

وسائل علاج مرض الزهايمر



شهدت مدينة أبوظبي وقائع مؤتمر هام للغاية حول الشيخوخة والمشكلات التي تهم المسنين من الجوانب الطبية والنفسية والاجتماعية بمشاركة دولية واسعة النطاق وتنوع للقضايا والمسائل التي تناولتها الأبحاث والمناقشات حول موضوع الشيخوخة وكل الأمور التي تتعلق بكبار السن في العالم.

السن، كما تشير الدلائل إلى زيادة توقع العمر-Life expectancy وهو العمر الافتراضي للإنسان ليصل إلى فوق ٧٠ سنة للرجال و٨٠ سنة للسيدات بعد أن كان هذا المتوسط هو ٤٠ سنة للرجال، و٤٥ سنة للمرأة في بداية القرن العشرين. وترتب على زيادة أعداد المسنين ظهور مشكلات الشيخوخة ورعاية كبار السن في المجتمع.. وهنا نقدم عرضاً لهذه المشكلات العصرية.. والمنظور الإسلامي لها .. والحل الذي قدمه الإسلام لرعاية المسنين.

وتدل الأرقام على تزايد أعداد المسنين (فوق ٦٥ سنة) في الدول المتقدمة والنامية والمثال على ذلك:

— السويد والنرويج: ٢٢٪، وبريطانيا: ٢٠٪، والولايات المتحدة: ١٥٪، وفي مصر: ٦٪، والهند: ٥٪

تقسيم المسنين إلى فئات

— صغار المسنين (٦٠ أو ٦٥ - ٧٥ سنة)

الجديد في تشخيص وعلاج هذه الحالات، ومن المهم أيضاً أن نذكر أن المنظور الإسلامي والقرآني للقضايا المتعلقة بالشيخوخة تم التركيز عليه بصورة واضحة في أبحاث ومناقشات المؤتمر وكان هناك إجماع على أنه يقدم حلاً متميزاً وفريداً للكثير من مشكلات الشيخوخة في عصرنا الحالي.

إحصائيات وأرقام

تشير الأرقام والإحصائيات إلى تزايد أعداد المسنين في العالم حيث تصل نسبة من هم فوق سن ٦٥ سنة إلى ٢٠٪ في الدول الأوربية، و١٥٪ في الولايات المتحدة، ونحو ٦٪ في مصر، و٥٪ في الهند، وينقسم المسنون إلى صغار المسنين (٦٥ - ٧٥)، وكبار المسنين (٧٥ - ٨٥ سنة) والطاعنين في السن (فوق سن ٨٥ سنة)، وهناك اتجاه في العالم إلى زيادة المسنين بنسبة تصل إلى ٦٠٪ سنوياً مع تحسن وسائل الرعاية الطبية خصوصاً الطاعنين في

ماذا دار في آخر مؤتمر عالمي يهتم بالشيخوخة وأمور المسنين؟

الجديد .. في وسائل علاج مرض الزهايمر

«الزهايمر».. ومشكلات الشيخوخة؛ الإسلام يقدم الحل

ومع تنوع الأبحاث والدراسات والنقاشات كان التركيز على المشكلات الطبية والصحية التي يتعرض لها الإنسان مع تقدم السن والأمراض المرتبطة بالشيخوخة وكيفية الوقاية منها أولاً والجديد في علاجها.. ومن الجوانب النفسية كان التركيز على مرض الزهايمر، وبحكم عملي في مجال الطب النفسي فقد قدمت ورشة عمل حول



بقلم:

د. لطفى الشربيني
استشاري الطب النفسي

— كبار المسنين (٧٥- ٨٥ سنة)

— الطاعنون فى السن (فوق سن ٨٥ سنة)

— فى العالم ٦٠٠ مليون فوق سن ٦٠ سنة ،— يصل إلى مليار عام ٢٠٢٠ بزيادة ٧٥٪ مقارنة بالنسبة العامة التى لاتزيد عن ٥٠٪ فقط.

— معدلات الزيادة أكبر فى كبار المسنين والطاعنين فى السن مقارنة بصغار المسنين

— توزيع المسنين فى دول العالم حالياً ٦٠٪ الدول النامية، ويزيد الرقم إلى ٧٠٪ (٧٠٠ مليون) عام ٢٠٢٠ (الغالبية فى الدول النامية وليس المتقدمة).

— مدى الحياة Life span للإنسان (١١٠- ١٢٠) والمخلوقات الأخرى والعمر المتوقع Life expectancy فى الدول المتقدمة والنامية للرجل والمرأة.

— المئويون Centenarians وتزيد أعدادهم (من ١٣٥ ألفا قبل عقدين إلى ٢,٢ مليون حالياً) والعلاقة مع البيئة والغذاء والرعاية الصحية.

الجهاز العصبى والتغيرات المصاحبة للشيخوخة؛

تؤثر التغيرات التى تحدث فى تركيب الجهاز العصبى ووظيفته فى الحالة العقلية والنفسية والحركة والوظائف الحسية مثل السمع والبصر، ويمكن الاستدلال على ما يحدث للمخ من الشكل العام وتدل الصورة

الميكروسكوبية على تغيرات تصيب الخلايا العصبية neu-rons وهى وحدات بناء الجهاز العصبى (يحتوى المخ على بلايين الخلايا العصبية) التى يصيبها الضمور مع تقدم السن، كما تحدث تغيرات فى المواد الطبيعية فى المخ التى تنقل الإشارات العصبية فيما بين الخلايا مثل مادة استيل كولين AC مما يسبب تصلب الشرايين مع تقدم السن (يزن المخ نحو ٢٪ من وزن الجسم لكنه يحصل على ١٥٪ من الدورة الدموية)، وتكون المحصلة بعض الحالات المرضية الهذيان Delirium أو العته (خرف الشيخوخة).

— معدلات حدوث حالات العته (خرف الشيخوخة De-mentia تصل إلى ٥٪ فوق سن ٦٠ سنة، وتزيد إلى ٢٠٪ فوق ٨٠ سنة.

— توجد عدة أنواع من حالات الخرف أهمها وأكثرها انتشاراً مرض الزهايمر Alzhimers disease (٥٥٪) ويليهِ مرض المخ العضوى نتيجة لانسداد الشرايين المتعدد Multi-infarct (١٥٪) والأنواع

الثانوية نتيجة لأمراض أخرى. «الزهايمر»..ومشكلات الشيخوخة

ويشبه مرض الزهايمر - إلى حد كبير - حالات التخلف العقلى فى الأطفال حيث إن القوى العقلية بصفة عامة تقل كثيراً عن المتوقع فى مثل هذه السن، ونحن عادة مانقوم بتشبيه المتخلف عقلياً بشخص لديه فقر شديد (فى قدراته العقلية) لكنه فقير من البداية ولم يكن غنياً فى أى وقت، أما حالات العته Dementia التى يعتبر مرض الزهايمر واحداً منها فإنها تتمثل فى شخص غنى فقد مالهديه وأصبح فقيراً (من الناحية العقلية طبعاً)..

هذا عن المرض فماذا عن المرضى؟

تشير الاحصائيات إلى أن ١٨ - ٢٠ مليون شخص فى العالم يعانون من مرض الزهايمر، منهم نسبة كبيرة فى الدول المتقدمة ونسبة أقل فى الدول النامية، ويصيب المرض ٥٪ ممن فوق سن ٦٠ سنة ويطلق عليهم صغار وكبار المسنين، أما الطاعنون فى السن ممن تزيد أعمارهم عن ٨٥ سنة فإن نسبة الإصابة تتزايد لتصل إلى ٢٠٪ وقد تزيد إلى النصف (أى ٢ إلى ٥ من كل ١٠)، وإذا علمنا أن نسبة المسنين فى الدول المتقدمة فى أوروبا والولايات المتحدة تتراوح بين ١٥٪ - ٢٢٪، وفى الدول النامية بين ٥٪ - ١٢٪ فإن عشرات الملايين من المتقدمين فى السن يحتمل إصابتهم بهذا المرض.

حقيقة مرض الزهايمر

كشف الطب الكثير من أسرار وخفايا هذا المرض، فالمشكلة الرئيسية هى فقدان خلايا المخ العصبية بالضمور مما يؤدى إلى قصور فى الوظائف التى تقوم بها وأولها العمليات العقلية، ويظهر ذلك فى الغالب تدريجياً بالنسيان وضعف الذاكرة خصوصاً بالنسبة للأحداث القريبة Recent Memory دون تاثر الذاكرة البعيدة Re-mot Memory مع امكانية تذكر تفاصيل من الماضى البعيد منذ أيام الطفولة والصبا ويتطور الأمر إلى تدهور أكبر فى الذاكرة حيث ينسى المريض أسماء الأقارب والأهل حتى الزوجة والابناء الذين يعيشون معه، ولايستطيع الاهتمام بنفسه وارتداء ملابسه، وينسى أنه تناول الطعام فيطلبه مرة أخرى، ولايعرف الأوقات فيطلب الخروج فى منتصف الليل ولايذكر أيام الأسبوع وشهور وفصول السنة، ويحاول فى البداية التغلب على ضعف الذاكرة بوضع الأشياء بترتيب محدد فإذا انتقل أى شئ من مكانه أحس بارتباك وتوتر شديد.

ويبدأ الزهايمر بإصابة المريض بفقدان غامض للذاكرة ويتطور سريعاً. ويفقد المصابون بالزهايمر القدرة على التعرف على الأماكن أو من يحبونهم ولايستطيعون الاهتمام بأنفسهم.

كما أن المرض يستمر بين ثمانى إلى عشر سنوات، بالرغم من أن بعض المصابين به قد يموتون فى مرحلة مبكرة أو قد يعيشون لفترة ٢٠ عاماً.

مراكز المخ.. ووظائفها

ويمكن للعلاج أن يساعد على





إبطاء تطور الزهايمر ولكن لا يمكن الشفاء من المرض نهائياً. ويكتشف المرض بوجود رقع Plaques وكتل Tangles حول وداخل خلايا المخ. وتتكون الرقع من نوع من البروتين الموجود بالمخ بينما تتكون الكتل داخل الخلايا العصبية بفعل تشوه يصيب بروتينا آخر، ويموت الخلايا العصبية يتقلص المخ ويفقد مظهره المتجدد. ومن حالات العته والخرف التي تحدث في الشيخوخة وفي صغار السن أيضاً ما يشبه مرض الزهايمر، ولكن لأسباب يمكن التعرف عليها بفحص المريض مثل تصلب الشرايين وأمراض المخ والأعصاب والأمراض المزمنة وتعاطي المخدرات والكحوليات، وبعض هذه الحالات قابلة للعلاج إذا تم التعامل مع أسبابها فيختلف ذلك عن مرض الزهايمر الذي لا يستجيب للعلاج وتستمر حالة المريض إلى التدهور بمرور الوقت.

مرض الزهايمر.. ومشكلات الذاكرة

يمثل مرض الزهايمر مشكلة

بضرورة رعاية الأبناء للآباء في الكبر، ويمثل ذلك الوقاية والعلاج لمشكلات الشيخوخة التي تزايدت بصورة حادة في العصر الحديث الذي ينفصل فيه الأبناء ويتركون الآباء والاجداد لمواجهة الحياة بمفردهم في الشيخوخة.

الأسباب المحتملة للمرض

تشير الدلائل إلى تغيرات في بعض المواد الحيوية التي يتم إفرازها في مراكز الجهاز العصبي.. ويتطلب أداء الأنشطة والوظائف العقلية المعتادة أن يظل إنتاج هذه المواد مستمراً لمنع الاختلال في الوظائف

العقلية مثل الذاكرة، والتفكير، والسلوك، ودورة النوم واليقظة، ومن هذه المواد تم اكتشاف تأثير الاستيل كولين Ac-etylCholine وهو من الناقلات العصبية التي يرتبط نقص مستوياتها في مراكز المخ العليا بأعراض الخرف والعته الذي يحدث في الشيخوخة وبمرض الزهايمر، ومن هنا فقد أمكن التوصل إلى بعض العقاقير التي تزيد فعالية هذه المادة وتسبب وقف تدهور الحالة إذا استخدمت مبكراً في حالات مرض الزهايمر.

وسائل علاج مرض الزهايمر العلاج بالطب البديل

أولاً الأعشاب:

كل من الكركم والجنسنج ومطحون كل من أوراق البرسيم وبذوره وأوراق النعناع والمرمية والبقدونس والكرفس وثمار الفلفل الحار والزيتون والحبة السوداء، والجزر والجرجير والسبانخ والخس.

ثانياً الغذاء

يجب أن يتألف الغذاء الأسبوعي للمريض من المواد التالية: الخبز الأسمر بردته/

نخالته والأرز وأسماك السلمون والسردين والتونة وكل الأسماك التي فيها زيوت، والمشمش والتفاح والفراولة والجرجير والثوم والبطيخ والماء المقطر والفلول السوداني والعنب والبقوليات والبصل والشاي الأخضر. وزيت الزيتون والتفاح والحمضيات مع تجنب القهوة والتدخين والكولا والمعلبات وماء الحنفيات والأدوية المخفضة للكوليسترول وصفار البيض والدهون واللحوم الحمراء، واستخدام أواني الألومنيوم. ومشاهدة التلفزيون لفترات طويلة.

● ثالثاً وسائل أخرى

- الصيام يوماً واحداً في الأسبوع، عن الطعام،
- الانتظام في الصلاة، وتلاوة القرآن، والقيام ببعض أعمال البر والخير.
- شرب ثلاثة أكواب ماء مقطر ومثلها من عصير الفواكه والخضروات المذكورة في أعلاه
- تخصيص أوقات للقراءة والاستماع أو المشاهدة ومتابعة الأحداث الجارية
- الانتظام في هواية عملية أو ذهنية أو ممارسة الأعمال اليومية التي يهواها،
- الاستماع إلى الآخرين، والحوار معهم، وتجنب العزلة
- التجول في حدائق الأزهار والأماكن الخضراء أو الحقول والمزارع.
- الاهتمام بالمظهر والملابس واستخدام العطور المفضلة.
- المشي وممارسة التمارين الرياضية الخفيفة يوميا.

علاج حالات «الزهايمر»

باستخدام العقاقير

— علاج الأعراض : مثل اضطراب النوم، وكثرة الحركة، والتجوال، وعدم الاستقرار..

ويمكن وصف الأدوية المهدئة والمنومة بجرعات مناسبة أقل من المعتادة ولفترات قصيرة تحت إشراف طبي..

— علاج تدعيمى مساند للمريض والأسرة، والاهتمام برعاية المريض والملاحظة الدائمة له والأفضل رعاية المريض فى مسكنه وعدم اللجوء إلى الإيواء بالمستشفيات وبيوت المسنين إلا عند الضرورة.

— العلاج الدوائى: يتم استخدام عدد من الأدوية القديمة والحديثة للعلاج، ومنها العقاقير التى تحسن الدورة الدموية ووظائف الجهاز العصبى وهى محدودة الفائدة رغم وصفها على نطاق واسع فى هذه الحالات.. والجيل الجديد من الأدوية التى تحقق نتائج أفضل يضم:

دونيبيز وريفاستجمين.. للحالات المبكرة والمتوسطة..

— عقار ممانتين الحديث.. يعالج الحالات المتوسطة والشديدة.

— بعض الحالات القابلة للعلاج والشفاء بعلاج الأسباب.

ويمثل الجيل الجديد من الأدوية التى بدأ استخدامها حالياً أملاً جديداً فى علاج الحالات التى لم يكن من الممكن السيطرة عليها من قبل ، فقد كان العلاج يتركز على تخفيف الاعراض فمثلاً توصف الأدوية التى تساعد على النوم، وأخرى مهدئة للسيطرة على أعراض القلق، والحرص لأن فوائد الدواء ربما لاتساوى الآثار الجانبية المزعجة التى يسببها فى هذه السن، لذلك تبقى أهمية دور الأسرة ومؤسسات الرعاية التى تقدم خدماتها للمرضى، وهذه المؤسسات متطورة جداً فى الدول المتقدمة فى صورة متطوعين ومراكز متخصصة

وجمعيات ونواد كلها خاصة برعاية مرضى الزهايمر وأسرهم.

الإسلام يقدم الحل

ولعل أبلغ وأدق تعبير على الإطلاق عما يحدث للإنسان فى الشيخوخة هو ماورد فى سورة العصر وهى أقصر سور القرآن الكريم: «إن الإنسان لفى خسر» وهو تعبير عن حال الإنسان منا يبدو أكثر مايكون وضوحاً فى الشيخوخة، ولعل تعبير «أرذل العمر» الذى ورد فى القرآن الكريم كـوصف لمرحلة الشيخوخة والإشارة إلى أن الإنسان «يرد إلى أرذل العمر» أى يعود إلى الوراء بتناقص وتدهور حالته لايتسم فقط بالبلاغة بل أيضاً بالدقة العلمية فى وصف أوضاع الإنسان مع تقدم السن، ومنذ خلق الإنسان حتى قبل أن يولد فإن كل يوم يمضى يقترب نحو نهايته المنتظرة .. ومرحلة الشيخوخة تظهر فيها نتائج الخسارة بمختلف جوانبها، فالمرء فى الشيخوخة قد خسر الكثير من صحته وقوته، وتتناقص أو تنعدم فرصته فى الكسب، وقد يخسر مايملك من أموال، كما يخسر نفوذه وتأثيره على الآخرين الذين يأخذون فى الانفضاض من حوله.

ورسالة الإسلام - ذلك الدين القيم - فى شمولها تتضمن كل مايتعلق بحياة الإنسان، ونعود إلى تعاليم الدين فى بحثنا عن حلول لمشكلة الشيخوخة ففيه دائماً حل لكل مايصادفنا من مشكلات فالإسلام دين حياة، والمنظور الإسلامى لموضوع الشيخوخة يتضمن وصفاً دقيقاً لحال الإنسان وتتضمن آيات القرآن الكريم وصفاً دقيقاً لحال الإنسان منذ بداية خلقه قبل أن

يخرج إلى الحياة ومراحل حياته المختلفة بداية بالطفولة إلى أن يشتد عوده ويبلغ رشده ثم يكتمل نضجه وفى النهاية الشيخوخة التى تشهد التدهور والتناقص الذى يشبه العودة إلى المراحل الأولى من الضعف فى التكوين البدنى والنفسى وكل القدرات والوظائف وقد ورد ذكر مايصيب الإنسان حين يمتد به العمر من تدهور فى حالته، وتغييرات تحدث فى تكوينه ووظائفه الجسدية والعقلية يكون بمثابة النكوص إلى ما يشبه الحال التى كان عليها من الضعف عند بداية عهده بالحياة.

ومن الاعتبارات الهامة التى نجد حلها فى المنظور الإسلامى مسألة رعاية المسنين، وهذه المسألة تشكل عبئاً على السلطات الرسمية فى الدول الغربية، ورغم مايتوفر لهم من سبل الرعاية الطبية والاجتماعية إلا أن قضايا هامة تتعلق بالذين يقومون برعاية المسنين هناك، والإنفاق على بنود خدمة المسنين صحياً واجتماعياً، وما يتعرض له المسنون بانتظام من سوء معاملة وإهمال كلها أمور تشغل بال الدوائر المختلفة، وحل هذه المسألة من وجهة النظر الإسلامية كان فيما تضمنه القرآن الكريم من أوامر واضحة توصى الأبناء برعاية الآباء، قال تعالى:

﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۖ﴾ (٢٣)

وقال تعالى: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَسَنًا ۖ بِوَالِدَيْهِ حَسَنًا ۖ﴾ (٨)

وقال تعالى: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَسَنًا ۖ وَأَمَّا إِلَهُهُمَا فَهُوَ إِلَهُكَ وَفَصَّالَهُ فِي عَمِينَ ۖ أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلَوْلَا دِيكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ ۖ﴾ لقمان (١٤)

ولقد ثبت بما لايدع أى مجال

للك أن رعاية كبار السن بهذا الأسلوب تحفظ لهم كرامتهم وتوفر لهم السلام النفسى فى أيامهم الأخيرة وهذا يفوق كثيراً كل ما تقدمه له مجتمعات الغرب من خدمات لم تنجح حتى الآن فى توفير السعادة لهم فى دور المسنين أو فى العزلة التى تؤدى بهم إلى التفكير فى الانتحار، أما المنظور الإسلامى لحل مشكلة الشيخوخة بالوقاية والعلاج، فيتمثل فى القبول بأمر الله تعالى بنفس مطمئنة حتى ينعم الإنسان بالسلام النفسى، كما أن عليه أن يعمل وهو فى مرحلة القوة والشباب على أن يكون موفر الصحة والقوة حتى يظل فى حالة من العافية حين يستقبل الشيخوخة، وهذا ماجاء فى الأحاديث الشريفة.. هذا عن الوقاية أما بالنسبة لحل مشكلة الشيخوخة برعاية من يتقدم به العمر ففى التوصية التى وردت فى آيات القرآن الكريم برعاية الآباء والأمهات حين يتقدم بهم السن وعدم الإقدام على أى عمل أوقول يسبب لهم التأذى فهذا التكريم هو مايليق بما قدموه لنا حين قاموا بتربيتنا والعناية بنا فى الصغر.

إن المنظور الإسلامى لما يتعلق بقضايا الشيخوخة وجوانبها المختلفة لايقصر فقط على ماذكرنا من نماذج فى هذا العرض الموجز لكنه يشتمل على دعوة إلى التأمل فى مسألة الحياة والموت، وأحوال الناس فى مراحل العمر، وأعمال الإنسان فى الدنيا بصفة عامة، والدعوة إلى التأمل والتفكير فى هذه الأمور لمزيد من الفهم وأخذ العبرة والعظة التى يحث عليها ديننا الإسلامى حتى يتمكن الإنسان من القبول بأمر الله وسنته فى خلقه، ويحمد الله سبحانه على كل حال.