

الالزهايمر

رئيس الجمعية: أ.د. سنية والي الحمامي
الرئيس المساعد: أ.د. ايمان القصنتيني

كاتب عام: أ.د. منير لموم

كاتب عام مساعد: أ.د. اسماعيل خذر

امين مال: أ.د. ألفة بالريش

الاعضاء: - أ.د. سنية معالج

- أ.د. شوقي الوصيف

- أ.د. سماح مرزوق

- أ.د. سندس بكار

النسيان نعمة او حرمان

من نعم الله علينا نعمة النسيان،
فكم من ألم و جرح التأم مع
مرور الوقت، ليطوي النسيان
صفحة من صفحات الأحزان ...
ولكن الالزهايمر قد يصيب أي
منا، ليحرمه أجمل لحظات
عمره...

يقف العلم عاجزا... فلا يبقى لنا
الأمل إلا بالوقاية... و أيمان بما
نستطيع أن نصل إليه إذا تسلحنا
بالأمل...

برعاية:

الجمعية التونسية لطب الشيخوخة

لمزيد من المعلومات:

www.geriatrie-tn.org

atg.tunisie@gmail.com

نتج عن هذه الدراسة التي أجريها في الجمعية
التونسية لطب الشيخوخة و التي تضمنت
أكثر من 650 عينة ما يلي :
نسبة انتشار المرض: 3%
2/3 من النساء

أهم أسباب هذا المرض:

- 1- قلة النشاط المهني.
- 2- التقاعد المبكر
- 3- عدم معالجة الأمراض المزمنة

الوقاية

- 1- التفاح و السمك (اوميقا 3) و الكركم.
- 2- الابتعاد عن الكحول و المواد الكيميائية.
- 3- تحفيز الدماغ على العمل لشكل مستمر

مدى فاعلية العلاج و نجاحه

- 1- لا علاج شاف
- 2- هدفه فقط يقتصر على معالجة
العوارض

مع مرضى الازهايمر

✓ التكلم بهدوء وبصوت واضح مستخدم كلمات بسيطة وجمل قصيرة ويفضل استخدام لغة الإشارة البسيطة مثل الابتسامة وهزة الرأس والتخاطب بالعين فهذا يسهل على المريض فهم المراد.

✓ اجعل للمريض روتين يومي مستمر يبدأ من الصباح وينتهي بالمساء ولا يتفاوت من يوم ليوم مما يساعد في شغل وقت فراغه.

✓ مراعاة وعدم جرح المريض بالكلمات التي تؤلمه كالإشارة إلى أخطاءه أو إنبائه.



ما هو واجبي نحو مريض الازهايمر؟

✓ يجب أن ابرز أهمية كل فرد من أفراد العائلة بالاهتمام بالمريض.

✓ عليا أن انشر الوعي في العائلة حول معنى مرض الازهايمر و حقيقة أنه سوف يتقدم كل سنة.

✓ أن أراعي الحالة النفسية للمريض التي قد تتغير من الاكتئاب إلى الهيجان في بعض الأحيان.

✓ أن أشجع الأصدقاء وأفراد العائلة على الزيارة فكبير السن المصاب بالخرف يجب رؤية الأصدقاء المقربين والأطفال الصغار و يمازحهم.

تشخيص مرض الازهايمر صعب حيث انه يتضمن بحث في التاريخ المرضي للعائلة، تقييم حالة المريض العقلية والجسدية، إجراء أشعة مقطعية و رنين مغناطيسي ولكن لا يتم التأكد من الإصابة إلا بأخذ خزعة من الدماغ بعد الموت



علاج مرض الازهايمر:

لا يوجد علاج لمرض الازهايمر على الرغم من أن الدواء المتاح يبطئ تطور الحالة و يحد من التغيرات. ينبغي ترتيب خطة الرعاية لتوفير الرعاية والدعم كما هو الحال عند علاج أي نوع من الخرف..



الوقاية من مرض الازهايمر:

هناك العديد من الخطوات التي يمكن اتخاذها والتي قد تساعد على تأخير ظهور الخرف، مثل:

✓ الإقلاع عن التدخين والامتناع عن شرب الكحول
✓ إتباع نظام غذائي و صحي متوازن

✓ إجراء اختبارات صحية منتظمة عند التقدم بالعمر
إتباع هذه الخطوات له أيضاً فوائد صحية أخرى مثل تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وتحسين صحتك العقلية عموماً.

هو حالة مرضية تصيب الخلايا العصبية في المخ و تؤدي إلى إفسادها فهو يصيب الأجزاء المسؤولة عن التفكير و الذاكرة و اللغة. فقدان الإنسان لذاكرته و قدرته على التركيز، التعليم، القدرة على الإحساس بالزمان و المكان. فيصبح أكثر عصبية أو يصاب بالهلوسة أو بحالات من الجنون المؤقت



ما هي أسباب المرض؟

إلى الآن لم يتوصل العلماء إلى سبب واضح لهذا المرض و لكن هناك عدة عوامل تزيد من احتمالات حدوثه. السن، التاريخ المرضي للأسرة، التعليم، البيئة، الفيروسات، التلوث، أمراض الأوعية الدموية، إصابات الرأس. فالضموور الذي يحدث في الخلايا العصبية بالمخ، و الجذائل الليفية التي تتكون. حتى الآن لا أحد يعرف لماذا...

ما هو السبب الأكثر دقة؟

يتقدم العمر تترسب بروتينات نشوانية داخل الخلايا العصبية المركزية مما يؤخر التيارات العصبية أو يعطلها أو يدمر المسارات نفسها.

كيف يتطور المرض؟

يستمر بين ثمانية إلى عشر سنوات، بالرغم من أن بعض المصابين به قد يموتون في مرحلة مبكرة أو قد يعيشون لفترة 20 عاما بعد الإصابة.