكيفية بدء ظهورها. كما يتضمن الاستفسار عن أية مُشكلات صحية، لأن هذا يساعد الطبيب في تحديد سبب الخَرْف. على سبيل المثال، يُمكن أن يشير حصول إصابة في الرأس في الآونة الأخيرة إلى سبب محتمل من أسباب الخَرْف. عند تشخيص حالة صحية تُسبب مُشكلات في الذاكرة، يُمكن أن يجد الطبيب حاجة إلى التحدث مع أصدقاء المريض وأفراد أسرته والأشخاص الذين يعتنون به. إن هؤلاء الناس قادرون على إعطاء معلومات عن التغيرات التي شاهدها، التي يُمكن أن يكون المريض غير منتهب إليها. ويجري الطبيب أيضاً فحصاً جسدياً للمريض. إن من الممكن أن يكتشف الطبيب في هذا الفحص علامات تشير إلى حدوث سكتة، أو غير ذلك من الاضطرابات التي يُمكن أن تُسبب أعراضاً تشبه أعراض الخَرْف. من الممكن أيضاً أن يخضع المريض إلى اختبارات ترمي إلى تحديد قدرته على التذكر والتفكير. ومن الممكن أيضاً أن يجري تقييم لصحة المريض الانفعالية. تستطيع هذه الفحوص والاختبارات تحديد وجود الخَرْف وشدته، كما تستطيع أن تبيّن الجزء المتضرر من الدماغ. وهناك نوع آخر من الفحوص التي تستطيع تقييم توازن الشخص ووظائفه ومنعكساته الجسدية. يجري الطبيب صوراً للدماغ وبعض الفحوص الأخرى لاكتشاف الأورام والسكتات وغير ذلك من المُشكلات الصحية التي قد تكون سبباً للخَرْف. وتشمل هذه الفحوص:

تقلبات المزاج المفاجئة عرضاً آخر من أعراض الخَرْف

