



سنستعرض في هذا المقال بعض الحقائق عن مرض ألزهايمر من خلال تفيدنا لخمس معلوماتٍ شائعةٍ ولكنها خاطئة.

الخرافة رقم 1: يصيب مرض ألزهايمر كبار السنّ وحدهم! إن أعمار المصابين بمرض ألزهايمر معظمهم هو 65 فما فوق، ولكنه قد يصيب الأصغر عمراً أيضاً، وتظهر أعراض المرض لدى 5 في المئة من المصابين في عمر الـ30 أو الـ40 أو الـ50، ويسمى في هذه الحالة بمرض ألزهايمر مبكر البدء،

Early onset Alzheimer's Disease

وتستغرق عملية تشخيص المرض تشخيصاً دقيقاً لدى هؤلاء الأشخاص وقتاً طويلاً، وذلك لأن الأطباء لا يتوقعون حدوثه في منتصف العمر، ويظنون أن أعراض ضعف الذاكرة سببها الإجهاد مثلاً. ثم إن مرض ألزهايمر مبكر البدء قد يكون وراثياً، ويظن العلماء أن السبب مرده إلى تغييراتٍ في واحدٍ من ثلاثة مورثاتٍ نادرةٍ تنتقل من أحد الوالدين.

الخرافة رقم 2: أعراض مرض ألزهايمر جزءٌ طبيعي من التقدم في السنّ: تُعد بعض أعراض النسيان جزءاً طبيعياً من الشيخوخة بلا شك، ولكن أعراض مرض ألزهايمر - مثل النسيان الذي يحدث من ممارسة الحياة اليومية، والارتباك المترافق مع هذا النسيان، ليست كذلك. من الطبيعي أن تنسى المكان الذي وضعت مفاتيحك فيه من وقتٍ إلى آخر، ولكن نسيان كيفية القيادة إلى مكان كنت قد ذهبت إليه مراتٍ عدة، أو في أيّ من فصول السنة تعيش الآن، يشير إلى مشكلة أكثر خطراً. وبخلاف فقدان الذاكرة البسيط الذي يمكن أن يصاب به المرء في الشيخوخة، فإن مرض ألزهايمر يسوء مع مضي الوقت؛ فمع تفاقم المرض تدريجاً يسلب قدرة الشخص على التفكير وتناول الطعام والحديث، وغير ذلك من الأعراض، لذلك فلو كانت ذاكرتك ليست قوية كالسابق فهذا لا يعني أنك تحمل أعراض ألزهايمر، وتكون هذه الحال أكثر شيوعاً بين الناس عندما يتقدمون في السن، ولكنه "ليس جزءاً حتمياً من الشيخوخة" كما يقول الطبيب جورج بيرى، عالم الأعصاب والعضو في مؤسسة ألزهايمر في أميركا.

الخرافة رقم 3: لا يؤدي ألزهايمر إلى الموت للأسف، هو سادس أكثر أسباب الوفيات في الولايات المتحدة، الناس معظمهم يعيشون 8-10 سنوات بعد تشخيصهم بألزهايمر، فقد ينسون تناول الطعام أو الشرب، وقد يصاحب بصعوبات في البلع ما يؤدي إلى نقصانٍ شديدٍ للعناصر الغذائية، وقد يعانون مشكلات في التنفس يمكن أن تؤدي إلى الالتهاب الرئوي الذي



ربما يكون مميّاً أحياناً، كما يقول الدكتور بيري، ثم إن السلوكيات عالية الخطر التي تنبع في بعض الأحيان من مرضى ألزهايمر مثل التجول في مواقف خطيرة قد تكون قاتلة.

الخرافة رقم 4: هناك علاج يوقف تدهور المرض على الرغم من كون بعض العلاجات تخفف من أعراض مرض ألزهايمر ف "ليس هناك طريقة حالية لوقف تقدم المرض أو إبطائه" بحسب ما يقول د. هيثلر م. سنايدر من جمعية ألزهايمر، ويحذر سنايدر من المكملات الغذائية والحميات التي تدعي بأنها تشفي ألزهايمر، فلا يوجد دليل على كونها مفيدة في علاج هذا المرض.

وهناك 5 أدوية معتمدة من منظمة الغذاء والدواء لعلاج أعراض مرض ألزهايمر وهي: ريفاستيغمين Rivastigmine، ميمانتين Memantine، جالانتامين Galantamine، دونبيزيل Donepezil، وتاكرين Tacrine.

قد تساعد هذه الأدوية في التفكير والذاكرة والمهارات اللغوية، وبعض المشكلات السلوكية، لكنها قد لاتفيد المرضى جميعهم، وإذا كانت تعمل، فإن تخفيف الأعراض عادة ما يكون مؤقتاً، ويمكن أن يستمر تأثيرها المخفف لعام في أفضل الأحوال.

الخرافة رقم 5: سبب مرض ألزهايمر هو الألمنيوم ولقاحات الإنفلونزا وحشوات الأسنان (الملغمة التي تحتوي على الزئبق)، أو الأسبارتام:

قد سمعت ربما بأن الطهو في أواني الألمنيوم أو الشرب من عبوات الألمنيوم قد يسبب ألزهايمر، ولكن ليس هناك إثبات علمي يدعم هذه النظرية.

ويظن بعض الناس أن المحلي الصناعي للأسبارتام يسبب هذا المرض، ولا دليل لإثبات هذه النظرية أيضاً. ويظن آخرون أن حشوات الأسنان المصنوعة من الفضة والزئبق تزيد احتمال الإصابة بالمرض، ولكن مجدداً لا يوجد ما يدعم هذه النظرية.

ظن خاطئ آخر يزعم أن لقاح الإنفلونزا يسبب مرض ألزهايمر، ولكن تقترح الأبحاث أن العكس هو الصحيح؛ فاللقاحات قد تقلل عرضة الإصابة وتعزز صحتك عموماً.

ولا يعلم الخبراء ما هو السبب الكامن وراء هذا المرض، فقد يكون مجموعة من العوامل المتعلقة بالمورثات والبيئة وأسلوب الحياة، وبعض الأبحاث تقترح ارتباطه بأمراض صحية مثل: أمراض القلب وارتفاع ضغط الدم والسكري، وهناك كثير من الأبحاث الجارية حالياً لكن النتائج ليست جلية بعد. أصبح العلماء أكثر اهتماماً بدور العوامل المتعلقة بأسلوب الحياة في إحداث ألزهايمر، فيقول سيندر إن نظام الغذاء الصحي وممارسة الرياضة والتفاعل الاجتماعي والقيام بأشياء تتحدى فيها عقلك قد يقلل احتمال إصابتك بالمرض، ولكن بما أن البحث ما يزال جارياً، فإن الوصفة الملائمة لأسلوب الحياة الذي بقي من ألزهايمر ليست معروفة حتى الآن.

المصدر:

<http://www.webmd.com/alzheimers/features/5-alzheimers-disease-myths#1>

المساهمون في المقال :

ترجمة: آية بيطار



تدقيق علمي: Muhammad Hajjo



تدقيق لغوي: Sulaf Alloush





صوت: Susan Deeb



تصميم الصورة: Mohamad Youssef Kinat



نشر: Ruba Khalaf



تعديل: Ruba Khalaf

