

## اختيار طبيب لتقييم مشاكل الذاكرة والتفكير

في حين أن العديد من الأشخاص يعانون من بعض التغيرات في الذاكرة والتفكير والسلوك مع تقدمهم في السن، فإن التغيرات الإدراكية التي تعطل الحياة اليومية لا تُعد جزءًا نموذجيًا من الشيخوخة. إذا كنت تعاني أنت أو أي شخص تعرفه من مشاكل في الذاكرة أو التفكير، فمن المهم مشاركة هذه المخاوف مع طبيبك. وتحديد إذا كانت الأعراض مرتبطة بالخرف تحتاج إلى تقييم طبي كامل يجريه طبيب مرخص.

### نبذة عن الخرف

لا يعتبر الخرف مرضًا محددًا، ولكنه عبارة عن مجموعة من الأعراض المرتبطة بمشاكل في الذاكرة أو التفكير شديدة بما يكفي للتأثير على قدرة الشخص على أداء الأنشطة اليومية. تُعد استشارة الطبيب في المراحل المبكرة أمرًا بالغ الأهمية للسماح بالعلاج والتخطيط. إذا كنت تعاني من الخرف، فمن المهم معرفة نوعه فقد تختلف العلاجات والأعراض. الأنواع الأربعة الأكثر شيوعًا من أمراض الخرف هي:

- مرض الزهايمر.
- الخرف الوعائي.
- الخرف المصحوب بأجسام ليوي.
- الخرف الجبهي الصدغي.

### أنواع الأطباء الذين يقومون بتقييم مشاكل الذاكرة والتفكير

#### أطباء الرعاية الأولية

غالبًا ما يناقش الأشخاص أولاً مخاوفهم المتعلقة بالذاكرة أو التفكير مع طبيب الرعاية الأولية، والذي يُشار إليه أحيانًا باسم "الطبيب العام أو طبيب الرعاية الأولية". ويركز أطباء الرعاية الأولية المدربون في الطب الباطني العام أو طب الأسرة على تشخيص الحالات الطبية الشائعة وعلاجها. ويُجري العديد من أطباء الرعاية الأولية تقييمًا أوليًا وتقييمًا كاملاً، ولكنهم قد يحيلون المرضى أيضًا إلى أخصائي لتأكيد التشخيص وتحديد نوع الخرف. عند التحدث مع طبيب الرعاية الأولية حول مشاكل الذاكرة والتفكير، اسأل عن مدى إلمامه بتشخيص الخرف وما إذا كانت هنالك ظروف قد يحيلونك فيها إلى أخصائي.

## الأخصائيين

يمكن للأخصائيين المذكورين أدناه تقييم مشاكل الذاكرة والتفكير وتشخيص الخرف. وقد يحتاج بعض الأشخاص الذين يعانون من أعراض غير واضحة، بما في ذلك أولئك الذين تقل أعمارهم عن 65 عامًا، إلى تقييم من قبل اثنين أو أكثر من الأخصائيين الذين يجمعون بين النتائج التي توصلوا إليها للوصول إلى التشخيص.

- **أطباء الشيخوخة** هم أطباء الرعاية الأولية الذين تلقوا تدريبًا إضافيًا في طب الشيخوخة (الرعاية الطبية للأمراض والحالات الشائعة بين كبار السن، الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا بشكل عام). وعادةً ما يكون هؤلاء الأطباء مستعدين لإدارة حالات طبية متعددة.
- يتم تدريب **الأطباء النفسيين في طب الشيخوخة** على الطب النفسي العام مع تدريب إضافي في مجال الصحة النفسية والشيخوخة. وقد يكون هؤلاء الأخصائيين مفيدين لاستبعاد الأسباب الأخرى لفقدان الذاكرة، مثل الاكتئاب، وفي علاج السلوكيات المرتبطة بالخرف لدى الأشخاص المصابين بالخرف.

- يتم تدريب **أطباء الأعصاب** على اضطرابات الجهاز العصبي، بما في ذلك مشاكل الدماغ والحبل الشوكي والأعصاب الطرفية. وعادةً ما يتلقى أطباء الأعصاب تدريبًا رسميًا في مرض الزهايمر وغيره من أمراض الخرف، على الرغم من أنه ليس من الضروري أن يقوم جميع أطباء الأعصاب بالالتزام بتشخيص أو علاج الأشخاص المصابين بالمرض. ويركز بعض أطباء الأعصاب على حالات أخرى، مثل علاج الألم ومرض باركنسون واضطرابات نوبات الصرع. وإذا تمت إحالتك إلى طبيب أعصاب، فاستفسر عما إذا كان الطبيب يعالج الأشخاص المصابين بالزهايمر أو غيره من أمراض الخرف.

- يجري **أطباء علم النفس العصبي** مجموعة متنوعة من الاختبارات لتقييم قدرات التفكير، بما في ذلك الذاكرة والانتباه واللغة والقراءة ومهارات حل المشكلات. ويعمل أطباء النفس العصبي عن كثب مع أخصائيين آخرين وأطباء الرعاية الأولية أثناء عملية التشخيص.
- معظم أخصائيي علم النفس العصبي السريري الممارسين حاصلون على درجة علمية متقدمة (دكتوراه أو دكتوراه في الطب النفسي) في علم النفس السريري وتدريب إضافي في علم النفس العصبي.
- **مراكز تشخيص الخرف ومراكز مرض الزهايمر (ADCs) ومراكز أبحاث مرض الزهايمر (ADRCs)** تضم بشكل عام نوعين على الأقل من المتخصصين كجزء من الفريق الطبي الذين يمكنهم تشخيص الخرف وعلاجه. ويتم تمويل مراكز مرض الزهايمر (ADCs) ومراكز أبحاث مرض الزهايمر (ADRCs) من قبل المعهد الوطني للشيخوخة (NIA). وتشارك مراكز أبحاث مرض الزهايمر وبعض مراكز تشخيص الخرف في الأبحاث ويمكنها اقتراح طرق للمشاركة في الدراسات السريرية.

## عملية التشخيص

قد يطلب الطبيب عدة اختبارات لتقييم مشاكل الذاكرة حتى يمكن تحديد السبب بدقة. ويمكن تقسيم التقييم إلى عدة زيارات، مما يتيح للطبيب (الأطباء) الوقت الكافي لتحديد سبب تغيرات الذاكرة واستبعاد أسباب أخرى. وفي الحالات التي يكون فيها سبب فقدان الذاكرة أكثر وضوحًا، قد تكون الحاجة إلى إجراء اختبارات أقل.

وقد تشمل خطوات تقييم الذاكرة ما يلي:

- يشمل التاريخ الطبي المشاكل والمخاوف الطبية الحالية والسابقة والأدوية الحالية والسابقة والتاريخ الطبي للعائلة والنظام الغذائي، بما في ذلك استخدام المشروبات الكحولية. وبالإضافة إلى التحدث مع الشخص الذي يعاني من مشاكل في الذاكرة أو التفكير، قد يطلب الطبيب التحدث مع أفراد الأسرة أو غيرهم ممن يعرفون هذا الشخص جيدًا لتحديد ما إذا كانوا قد لاحظوا أي تغييرات.
- يشمل الفحص البدني تقييم ضغط الدم ودرجة الحرارة والنضب بالإضافة إلى إجراءات أخرى لتقييم الصحة العامة.
- يشمل فحص الاكتئاب الإجابة عن مجموعة قصيرة من الأسئلة. ويمكن أن تضيف هذه العملية المعلومات اللازمة للتشخيص الدقيق لأن الاكتئاب يمكن أن يسبب مشاكل في الذاكرة والتفكير مشابهة للخرف.
- قد يتم فحص الاختبارات المعملية، مثل عينات الدم والبول، لاستبعاد العدوى أو للتحقق من كيفية عمل الأعضاء، مثل الكبد أو الكلى. وفي الحالات التي تتطلب معلومات إضافية، قد يطلب الطبيب إجراء تحليل للبروتينات في السائل النخاعي (CSF).
- تعمل اختبارات الحالة الإدراكية العقلية على تقييم الذاكرة والتفكير وقدرات حل المشكلات البسيطة. وتكون بعض الاختبارات قصيرة، في حين أن بعض الاختبارات الأخرى قد تستغرق وقتًا طويلاً ومعقدة. وغالبًا ما يتم إجراء اختبارات أكثر شمولاً للحالة الإدراكية العقلية من قبل أخصائي علم النفس العصبي لتقييم الوظائف التنفيذية والحكم والانتباه واللغة.
- يتم إجراء أشعة لتصوير الدماغ، مثل التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI) أو التصوير المقطعي المحوسب (CT)، وذلك لفحص بنية الدماغ، بينما يفحص التصوير المقطعي المحوسب أحادي الفوتون (SPECT) أو التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني (PET) كيفية عمل الدماغ. ويمكن أن تستبعد هذه الفحوصات الحالات التي قد تسبب أعراضًا مشابهة للزهايمر ولكنها تتطلب علاجًا مختلفًا، بما في ذلك أورام الدماغ أو تمدد الأوعية الدموية أو السكتة الدماغية أو تراكم السوائل في الدماغ.

تفضل بزيارة [alz.org/evaluatememory](http://alz.org/evaluatememory) لمعرفة المزيد حول ما قد يتضمنه التقييم.

### تغطية برنامج Medicare لتخطيط الرعاية الطبية

يغطي برنامج Medicare خدمات تخطيط الرعاية للأشخاص الذين تم تشخيص إصابتهم مؤخرًا بضعف الإدراك، بما في ذلك مرض الزهايمر وغيره من أمراض الخرف. ويسمح تخطيط الرعاية للأفراد المصابين بالخرف ومقدمي الرعاية لهم بالتعرف على العلاجات الطبية وغير الطبية والتجارب السريرية والخدمات المتاحة في المجتمع والمعلومات الإضافية والدعم الذي يمكن أن يساهم في تحسين جودة الحياة.

تحت هذه التغطية، يمكن للأطباء ومساعدى الأطباء والممرضين الممارسين وأخصائيى التمريض السريري والمرضى القابلات المعتمدات تقديم تخطيط رعاية مفصل يشمل:

- تقييم الإدراك والوظائف.
- قياس الأعراض العصبية والنفسية.
- التوفيق بين الأدوية.
- تقييم السلامة (بما في ذلك القدرة على القيادة).
- تحديد مقدمي الرعاية واحتياجات مقدمي الرعاية.
- تحديد توجيهات الرعاية وتقييمها.
- التخطيط لتلبية احتياجات الرعاية التلطيفية.
- الإحالات إلى الخدمات المجتمعية لكل من المستفيد ومقدم الرعاية.

يشير الخبراء إلى أن تخطيط الرعاية للأفراد المصابين بالخرف هو عملية مستمرة وأن التحديث الرسمي لخطة الرعاية يجب أن يتم مرة واحدة على الأقل كل عام أو عند حدوث تغيير كبير. تحدث إلى طبيبك حول خدمات تخطيط الرعاية. وإذا لم يكن طبيبك على دراية بتغطية برنامج Medicare لتخطيط الرعاية، فيمكنه زيارة [alz.org/careplanning](https://alz.org/careplanning) لمزيد من المعلومات.

## الموارد

- أداة البحث عن موارد المجتمع من جمعية الزهايمر و AARP [alz.org/CRF](https://alz.org/CRF)
- تشخيص مرض الزهايمر والخرف [alz.org/diagnosis](https://alz.org/diagnosis)

TS-0108 | تم التحديث في يوليو 2024