



أحيانا ينسى أبي أو تنسى أمي شيئا ما... هل هذا مزعج؟

معلومات حول النسيان، الخرف و مرض الزهايمر

In de serie *Informatie in andere talen* zijn ook verschenen:

- Papiamentu
- Turks

Alzheimer Nederland heeft Nederlands-talige informatieven over diverse aspecten van dementie

و السبب الأكبر للخرف هو المرض الزهايمر. وكل شخص معرض للإصابة بمرض الزهايمر سواء كان امرأة أو رجلا، غنيا أو فقيرا، ذكيا أو غبيا. لكن غالبا ما يصاب الأشخاص المسنون بهذا المرض.

كيف يبدأ هذا المرض؟

يبدأ الخرف دون أن تشعر به. و لا يعرف أفراد العائلة متى بدأ الخرف بالضبط. و لا يكتشف أفراد العائلة هذا المرض لعدم معرفتهم له. فالأب و الأم يصبحان مسنين و لا يهتمان بشيء. بعض الأشخاص المصابين بالخرف يضللون الأشخاص الذين حولهم. فيخترعون أجوبة لأسئلة لا يعرفون الجواب عليها. ويتكبرون و يقولون: "أنا لا أعني من شيء. أنسا أحيانا شيئا ما لكن سببه كبري في السن فقط."

تبلغ أمي العمر 87 سنة. وعندما زرقتها هذا الصباح سألتني إن كنت أريد فنجان شاي. فقلت لها "نعم". لكن أمي لم تأت بالشاي. وبعد خمس دقائق سألتني من جديد إن كنت أريد فنجان الشاي. و نفس الشيء بعد عشر دقائق. فبدأ صرعي يقل. و عندما دخلت أمي بالشاي كان باردا. فتبين أنها أعدت الشاي بالماء البارد مباشرة من الحنفية...

النسيان لدى العجزة

كل مسن ينسى أحيانا شيئا ما. فينسى الأسماء و الوجوه و المواعيد أو فقدان الأشياء. فاليوم التالي يتذكرونها من جديد. هذا النسيان مزعج لكنه شيء عادي. أحيانا يكون المرض هو سبب النسيان. وعندئذ ينسى الشخص كثيرا. مثلا: أن ينتح الشخص الغاز دون إشعال النار أو نسيان المواعيد المهمة أو عدم معرفة طريقة اللباس. و هذا المرض يطلق عليه "الخرف".

و ما هي المتابعة؟

لكن بعد مرور الزمن تصبح مشاكل الذاكرة أشد. و لا يتذكر المريض بدءاً أزهيمر شيئاً قد حدث من حينه. و لا يتذكر مثلاً أنه كان بالأمس في المقهى. أو يعيد كل مرة طرح نفس السؤال.

و بعد مدة قد ينسى الشخص كل ما تعلمه من قبل. فتنسى مثلاً سيدة البيت طريقة طبخ الأرز. أو ينسى الشخص أن يلبس الملابس النظيفة. و هذه الأعراض ليست بالنسيان العادي.

عدم معرفة الطريقة

المصاب بالخرف يصاب كثيراً بالحيرة. فلا يستطيع أن يجد طريقه أو يتمشى دون هدف. و لا يعرف أيام الأسبوع. كما لا يعرف كم عمره أيضاً. و لا يفرق بين الليل و النهار. كما قد يتيه في البيت خلال الليل. و قد لا يتذكر بعد ذلك حتى أولاده.

التفكير

كما ينقص تفكير الشخص المصاب بهذا المرض. فلا يقوم بإتمام عمله. الشخص المصاب بمرض الخرف لا يستطيع تنظيم شؤونه و لا يستطيع أن يرتب أموره ترتيباً سليماً. و قد لا يتذكر كيف يتصرف على المائدة. و لا يستطيع التعامل بالمال أيضاً. في المحل يبحث بيأس في محفظته للخلدة بدلا

لليورو. و غالباً ما يعاني من مشاكل لغوية أيضاً. فلا يستطيع أن يتتبع الحديث. و لا يعرف اختيار الكلمات. خصوصاً اللغة التي تعلمه في وقت متأخر من عمره، غالباً ما ينساها بسرعة. و ينسى الطريقة كيف يستخدم الأشياء. فلا يعرف ماذا يفعل بالسكين أو بالفرشاة. و يصاب بمرض الخرف ينسى مع مرور الزمن كل شيء كان قد تعلمه و يتغير. فهذا الشخص لا يستطيع التحكم في عواطفه بسهولة. فقد يغضب لأتفه الأسباب. و أحياناً يحس المريض بالحزن أو بالقلق. و يصعب اتصال به.

التعامل مع...

يسبب التعامل مع المصاب بالخرف الكثير من التساؤلات لدى أفراد العائلة. أين يمكنني أن أعرض أبي أو أمي المريضة بالخرف على الفحص؟ من يقوم بالعناية به أو بما؟ كيف أتحدث بالصبر؟ أين أجد المساعدة؟ كيف أتعامل معهم؟ هل أصحح لأمي أقوالها إن قالت شيئاً خاطئاً؟ هل أستطيع معارضتها في الكلام؟ هل أستطيع أن أترك أمي المصابة بالخرف وحيدة في البيت؟ هل يستطيع أبي المصاب بالخرف الخروج إلى الشارع لوحده؟ يحتاج الأشخاص المصابون بمرض أزهيمر أو أحد الأمراض الأخرى التي تفقد الذاكرة لكثير من العناية و المرافقة. و لو أنهم لا يطلبون ذلك. فيجب احترامهم كباقي الآباء.

المصابون بمرض الخرف يحسون بسرعة بالجوع المريح و الانتباه و الكلام الجميل. فإنه لا فائدة من تصحيح كلامهم أو مناقشتهم. فلا يزيد ذلك إلا الحزن و العناد لدى المصاب بمرض الخرف.

الأسباب

الخرف مرض يصيب العجزة بالخصوص. و كلما طال عمرنا إلا وزادت احتمالات الإصابة بهذا المرض. و غالباً ما يصاب الشخص بهذا المرض بعد السن السبعين. السبب المهم للخرف هو مرض أزهيمر. يمكن أن تنتج الإصابة بمرض أزهيمر، ضمن أسباب أخرى، عن البروتينات التي لا يتم تمثيلها بطريقة صحيحة، مما ينتج عنه أن تتوقف خلايا المخ عن العمل.

و هناك شكل ثان مهم من الخرف له علاقة بالشرابين الدموية التي لا تقوم بوظيفتها بطريقة جيدة. حيث يفقد المخ الخلايا بسبب عدم التسرب الدموي في المخ بطريقة جيدة. و أحياناً يكون سبب الخرف بعيداً من المخ. فيكون مثلاً بسبب مرض في الغدة الدرقية أو إلتهاب في مجرى التبول أو نقص في الفيتامينات أو بسبب الكآبة. كما قد يكون الخرف بسبب مواد مضرّة مثل المبيدات أو الكثير من استعمال الكحول أو استعمال خاطئ للأدوية.

هل من الممكن القضاء على هذا المرض؟

تكون نشاطات جمع المال باعثة للتهديد. لمزيد من المعلومات، اتصل CBF: 0900 - 202 55 92

مزيد من المعلومات

المؤسسة ألزهايمر هولندا لديها كل أنواع المعلومات (في اللغة الهولندية) عن الأشكال المختلفة للمرض الخرف، عن تقدم المرض، كيف تتعامل مع شخص يعاني من الخرف و أين تجد المساعدة ... كما تنظم ألزهايمر هولندا أمسيات إعلامية و محاضرات.

العنوان:

Stichting Alzheimer Nederland
Postbus 183
3980 CD Bunnik

الهاتف: 030 - 659 69 00

الفاكس: 030 - 659 69 01

البريد الإلكتروني:

info@alzheimer-nederland.nl

صفحة الإنترنت:

www.alzheimer-nederland.nl

يستطيع طبيب الأسرة أن يساعدك في ذلك. طبيب الأسرة قد يرشدك إلى مصلحة العناية بالمنزل أو إلى مؤسسة تعتني خلال النهار بقرينك المصاب بمرض الخرف. فكما يمكنك دائما الإتصال بألزهايمر هولندا. إذا كانت لديك أسئلة حول الخرف أو كنت ترغب في الحديث عن ذلك يمكنك الإتصال ليلا و نهارا و سبعة أيام في الأسبوع برقم هاتف ألزهايمر: 030 - 656 75 11 (في اللغة الهولندية و الإنجليزية فقط).

مساعدتك ضرورية

يمكنك أن تساعد أنشطة ألزهايمر هولندا بالترع على الخيرو 2502 بإسم Alzheimer Nederland في Bunnik أو يمكنك أن تخبر إلى الاحتمالات للعمل كمتطوع.

علامة الجودة للمكتب المركزي لجمع الأموال

حصلت مؤسسة "ألزهايمر هولندا" على علامة الجودة للمكتب المركزي لجمع الأموال، وهي التي يمنحها المكتب المركزي لجمع الأموال إلى المنظمات التي تحقق عددا كبيرا من معايير الجودة. أحد أهم المطالب هو أن يتم تخصيص 75 سنتا على الأقل، من كل يورو يتم الحصول عليه عن طريق جمع الأموال، لتحقيق غرض المنظمة. المطلب الهام الثاني هو ألا

ليس هناك دواء لمرض ألزهايمر. فالعلماء في جميع العالم يبحثون عن سبب مرض ألزهايمر. وإذا لم يتم اكتشاف هذا السبب، فإنه صعب جدا إيجاد دواء له. و يوجد الآن دواء يضعف من قوة تطور مرض ألزهايمر. و يمكن أحيانا معالجة بعض أشكال الخرف. لك يجب أن يكون سبب المرض خارج المخ. و نقصد بذلك الغدة الدرقية التي لا تقوم بوظيفتها بطريقة جيدة، أو الكلي المريضة أو نقص الفيتامينات. و إذا اكتشفت الأعراض الأولى للنسيان الشديد لدى وأبوك أو أمك أو زوجك أو زوجتك، يجب عليك أن تذهب إلى طبيب الأسرة. حتى و لو أن المصاب بالخرف لا يريد ذلك. من المهم جدا القيام بفحص لاكتشاف سبب النسيان. ربما يمكن علاجه.

أين أجد المساعدة؟

غالبا ما يكون صعبا جدا الاعتناء بأحد أفراد أسرتك المصاب بمرض الخرف. فلا تجد الراحة! فيؤمك أن تجر والدك أو أمك من يده و كأنه طفل صغير. و للقيام بعناية جيدة بمصاب بالخرف مهم جدا أن يساعدك أحد في ذلك. و إن تجد أحدا يستمع إلى أسئلتك و مشاكلك. و قد يقوم بذلك أفراد عائلتك و جيرانك. كما أنه مهم جدا أن تبحث عن المساعدة. المساعدة للعناية في البيت. المساعدة ليجار مسكن لائق بوالدك المصاب بالخرف.

إذا كانت لديك أسئلة، يمكن أن تتصل برقم تليفون ألزهايمر هولندا: 030 - 656 75 11

