

## الخرف

الخرف هو مصطلح عام يشير إلى حدوث تدهور في القدرة العقلية بصورة شديدة قد تعوق الحياة اليومية. والخرف ليس مرضًا واحدًا؛ فهو مصطلح شامل لوصف التغيرات التي تطرأ على ذاكرة الفرد أو تفكيره أو منطقه.

وهناك العديد من الأسباب المحتملة للخرف، بما في ذلك مرض الزهايمير. وتنجم الاضطرابات المصنفة تحت المصطلح العام "الخرف" عن تغيرات دماغية غير طبيعية. وتؤدي هذه التغيرات إلى انخفاض في مهارات التفكير، والمعروفة أيضًا بالقدرات الإدراكية، وهي تغيرات شديدة بما يكفي لإعاقة الحياة اليومية والمهام المستقلة.

كما أنها تؤثر على السلوك والمشاعر وال العلاقات.

قد تكون التغيرات الدماغية التي تسبب الخرف مؤقتة، ولكنها في أغلب الأحيان دائمة وتتفاقم، مما يؤدي إلى زيادة العجز وتقدير العمر الافتراضي للمريض. ويمكن أن يختلف معدل البقاء على قيد الحياة بشكل كبير، اعتمادًا على عوامل مثل سبب الخرف والعمر عند التشخيص والحالات الصحية المصاحبة.

يعتبر مرض الزهايمير السبب الأكثر شيوعًا للإصابة بالخرف، حيث يمثل 60% إلى 80% من الحالات. ويعُد الخرف الوعائي، الذي يحدث بسبب التضيق المجهري وانسداد الأوعية الدموية في الدماغ، السبب الثاني الأكثر شيوعًا للخرف.

### أنواع وأسباب الخرف الأخرى هي:

- الخرف المختلط
- الخرف الجبهي الصدغي
- الخرف المصحوب بأجسام ليوي (DLB)
- مرض باركنسون (PD)
- استسقاء الرأس سوي الضغط
- مرض كرونتزفيلد جاكوب

يُعد الأفراد الذين يعانون من متلازمة داون ومرض هنتنغتون ومتلازمة فيرنيك كورساكوف عرضة لخطر الإصابة بأعراض الخرف.

في حالة الخرف المختلط، تحدث تشوهدات مميزة لأكثر من نوع واحد من الخرف في وقت واحد في الدماغ. وقد يطلق الأطباء على هذه الحالة أيضًا اسم "الخرف متعدد العوامل". وفي الشكل الأكثر شيوعًا للخرف المختلط، تتواجد الترسيبات البروتينية غير الطبيعية المرتبطة بمرض الزهايمير مع مشاكل الأوعية الدموية المرتبطة بالخرف الوعائي. وغالبًا ما تتواجد تغيرات الدماغ المصاحبة للزهايمير أيضًا مع أجسام ليوي، وهي ترسيبات بروتينية غير طبيعية مميزة للخرف المصاحب لأجسام ليوي والخرف الناتج عن مرض باركنسون. وفي بعض الحالات، قد يصاب الشخص بتغيرات دماغية مرتبطة بداء الزهايمير والخرف الوعائي والخرف المصاحب لأجسام ليوي.

قد تختلف أعراض الخرف بشكل كبير. وتتضمن الأمثلة على ذلك مشاكل في الذاكرة قصيرة المدى، ونسيان

---

مكان الحقيقة أو المحفظة، ودفع الفواتير، والتخطيط لوجبات الطعام وإعدادها، وتذكر المواعيد، والتيه في الأماكن المألوفة. وقد تختلف أعراض الخرف المختلط، بناءً على أنواع التغيرات الدماغية المعنية ومناطق الدماغ المتأثرة. وفي العديد من الحالات، قد تكون الأعراض مشابهة - أو حتى لا يمكن تمييزها - لأعراض الزهايمر أو أي نوع آخر محدد من أمراض الخرف. وفي حالات أخرى، قد تشير أعراض الشخص إلى وجود أكثر من نوع واحد من أمراض الخرف.

يعاني بعض الأفراد من حالة لا تُعد خرقاً ولكن لها أعراض تشبه أعراض الخرف. وتتمثل الأسباب الشائعة للأعراض الشبيهة بالخرف في الاكتئاب والهذبان والآثار الجانبية للأدوية ومشاكل الغدة الدرقية وبعض حالات نقص الفيتامينات والإفراط في تناول الكحول. وعلى عكس الخرف، يمكن في كثير من الأحيان عكس هذه الحالات بالعلاج.

تشير الأبحاث إلى أن تبني خيارات متعددة لنمط حياة صحي، بما في ذلك اتباع نظام غذائي صحي وعدم التدخين وممارسة التمارين الرياضية بانتظام والتحفيز الإدراكي، قد يقلل من خطر التدهور الإدراكي والخرف.

ويمكن للطبيب أن يساعد في تحديد السبب المحدد للخرف وتقديم الرعاية المناسبة، وفي بعض الحالات، تقديم إرشادات حول خيارات العلاج المتاحة.

تم التحديث في فبراير 2023 | TS-0052