

الزهايمر Alzheimer

كلية الطب
جامعة الملك عبد العزيز
جدة المملكة العربية السعودية

كلية الطب
جامعة الملك عبد العزيز
جدة المملكة العربية السعودية



داء الزهايمر Alzheimer's

المقدمة

الزهايمر هو الشكل الأكثر شيوعاً من الخرف، يؤدي إلى فقدان القدرات العقلية كالذاكرة والمنطق.... إلخ. وهو مرض يصيب خلايا الدماغ فيؤثر على كفاءة أدائه وبالتالي على وظائف الجهاز العصبي ككل. ومرض الزهايمر من أمراض الشيخوخة، فهو عادةً ما يصيب كبار السن ممن تجاوزوا الخامسة والستين من العمر (65 عام) وكلما زاد السن، زادت فرصة الإصابة بالمرض. الزهايمر هو مرض تقدمي ومستفحل، وهذا يعني أنه سيستمر إلى أن يزداد سوءاً إذ يتطور بشكل مطرد. وللأسف فلا يوجد علاج للحالة على الرغم من وجود العلاج المتاح الذي يمكن أن يبطئ تطوره. وتكمن خطورة مرض الزهايمر في سرعة تطوره ومضاعفاته حيث تبدأ أعراض المرض في الظهر بصورة طفيفة وعلى فترات متباعدة وسرعان ما تتطور الأعراض وتزداد خطورة الحالة وتظهر المضاعفات إذا لم يتم التدخل السريع بالعلاج.

قد تبدأ الحالة في المراحل الأولى بأعراض ومشاكل ثانوية في الذاكرة وصعوبة في الكلام. هذه الأعراض عندئذ يمكن أن تؤدي إلى الإحباط وتقلبات المزاج. تتغير الأعراض مع تطور الحالة، وقد يؤدي ذلك إلى الإرتباك، تغييرات في الشخصية مع تغيير كلي في السلوك.

ما الذي يسبب أعراض مرض الزهايمر؟

يهاجم مرض الزهايمر خلايا المخ والاعصاب وكذلك الأعصاب الناقلة (neurotransmitters) والمسئولة عن حمل الرسائل من وإلى الدماغ. تدمير أجزاء هذه المجموعات يؤدي إلى كتل من البروتين على شكل حزم وصفائح حول خلايا الدماغ، تقوم بتدمير المزيد من الوصلات بين خلايا المخ، مما يجعل الحالة تزداد سوءاً. يعتبر الزهايمر مرضاً شائعاً، ويلعب العمر دوراً كبيراً في تطوره رغم أنه ليس السبب الوحيد في الإصابة بالمرض.

مرض الزهايمر أكثر شيوعاً في الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً، مما يؤثر على حوالي 1 في كل 20 شخص، وتزداد المخاطر مع تقدم العمر والذين تزيد أعمارهم عن أكثر من 80 عاماً (1 في كل 5 أشخاص).

ومن النادر أن يؤثر على أحوال الذين تقل أعمارهم عن 65 سنة، ولا يحدث إلا في حوالي 1 في كل 1000 شخص.

وحسب التقديرات فإن حوالي 450000 شخصاً في المملكة المتحدة يعانون من مرض الزهايمر.

داء الزهايمر Alzheimer's

الأعراض

من الصعوبة بصفة خاصة تشخيص مرض الزهايمر لأن الكثير من أعراضه مماثلة ومشابهة لأعراض حالات أخرى.

يختلف مرض الزهايمر من شخص لآخر حسب استجابة الواحد منهم ورد فعله، ولكن هناك ثلاث مراحل للمرض بشكل عام :

- خفيف
- معتدل
- حاد

الحالة الخفيفة

الشكل الخفيف للزهايمر عادةً يشمل فقدان التدريجي لوظيفة المخ ، مثل ضعف الذاكرة والارتباك، وغالباً ما تظهر هذه الأعراض على من هم دون سن الشيخوخة.

بعض أعراض مرض الزهايمر الخفيف وتشمل :

- فقدان الذاكرة
- النسيان
- ارتباك
- مزاج متأرجح
- مشاكل في النطق

و هذا بطبيعة الحال إشارة إلى أن الجزء الأول من الدماغ على بدء في التدهور، وغالباً ما يكون هو الجزء الذي يتحكم في وظائف الذاكرة والنطق.

الزهايمر المعتدل

كلما تطور مرض الزهايمر إلى مرحلة معتدلة تظهر أيضاً أعراض أخرى مثل :

- الهلوسة
- الأوهام
- السلوك الاستحواذي أو التكراري
- التخيل بعمل شيء ما لم يتم أصلاً في الحقيقة
- اضطرابات النوم
- سلس البول

داء الزهايمر Alzheimer's

الأعراض

يعاني مريض الزهايمر المعتدل أيضاً من نسيان الأحداث والأشياء القريبة وفي هذه الحالة غالباً ما يعطي إجابة غير صحيحة عن الموضوع ، الأمر الذي يعكس معاناة المريض من النسيان. تبدأ مشاكل اللغة والكلام وتتطور في هذه المرحلة، الأمر الذي يجعل مريض الزهايمر يشعر بالإحباط والإكتئاب مما يؤدي إلى تقلبات المزاج.

الزهايمر الحاد

تبدو حالة مريض الزهايمر في المرحلة الحادة قاسية جداً **disorientated**. وقد تظهر عليه علامات الارتباك الرئيسية، وهذه أيضاً هي المرحلة التي يمكن أن يعاني فيها المريض على الأرجح من الهلوسة والأوهام، وقد يتخيل شم أو رؤية أشياء أو سماع أصوات أصلاً ليست هناك، أو يتخيل أن أحداً قام بسلبه أو الاعتداء عليه، الأمر الذي يقلق ويزعج المريض وأهله وأصدقائه. أسوأ حالات الهلوسة والأوهام تنتاب مريض الزهايمر أثناء الليل، وقد يصبح مريض الزهايمر عنيفاً كثير الاسئلة، وتنتابه الشكوك فيمن حوله. كلما تطور مرض الزهايمر حدةً، تبدأ أعراض أخرى في الظهور مثل :

- صعوبة في البلع
- صعوبة تغيير مكان أو الانتقال من مكان الى آخر من دون مساعدة
- فقدان الشهية أو فقدان الوزن
- زيادة القابلية للإصابة
- فقدان كلي للذاكرة على المدى القريب والبعيد

وخلال المرحلة الحادة، كثيراً ما يبدأ الناس في إهمال النظافة الشخصية. وهي المرحلة التي يحتاج فيها المريض الى الرعاية الكاملة بشكل مستمر ودائم، لأن ما يستطيعون أن يفعلوه بأنفسهم قليل جداً.

الزهايمر ومتوسط العمر المتوقع

ومن سمات الزهايمر أنه يؤثر على قدرة الشخص على الاعتناء بنفسه عندما تكون حالته سيئة، وقد تتطور الحالة بسرعة إذا ترك بدون علاج. ومرض الزهايمر غير قادر أيضاً على إخبار أحد إذا شعر بالمرض أو بعدم الراحة.

يمكن لمرض الزهايمر أن يقصر متوسط العمر المتوقع إذا ظهرت مضاعفات جديدة على المريض، مثل التهاب الرئوي نتيجة لوجود المرض، لذا فإن مرض الزهايمر قد لا يكون في هذه الحالة السبب الوحيد للموت، ولكنه قد يساهم في ذلك.

داء الزهايمر Alzheimer's

الأسباب

لا يزال أسباب تدهور خلايا المخ مجهولاً على الرغم من أن هناك عدة عوامل معروفة على أن يكون لها تأثير على تطور مرض الزهايمر.

العمر

يمثل العمر العامل الأساسي في مضاعفات وتطور مرض الزهايمر، مع مخاطر الإصابة به بعد تجاوز سن الخامسة والستين من العمر (65 عاماً).

يتضاعف احتمال الإصابة بالمرض كل خمس سنوات بعد سن 65 عاماً. ولا يعني ذلك أن المرض قاصر على سن الخامسة والستين فقط.

تاريخ الأسرة

من المحتمل أن يكون مرض الزهايمر وراثياً، حيث أن إصابة الشخص ذو تاريخ عائلي هو أعلى ممن ليس لديهم تاريخ عائلي للمرض. تبدأ أعراض مرض الزهايمر الوراثي بين سن 35 إلى 60 سنة، بيد أن تلك الأعراض شبيهة بأعراض أمراض أخرى.

متلازمة داون

الناس الذين لديهم متلازمة داون، هم أكثر عرضةً للإصابة بمرض الزهايمر، وذلك لأن هؤلاء لديهم نسخة إضافية من الصبغي 21 chromosome، والذي يحتوي على بروتين موجود في الدماغ لدى مرضى الزهايمر. وبالتالي فإن من لديهم متلازمة داون يكون متوسط كمية البروتين لديهم قد يساهم في تطور مرض الزهايمر.

الإصابة وإصابات الرأس

وقد تبين أيضاً أن الذين يتعرضون للضرب أو إصابات في الرأس يكونون أكثر عرضةً للإصابة بمرض الزهايمر.

داء الزهايمر Alzheimer's

الألومنيوم

الألومنيوم مادة طبيعية موجودة في الأغذية والنباتات، ويمكن أيضاً أن تضاف إلى المنتجات، مثل المقالي ، والتغليف ، والأدوية. يمتص الجسم فقط القدر الأدنى من الألومنيوم وغالباً ما يخرج من الجسم مع البول.

وتشير الأبحاث إلى أن الألومنيوم يمكن أن يكون سبباً محتملاً لمرض الزهايمر، لكن ذلك يتطلب مزيداً من الأبحاث، حيث لم يثبت وجود صلة بين الألومنيوم والزهايمر.

التشخيص

أعراض مرض الزهايمر مشابهة لأعراض أمراض أخرى.
على سبيل المثال :

- نقص الفيتامينات
- مشاكل الغدة الدرقية
- العدوى
- القلق
- ورم في المخ
- الاكتئاب
- سوء استخدام العقاقير.

وعادة ما يتطلب تشخيص مرض الزهايمر، استبعاد الأعراض الأخرى المشابهة، حيث أنه لا توجد اختبارات أساسية لتشخيص مرض الزهايمر.

ربما يحيلك طبيبك العمومي إلى متخصص للمساعدة في التشخيص، وقد تكون لديك اختبارات الدم ، والفحص السريري من أجل استبعاد الأعراض الطبية الأخرى التي يمكن أن تشابه الأعراض التي تشتكي منها.

بحال اشتباه GP أو الأخصائي في إصابتك بمرض الزهايمر، يتم تقييم الذاكرة، وربما يتطلب الأمر عمل مسح (اسكانر) للدماغ لمعرفة التغييرات فيه.

داء الزهايمر Alzheimer's

المعالجة

لا يوجد حالياً أى علاج لمرض الزهايمر رغم وجود العديد من الأدوية الموصوفة المتوفرة التي يمكن أن تساعد على إبطاء تطور المرض، وهي تعمل عن طريق التحليل الكيميائي في الدماغ. فعند تلف الخلايا العصبية في الدماغ، يتم إفراز كولين أبيض وشفاف، وهي مادة كيميائية تسمى (acytegchoine)، لمنع التحليل الكيميائي لإبطاء تدهور الدماغ. يمكن وصف Memantine عندما يكون مرض الزهايمر في مرحلة أكثر تطوراً، حيث يتم خلاله منع المواد الكيميائية التي غالباً ما تكون عالية لدى الكثيرين مرضى الزهايمر، وهذه المواد الكيميائية يمكن أن تضر الخلايا العصبية وتعطل الرسائل من وإلى الدماغ. وهناك أيضاً بحوث توحي بأن عشب جينكو biloba يحسن من تدفق الدم إلى الدماغ، الأمر الذي يمكن أن يؤخر مضاعفات مرض الزهايمر، ولكن ذلك لم يثبت سريرياً.

أعراض أخرى لمرض الزهايمر

العلاج متاح ومتوفر للتخلص من بعض أعراض مرض الزهايمر، مثل الاكتئاب ومشاكل النوم (الأرق).

الوقاية

رغم أنه ليس هناك وسيلة لمنع مرض الزهايمر، إلا أن هناك أشياء يمكنك القيام بها لتجنب بدايته، ومن الموصى به، الإقلاع عن التدخين وتجنب شرب كميات كبيرة من الكحول والحصول على غذاء صحي متوازن. كما يجب عليك ممارسة التمارين الرياضية لمدة 30 دقيقة كل يوم لتحسين اللياقة البدنية والعقلية والحصول على فوائد أخرى كثيرة. يتم حالياً البحث في الادعاء بأن بعض الادوية مثل non-steroidal العقاقير المضادة

کتاب سی اس سی
سیلم بقشان
طیہ
مراض انخفاق