

## الخرف المبكر

يتناول هذا الكتيب نبذة عن الخرف المبكر ويؤكد أهمية الخضوع للتشخيص، ويتناول وصفًا لبعض تأثيرات الخرف المبكر في المصاب وعائلته والقائمين على رعايته.

- الخرف المبكر مصطلح يُستخدم لوصف إصابة الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 65 عامًا بأي شكل من أشكال الخرف.
- يعتبر الخرف المبكر أقل شيوعًا بكثير من الخرف الذي يحدث بعد سن 65 عامًا.
- الخرف هو تسمية تطلق على مجموعة من الأعراض التي تسببها اضطرابات تؤثر في الدماغ، فهو ليس مرضًا واحدًا محددًا.
- يمكن أن يؤثر الخرف في التفكير والذاكرة والسلوك. وتتأثر به وظائف الدماغ لدرجة تؤثر في حياة الفرد الاجتماعية أو العملية الطبيعية.
- يؤثر الخرف في كل مصاب بطريقة تختلف عن غيره.
- غالبًا ما ينعم المصابون بالخرف بحياة نشطة ومُرضية لسنوات عديدة بعد تشخيص حالتهم.

### التشخيص مهم للغاية

من الضروري التحدث مع الطبيب عند ظهور الأعراض لأول مرة، ويمكنك اصطحاب أحد الأقارب أو الأصدقاء معك إذا أردت.

قد يستغرق تشخيص المصابين الأصغر سنًا وقتًا طويلاً؛ حيث يجب على الأطباء استبعاد الأسباب الأخرى المحتملة للأعراض. وقد يؤدي التقييم الطبي والنفسي الكامل إلى اكتشاف أن المصاب لديه مرض قابل للعلاج أو قد يؤكد الإصابة بالخرف.

إذا كانت الأعراض ناجمة عن الخرف، فهذا يعني أن هناك إمكانية للحصول المبكر على الدعم والمعلومات وأي دواء متاح.

## تشخيص الإصابة بالخرف

لا يوجد حاليًا فحص واحد لتشخيص الخرف. حيث يتم التشخيص بعد الاستشارات السريرية الدقيقة.

وقد يشمل التقييم ما يلي:

- تاريخ طبي مفصّل
- فحص جسدي (لتقييم الحواس والحركة)
- تحاليل الدم والبول
- تقييم نفسي (لتقييم أعراض الاضطرابات أو الأعراض الأخرى المرتبطة بالخرف التي يمكن علاجها)
- الاختبارات النفسية العصبية (لتقييم القدرات المخترنة ومشكلات معينة مثل الفهم والبصيرة والقدرة على الحكم على الأمور والذاكرة والتفكير)
- فحوصات الدماغ
- اختبارات أخرى، تشمل الأشعة السينية وتخطيط القلب.

## الآثار المترتبة على ظهور الخرف المبكر

يترتب على الخرف المبكر صعوبات اجتماعية وعاطفية ومالية، كما يتطلب دعمًا فريدًا من نوعه؛ حيث يظهر في مرحلة حياتية يكون فيها الشخص في ذروة نشاطه الجسدي والاجتماعي.

عندما يُشخّص فرد ما بالخرف المبكر، قد يكون حينها:

- موظفًا بدوام كامل
  - يرعى أسرته
  - مسؤولاً عن إعالة الأسرة
  - قويًا من الناحية الجسدية ويتمتع بصحة جيدة.
- يجب مراعاة هذه العوامل عند البحث عن خدمات الدعم أو الحصول عليها.

## تغيير نمط الحياة

قد يكون الشعور بالخسارة لدى المصاب بالخَرَف المبكر وعائلته كبيرًا جدًا. يمكن أن يؤثر الخَرَف في القدرة على العمل، وقد يؤثر فقدان مصدر الدخل فجأة تأثيرًا كبيرًا في الأسرة. وقد يتفاجم الأمر بسبب حالة فقدان تقدير الذات التي تحدث في حال التوقف عن العمل وفقدان الهدف في الحياة.

قد يؤثر الخَرَف في قدرة الشخص على إكمال الأنشطة الروتينية اليومية. وهذا يؤثر في الاستقلال والمعيشة.

قد تصبح الخطط طويلة الأجل غير ممكنة، مثل السفر أو التقاعد أو الوقت الذي تقضيه مع الأطفال أو الأحفاد.

## التغييرات التي تطرأ على الأسرة

قد يضطلع شريك حياة المصاب بأدوار أسرية إضافية، مثل رعاية شريك الحياة المصاب بجانب تربية الأطفال وإدارة الشؤون المالية أيضًا. وقد يؤدي ذلك إلى تقليل ساعات العمل أو تركه تمامًا. وقد تكون هذه التغييرات كبيرة.

من المحتمل أن يراود الأطفال مشاعر قوية تجاه الخَرَف وتأثيره فيهم. وقد يشعرون بالغضب والاستياء والانزلال. وقد يواجه بعض الشباب صعوبة في التحدث مع والديهم لأنهم لا يريدون أن يتسببوا لهم في الشعور بالقلق أو الحزن أو أن يكونوا عبئًا إضافيًا عليهم. وقد يفضلون التحدث مع أشخاص في ذات أعمارهم أو مع استشاري.

## التغييرات التي تطرأ على العلاقات الاجتماعية

قد تشكل سلوكيات الآخرين تحديًا. فقد يصعب على العائلة والأصدقاء تقبل حقيقة إصابة الشخص بالخَرَف، خاصةً عندما لا تكون هناك تغييرات جسدية واضحة عليه. وقد يؤدي ذلك إلى فقدان التواصل مع العائلة والأصدقاء والتوقف عن ممارسة الهوايات التي كان يتمتع بممارستها سابقًا.

## الحصول على الدعم

يعد الخرف مرضًا تدريجيًا. فغالبًا ما تظهر الأعراض ببطء وتتفاقم تدريجيًا بمرور الوقت. لا يوجد علاج معروف للخرف، لكن يوجد متخصصون في الرعاية الصحية وأدوية وعلاجات أخرى يمكن أن تساعد على علاج بعض الأعراض والمساهمة في دعمكم للاعتناء بصحتكم وحياتكم. ويعد الدعم من الأمور المهمة بالنسبة للأشخاص المصابين بالخرف المبكر. حيث يمكن أن تُحدث مساعدة الأسر والأصدقاء والقائمين على رعاية المصاب تغييرًا إيجابيًا وتسهم في السيطرة على الحالة وعيش حياة جيدة.

## مطالعات وموارد إضافية

- مركز معلومات الخرف المبكر  
تفضلوا بزيارة: [yod.dementia.org.au](http://yod.dementia.org.au)
- خدمة مكتبة مؤسسة Dementia Australia  
تفضلوا بزيارة: [dementia.org.au/library](http://dementia.org.au/library)
- خدمات الدعم التي توفرها Dementia Australia  
تفضلوا بزيارة: [dementia.org.au/support](http://dementia.org.au/support)
- البرامج التعليمية التي توفرها مؤسسة Dementia Australia  
تفضلوا بزيارة: [dementia.org.au/education](http://dementia.org.au/education)

## معلومات إضافية

توفر مؤسسة Dementia Australia الدعم والمعلومات والتوعية والاستشارات.

خط المساعدة الوطني للخرف: 1800 100 500

للحصول على مساعدة لغوية: 131 450

تفضلوا بزيارة موقعنا الإلكتروني: [dementia.org.au](http://dementia.org.au)