

# تأهيل أسر مرضى الزهايمر يخفف عنها عبء المسؤولية

## رعاية المريض تتطلب مهارات في إدارة الحياة اليومية



تنتاب عائلات مرضى الزهايمر مشاعر الخوف والإحباط والغضب نظرا إلى صعوبة التعامل مع المريض الفائق للذاكرة. ويصبح العبء أثقل عندما تجد العائلة نفسها عاجزة لوحدها عن مجابهة التكاليف الاقتصادية والاجتماعية وحتى النفسية للمرض.

راضية القيزاني  
كاتبة تونسية



وقال قويدر في تصريح لإحدى القنوات الخاصة "إن تونس مهية لتسونامي من الزهايمر باعتبارها أقدم بلد في أفريقيا من حيث العمر"، مشيرا إلى أن حالة من 4 من المصابين بالزهايمر تبلغ من العمر 90 سنة. وأكد أن تونس متأخرة ثلاث سنوات على مستوى التشخيص المبكر للمرض. ومن جهتها تؤكد الفة أن جدتها المنوفي منذ زمن كان مصابا بالزهايمر، ولكن الأطباء لم يستطيعوا في تلك الفترة أن يشخصوا المرض مما زاد في تعميق شعورهم بالمسؤولية.

تقول لـ"العرب"، "منذ طفولتي كنت أرى جدي إنسانا مختلفا، فهو يحدثنا عن أشخاص لا نعرفهم وينادينا بأسماء ليست أسماءنا".

لقد كان جدي يتحدث في غرفته مع أشخاص غير موجودين سوى في ذاكرته التي فقدتها تدريجيا ومنهم المقيم العام الفرنسي الذي كان موجودا في تونس زمن الاستعمار، هذا إضافة إلى استحضاره لنساء كان يعرفهن قديما، فكان نضحك أحيانا ونكيء أحيانا أخرى لأننا نبقى عاجزين عن جعله شخصا مثلنا".

وتضيف، لا يمكننا ترك جدي بمفرده في غرفته أو في المنزل خشية أن يقوم بأعمال خطيرة، فمريض الزهايمر يمكن أن يؤدي نفسه دون أن يشعر بذلك. وترد "ولأن جدي كان مقعدا أيضا ولا يقدر على المشي، كان يمتلك كرسيًا متحركًا.. وذات ليلة وفي غفلة من كل أفراد العائلة تمكّن من الخروج وسار بمفرده في الطريق، ومن الطاف الله أننا نطقنا إلى ذلك وقتنا بإرجاعه إلى المنزل وإلا لكان ضاع ولم نتمكن من العثور عليه".

وتشير الفة إلى أن جدتها كان مدخنا لكن لم يكن بمقدوره إشعال سيجارة لأن يديه كانتا ترتعشان، وإذا سقطت السيجارة يمكن أن تلحق به الأذى ويمكن أن تتسبب في حريق يكامل الغرفة. فكانت أختها هي من تقوم بذلك في ظل غياب إخوتها الذكور عن المنزل، كما كانت أمها هي من تتولى العناية بجدتها في كل ما يتعلق بالماكل والملبس والتنظيف، وهو ما يتطلب منها جهدا مضاعفا.

وتؤكد أن كل جهود العائلة كانت مركزة على فرد واحد وهو جدتها المتقدم في السن والذي كان دائم التنسج والغضب والصراخ، مما يجعل أفراد العائلة لا ينعيمون بالنوم حتى في ساعات متأخرة من الليل.

أسا جميلة ذات الـ45 سنة فهي لم تستطع العناية بمفردها بأمها المطلقة، مما اضطرها إلى إيداعها بمرکز لرعاية مرضى الزهايمر مقابل معلوم شهري

وجود العائلة ودعم أفرادها يقللان من عدوانية مرضى الزهايمر

بعض من جوانبها شرط أن يتم تقديم رعاية تاهيلية يومية للمرضى وتدريب المقربين في الأسرة وتهئية البيئة بشكل مناسب لهم.

وأضاف أنه في المراحل المتوسطة من المرض تكثر التحديت السلوكية عند مساعدة المريض على الاستحمام وقضاء الحاجة واللبس وتناول الطعام، لذلك يقوم أخصائي العلاج الوظيفي بإعطاء تعليمات للمقربين من المريض بخصوص مساعدته على القيام بتلك المهام اليومية بطريقة آمنة وبأقل قدر ممكن من الضغط النفسي على المرافق.

ويظل علاج المصابين بالزهايمر ورعايتهم أمرا مكلفا في مختلف دول العالم. وأكد تقرير لمنظمة الصحة العالمية، بعنوان "الخرف: إحدى الأولويات الصحية العمومية"، أن تكاليف الرعاية حاليا، تبلغ أكثر من 604 مليارات دولار أمريكي سنويا. ويشمل ذلك المبلغ التكاليف المرتبطة بتوفير خدمات الرعاية الصحية والاجتماعية، وكذلك انخفاض أو ضياع دخل المصابين بهذا المرض والقائمين على رعايتهم.

وأشار التقرير إلى أن ثمانية بلدان في جميع أنحاء العالم فقط يمتلكون حاليا برامج وطنية تمكّن من التصدي للخرف. وأوصى بأن تركز البرامج على تحسين التشخيص المبكر وإدكاء الوعي العام بالمرض والحد من الوصم المرتبط به وتوفير رعاية أفضل والمزيد من الدعم للقائمين على رعاية المرضى.

وتشير إلى أن العائلة تستشيرهم في كيفية رعاية المريض، خاصة إذا كان أحد أفرادها غير موافق على الطريقة التي تتم بها معالجته.

وأكدت علوان أنها تستقبل العائلات مرفوقة بأعضاء الجمعية ومستشار في الشؤون القانونية ومحام يشرح لهم كيفية التصرف إذا كان المريض قد أصدر شبكات أو أمضى على وثائق دون علمهم. هذا إضافة إلى الإجابة عن الأسئلة الطبيعية المتعلقة بحالة مريض الزهايمر مثل الخروج وحيدا من المنزل وقلة النوم أثناء النهار والتبول اللاإرادي.

ومن جهته أكد الأخصائي في العلاج الطبيعي عثمان القصبي أهمية خدمات العلاج الطبيعي والوظيفي وعلاج علل النطق والتخاطب للمصابين بالزهايمر والخرف ولأسرهم ومرافقيهم في مختلف مراحل المرض.

وبين الأخصائي أن العلاج الطبيعي والعلاج الوظيفي يساعدان في تهئية وتعزيز البيئة المحيطة للمريض، بهدف تعزيز أدائه مع توفير الحماية والأمان.

وأشار إلى أن التعديلات في البيئة مثل وضع اللافتات على باب الحمام والملصقات التعريفية على الأدراج لتحديد أماكن الملابس، مثلا، تسمح للشخص الذي يعاني من الخرف بالقيام بوظائفه بأفضل مستوى ممكن.

وقال "إن التدريبات التاهيلية لهذه الفئة سهلة جدا ومن الممكن أن يفهمها طفل من المقربين للمريض ويقوم بتطبيق

القائمين على رعاية مرضى الزهايمر مع الأخذ بالاعتبار الفوارق بين المجتمع التونسي والمجتمع الفرنسي، ومع التزام المركز باحترام القواعد الاجتماعية والثقافية والدينية للمجتمع التونسي.

ولفتت إلى أن رعاية مريض الزهايمر لا تقتصر على الجانب البدني فحسب بل تتطلب أيضا مهارات في إدارة الحياة اليومية وإيجاد حلول للمشكلات الجديدة التي تطرأ كل يوم وتزداد خطورة بتقدم المرض.

وقالت علوان لـ"العرب" إنهم لاحظوا أن المحيطين بمرضى الزهايمر يجيدون العناية بهم من حيث الماكل والملبس والتنظيف لكن من الناحية النفسية تبدو الإحاطة بهم منقوصة، مشيرة إلى أن ذلك يمكن أن يولد عنادا وحتى عنفا لدى المريض. وهو ما جعلهم ينظّمون دورة تدريبية شارك فيها العديد من المحققين التربويين الذين تم تكوينهم بصفة مجانية.

كما بادرت الجمعية باقتناء أساور (غير إلكترونية) تحمل الرقم الخاص للجمعية ورقم هاتف المريض المدون لديهم في سجلاتهم، وفي صورة ضياع أحد المرضى يكون السوار الذي يحمله بمثابة المنقل له من الضياع.

وعن دورهم في توعية أهالي المرضى وتطويرهم، تقول علوان إن الجمعية تتلقى يوميا اتصالات من أسر المرضى وتستقبلهم فرادى أو مع المريض إذا كان في مراحل مرضه الأولى.

يساوي 600 دينار أي ما يعادل 211.08 دولار.

وتقول جميلة لـ"العرب"، وهي تجاهد دموعها، "لا أعلم الكثير عن هذا المرض وأبقى عاجزة وحدي عن فهم حالة أمي التي أقوم بإخراجها من المركز كل نهاية أسبوع حتى نقضي الإجازة معا، لذلك اضطر إلى الذهاب إلى إحدى الجمعيات كي أحصل على مساعدة وتأهيل وحتى أفهم حالة أمي جيدا فأساعدها في فهم بعض التفاصيل الدقيقة للمرض".

وتضيف، لست مطمئنة على أمي في ذلك المركز وحالما أتمكّن من العثور على من يساعدني في العناية بها ساعديها إلى البيت، ففكرة المحقق التربوي تبدو جيدة ويمكن أن تخفف العبء عن أهالي مريض الزهايمر.

وتؤكد جميلة أنها سمعت كثيرا عن المحقق التربوي الخاص بمساعدي رعاية مرضى الزهايمر الذي يسمح لعائلات المريض بالاعتماد عليه والانتفاع بخدماته ويكون ملما بجميع جوانب العناية بهذا المرض، لكنها لم تتمكن من الوصول إليه.

ومن جهتها تؤكد ليلين علوان، مديرة جمعية الزهايمر بتونس (غير حكومية)، أنه تم إطلاق فكرة المحقق التربوي الخاص الذي يساعد أسر المرضى على العناية بمرضاهم ببادرة من الجمعية.

وأشارت إلى أنه تم الاتفاق مع مركز مختص في التكوين المهني في المجال الصحي، من أجل إنجاز برنامج تدريب يعتمد على البرنامج الفرنسي لتكوين

## دمل الجفن يتطلب تدخلا جراحيا أحيانا

الحياة  
صححة



حذر الدكتور جورج فيلدمان من أن الجلوس طويلا يهدد موظفي العمل المكتبي بالأم الظهر وتصلب فقرات العنق، ولتجنب هذه المتاعب ينصح بعدم الجلوس طويلا في وضع واحد.

قالت الجمعية الألمانية للتغذية إن الكالسيوم أهمية كبيرة لصحة العظام والأسنان ويحتاج جسم الشخص البالغ إلى كمية تبلغ 1000 مللي غرام يوميا، ويعد الحليب البقري أهم وأشهر مصادر.

لكن قبل اللجوء إلى أي علاج للتخلص من هذا المرض فإن القاعدة الأولى هي عدم لمس الجفن مهما كان الشعور بالحرقة والحكة كبيرا، فلمسها لا يزيد الأمر إلا سوءا، إذ يعمل لمس هذا الدم وحكة على نقل المزيد من البكتيريا إلى المنطقة المصابة ما يزيد من حدة التهابها. وغالبا ما يُصاب الأطفال بشكل خاص بهذا النوع من الالتهاب، لذلك يجب على الوالدين التأكد باستمرار من أن أطفالهم يغسلون أيديهم بالصابون عدة مرات يوميا.

وأضاف المعهد أنه على الرغم من أن دمل الجفن يسبب ألما مزعجا، فإنه عادة ما يزول من تلقاء نفسه بعد مرور أسبوع تقريبا، حيث ينفث الدم والخراج القيح منه، وبالتالي يتلاشى التورم والأحمرار.

ويمكن تسريع وتيرة الشفاء من خلال بعض التدابير البسيطة مثل تنظيف طرف الجفن المصاب بالدمل بواسطة مناشف تنظيف أو سوانل تنظيف من الصيدلية، مع مراعاة عدم "فقع" الدم.

ويمكن أيضا وضع مرهم أو جل قاتل للجراثيم على الدم.

العيون الذي يمكنه وصف مرهم لتسريع الشفاء.

كما أفاد تقرير، نشر في موقع دويتشه فيله الألماني، أن الأمر يصبح خطيرا ما أن ينتشر الالتهاب في أماكن أخرى، إذ يمكن أن يصيب ملتحمة العين أو العين نفسها وفي حالات أخرى تجويف العين بأكمله. وفي حالة شعيرة العين الداخلية تزداد احتمالات انتقال العدوى بشكل كبير. وإذا ما صاحبت هذا الالتهاب أعراض مثل الحمى والصداع وانفاج الغدة اللبغافية، فيجب استشارة الطبيب

مباشرة لاسيما أن تكرار الإصابة بهذا المرض قد تكون مؤشرا على مرض أخطر، كالسكري على سبيل المثال، بحسب خبراء الصحة.

وتظهر هذه العدوى الإضافية على شكل إفرازات غليظة القوام والتصاق الجفون، وهنا يلزم التوجه إلى طبيب

بعد مرور أسبوعين، حيث قد يتطلب الأمر تدخلا جراحيا صغيرا.

وقال معهد الجودة في القطاع الصحي إن دمل الجفن عبارة عن التهاب بكتيري يصيب الغدة الدهنية الموجودة على طرف الجفن بسبب ضعف المناعة.

وقال طبيب العيون الألماني البروفيسور هانز ميتلفيهاوس، إن هذا الالتهاب لا تسببه عدوى

بكتيرية، وإنما ينشأ بسبب انسداد الغدة الموجودة في حافة الجفن، مما يدفع الجسم إلى إرسال خلايا مناعية تسبب بدورها الالتهاب.

وتلعب البكتيريا دورا فقط في ما يسمى "العدوى الإضافية"، حيث يتسبب الالتهاب في جعل الغدة أكثر عرضة للعدوى البكتيرية، مثل البكتيريا من نوع "المكورات العنقودية الذهبية"، والتي يمكن أن تتسبب في تفاقم الحالة.

