



استقصاء صحافي ميداني نوعوي عن مرض «ألزهايمر» يحمل رسائل لأهالي المرضى باحتياجاتهم وخطط الرعاية المتكاملة لهم

فوزية أبل تبعد في كتابها: «مرض الزهور» لمسة حانية قبل الوداع

يوسف غانم

هناك الكثير من الأمراض والمشاكل الصحية التي يعاني منها المصابون بها والتي يعيها المحيطون بهم، فينتكفوا مع أوضاعهم ومع آلية التعامل معهم، لكن هناك أمراضاً أخرى قد لا تكون ظاهرة للعيان أو ربما أن تشخيصها غير واضح لسبب ما أو لعدم اهتمام المريض الشخصية، والتي يعتبر مرض «ألزهايمر» والذي يصيب عادةً بعض كبار السن واحداً منها، وتقديراً منها لأهمية هذه الفئة من المرضى فقد عملت الزميلة فوزية أبل على الاهتمام بهؤلاء المرضى وبمتابعة أحوالهم، إذ نشرت سلسلة من المقالات في صحف وعبر مواقع التواصل، ف جاء كتاب «مرض الزهور» لمسة حانية قبل الوداع لتكلم به سلسلة الأنشطة والإصدارات التي بدأت منذ تأسيس «فريق دعم أهالي ألزهايمر في 2011» بكتبا «ألزهايمر.. يبدأ بيد مساعديهم»، ثم كتاب «أسرار ألزهايمر.. رعاية أفضل حياة أجمل» عام 2016، وبعده

وكان اللافت ما كشفت عنه بيانات «الصحة العالمية»، من أن معدل الإصابة بالخرف في العالم هو مريض جديد كل 3 إلى 4 ثوان.

الخرف والذاكرة

وتضيف أبل: إن الخرف مصطلح شامل يصف مجموعة الأعراض والأمراض التي تطال الذاكرة والاستدلال والتفكير والسلوك والتعلم والتواصل واللغة واتخاذ القرارات الصائبة، وحل المشكلات واللغة والقدرة على القيام بالأنشطة اليومية والحياتية، وعلى الرغم من أن الخرف يصيب المسنين بالدرجة الأولى، فإنه ليس جزءاً طبيعياً من الشيخوخة.

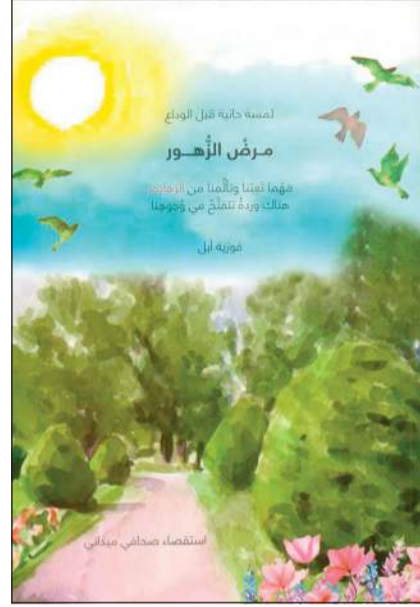
وقد تفاقمت الإصابة بمرض ألزهايمر في السنوات العشر الأخيرة بدرجة غير مسبوقة في جميع أنحاء العالم، وهذا المرض يحوي ذاكرة الشخص المصاب به في سنوات قليلة ويجعله غريباً وسط أهله.

وأجمعت آراء الخبراء على أن التقدم في العمر يعتبر العامل الرئيسي المصاحب لظهور ألزهايمر، حيث تزداد الإصابة به بنسبة الضعف بعد بلوغ الشخص 65 عاماً، وقد تصل إلى 50% بعد عمر 85 عاماً. وقد يصاب به الأشخاص الذين يحملون الجين المتحسس في حدوثه، وغيرهم أيضاً مثل مرضى السكري غير المحافظين على أنفسهم، كذلك هناك سموم تؤثر مباشرة على خلايا المخ المتحكم في الوظائف المعرفية مثل التئبق.

المصاحب لظهور ألزهايمر، حيث تزداد الإصابة به بنسبة الضعف بعد بلوغ الشخص 65 عاماً، وقد تصل إلى 50% بعد عمر 85 عاماً. وقد يصاب به الأشخاص الذين يحملون الجين المتحسس في حدوثه، وغيرهم أيضاً مثل مرضى السكري غير المحافظين على أنفسهم، كذلك هناك سموم تؤثر مباشرة على خلايا المخ المتحكم في الوظائف المعرفية مثل التئبق.

المصاحب لظهور ألزهايمر، حيث تزداد الإصابة به بنسبة الضعف بعد بلوغ الشخص 65 عاماً، وقد تصل إلى 50% بعد عمر 85 عاماً. وقد يصاب به الأشخاص الذين يحملون الجين المتحسس في حدوثه، وغيرهم أيضاً مثل مرضى السكري غير المحافظين على أنفسهم، كذلك هناك سموم تؤثر مباشرة على خلايا المخ المتحكم في الوظائف المعرفية مثل التئبق.

المصاحب لظهور ألزهايمر، حيث تزداد الإصابة به بنسبة الضعف بعد بلوغ الشخص 65 عاماً، وقد تصل إلى 50% بعد عمر 85 عاماً. وقد يصاب به الأشخاص الذين يحملون الجين المتحسس في حدوثه، وغيرهم أيضاً مثل مرضى السكري غير المحافظين على أنفسهم، كذلك هناك سموم تؤثر مباشرة على خلايا المخ المتحكم في الوظائف المعرفية مثل التئبق.



غلاف كتاب «مرض الزهور»



فوزية أبل



كتاب «أسرار ألزهايمر رعاية أفضل حياة أجمل»



الألزهيمر.. بدأ بيد مساعديهم

■ إصدارات ترفد المكتبة الكويتية والعربية بمعلومات قيمة وآراء واستشارات من متخصصين وأصحاب خبرة في مجال ألزهايمر منذ سنوات

■ ضرورة وجود متخصصين في طب وصحة المسنين وأمراضهم في المستشفيات فهل نحدو عيادة المسنين في الكويت حذو من نجحوا قبلنا؟

بتعريف مصطلح «الدمنشا» الذي يطلق على العديد من الأمراض التي تسبب ضموراً في خلايا المخ، والتي تسمى مرض ألزهايمر، مشيرة إلى الخطوات المتبعة والطرق المثلى للتعرف على المشاكل التي يعاني منها مريض ألزهايمر كإهمال النظافة الشخصية، ونسيان الأشياء، والهلاوس، واضطراب النوم والتجزؤ والانتباه، وتكرار الأسئلة، نقص الذاكرة، وتنشيط الذاكرة وغيرها، وتنشيط الذاكرة والدماع إلى جانب تحسين التواصل ووظائف الكلام، وقد أصبح لهذه الأنشطة بروتوكولات وإستراتيجيات مدروسة تعتمد على أساليب علمية ودراسات متخصصة.

خبرات وتجارب

وقد اعتمدت الكاتبة على العديد من أصحاب الخبرات والتجارب في مجال ألزهايمر كاستاذة التمريض النفسي والصحة النفسية في كلية التمريض بجامعة عين شمس، ومنها العام لجمعية ألزهايمر في مصر. د. غادة مراد التي قدمت الكثير من المعلومات القيمة حول رعاية مريض ألزهايمر مبتدئة

في رعاية مرضى ألزهايمر، زارت الإعلامية فوزية أبل مركز آفا لرعاية مرضى ألزهايمر وعائلاتهم في تونس، وتناولت على أساليب العلاج والرعاية، والتقت بمؤسسه المركز د.عفاف الهامي المتخصصة بأمراض الشيخوخة من جامعة السوربون والحائزة على شهادة إدارة رعاية مرضى ألزهايمر وعلى شهادة البرجة اللغوية العصبية، ورئيس الجمعية التونسية لمحاربة ألزهايمر ورئيس النقابة الوطنية لوحدة الرعاية النهارية ومركز ألزهايمر، وكذلك التقت بالطاغم الطبي، حيث شاهدت الجودة العالية للرعاية بشكل يضاهي المراكز الأوروبية المتخصصة وتصميم المبني وفق المتطلبات العلاجية والناحية الجمالية الجاذبة والهادئة، كنموذج منطور وكيفية العناية بالمرضى، وتمتدح في هذا المجال، فضلاً عن غياب الدعم النفسي والاجتماعي المطلوب لتخفيف المعاناة، واضعة الخطوات الرئيسية للمسنين ومرضى ألزهايمر، والأنواع الرئيسية لدور ومراكز رعاية المسنين وما يقدمه كل منها من خدمات ورعاية حسب الحالات.

كما تستشهد المؤلفة بخبرات مؤسس عيادة أمراض الذاكرة في مستشفى السلطان قابوس، ومؤسس ورئيس الرابطة العمانية لألزهايمر منذ إشرافها د.محمد السنوسي صاحب الجهود الملموسة ورائد رعاية المسنين وأمراض الذاكرة في بلاده، والذي يستعرض الخدمات الصحية لمرضى الخرف في مستشفى جامعة السلطان قابوس، ودور عيادة الذاكرة والفريق الطبي العامل فيها.

وتتناول المؤلفة أيضاً بعض المبادرات والشراكات الفاعلة للجمعية السعودية الخيرية لمرض ألزهايمر كبرنامج رد الجميل، والشيوخه الصحية، ثم تنتقل إلى بعض خبرات استاذ علم النفس العصبي المعرفي في جامعة الكويت وعضو الجمعية الأمريكية للألزهايمر د.ناصر المنيع، والذي يحمل تخصصاً دقيقاً في الذاكرة العاملة والوظيفة التنفيذية للمخ، وما يقدمه من طرق علاجية لمرض ألزهايمر كالعلاج بالنغم والموسيقى.. والاستعانة بالدمى، والحديقة.. استشرخ وعلمقي ومقهي ألزهايمر.. ملتيقى وعلاج، وقربة.. للحياة المطمئنة، والاستحمام من الرض إلى المرخ، والتوهان.. مشكلة تبحث عن حل، ونشاط في النهار.. نوم في الليل، ومتلازمة غروب الشمس، وأعيدوني إلى بيتي.

مقالات ورسائل

وتبرز أبل عدداً من المقالات التي نشرت لإيصال رسائل إلى أصحاب القرار للاهتمام بواقع المرض في الكويت، واليوم العالمي للألزهايمر.. أين القرارات؟ وزارة الصحة في دوامة النسيان، وصراعات المتخفين دمرت حياة كبار من أهلكنا، ود.العبيدي.. حلكم تبعد»، والألزهايمر أخطر من المزاح!! ومرضى ألزهايمر في الكويت مظلومون، وأهالي ألزهايمر والمسنون.. «حكاية موازية»، والألزهايمر وإنشاء عيادات الذاكرة، والحماية القانونية لمرضى ألزهايمر وغيرها الكثير من المقالات التي تسلط الضوء على هذه

الفئة وضرورة الاهتمام بها بشكل أكبر.

واقع ألزهايمر في الكويت

تؤكد أبل في كتابها على أهمية وجود متخصصين في طب وصحة المسنين، وأمراضهم في المستشفيات، متسائلة: هل نحدو عيادة المسنين في الكويت حذو من نجحوا قبلنا عربياً وخليجياً؟ مشيرة إلى «الرؤية المثلى لإعادة المسنين» وفريق العمل فيها، لتصل إلى واقع مرضى ألزهايمر وكبار السن في الكويت، بداية منذ عام 2011 بعد أن شهد فريق دعم أهالي ألزهايمر عن قرب معاناة المرضى ونهيم بسبب عدم توافر عيادات متخصصة، كما لا يوجد أطباء متخصصون من ذوي الخبرة في هذا المجال، فضلاً عن غياب الدعم النفسي والاجتماعي المطلوب لتخفيف المعاناة، واضعة الخطوات الرئيسية للمسنين ومرضى ألزهايمر، والأنواع الرئيسية لدور ومراكز رعاية المسنين وما يقدمه كل منها من خدمات ورعاية حسب الحالات.

كما تبين أبل الخطوات العملية للارتقاء بالرعاية الصحية للمسنين في الكويت، وكيفية تنفيذ هذه الخطوات، وكذلك استحداث مركز ألزهايمر الاجتماعي باعتباره من أخطر الأمراض التي تصيب الإنسان عند الكبر، ويمحو قدرات المريض في التواصل مع المحيطين به، ويمحو قدرته على الاعتماد على نفسه في قضاء حاجاته الشخصية، إلى أن نصل إلى المراحل النهائية حيث يصبح المريض طريح الفراش.

وتتراوح فترة المعاناة بين 8 و12 عاماً يعيش المريض خلالها وأهله تحديات جسدية تؤثر على نوعية حياة الطرفين. وتؤكد أبل في الكتاب أن الخدمات الطبية والعلاجية والتشخيصية للمسنين هي من دور وزارة الصحة وليس الشؤون، منتقدة أيضاً الإساءة إلى مرضى ألزهايمر وسخرية منهم في تناول أوضاعهم في الجانب الفني بشكل ساخر.

نصائح وإرشادات

ولأن مقدم الرعاية يحتاج إلى كثير من الإرشادات والتوجيهات التي تعينه في هذه الرحلة الشاقة من مرافقة المريض ومعايشته بصحة يومية، فقد وضعت المؤلفة مجموعة من تلك النصائح المهمة والتي نشرت الكثير منها أيضاً عبر حساب دعم أهالي ألزهايمر في «تويتر»، بحيث تشكل خارطة عمل مبسطة ومتكاملة الخبير منها ينطبق على الكثير من الحالات المصابة وكيفية التصرف معها.

كما ونقت المؤلفة العديد من الزيارات والأنشطة المتنوعة التي شاركت فيها وقامت بها من خلال الصور وبعض الإيجازات عنها بشكل مهني وتقديرًا لكل من ساهم وقدم شيئاً لهذه الفئة التي تستحق منا جميعاً كل تقدير واهتمام نظير ما قدموه لنا خلال سنوات عطائهم الطويلة علنا نرب بهم ونخال أجرم في الدنيا والآخرة.

فوزية أبل.. كاتبة صحافية وعاشقة للغة العربية

كاتبة صحافية في جريدة «الطلیعة» (عضو أسرة التحرير) منذ 1998 حتى توقفها عن الصدور 2016. كاتبة صحافية في جريدة «القبس» منذ 1999 حتى يناير 2017. عاشت تجربة العمل الصحافي المهني داخل أروقة التحرير والإخراج والتنفيذ في جريدة «الطلیعة»، وعملت نائب مدير تحرير لها.

1 - «ألزهايمر.. بدأ بيد مساعديهم» كتاب نوعوي خاص بمرض ألزهايمر عام 2011.

2 - «أسرار ألزهايمر «رعاية أفضل حياة أجمل».. استقصاء صحافي ميداني، سبتمبر 2016.

3 - ألزهايمر «معالجتهن حياة المريض»، تأليف د.أحمد فول، الأخصائي طب وصحة المسنين، إشراف فوزية أبل، سبتمبر 2017.

4 - «الصحف في قبضة المصالح.. شهادة على تدمير السلطة الرابعة في الكويت»، يناير 2018.

5 - «مسرة خاتمة قبل الوداع» ورثة الزهور، مهما تعبتنا وتألما من ألزهايمر، هناك وردة تتفتح في وجوهنا»، 2019.

6 - «جلسات أبل» بيت الشعب، مقالات تحليلية توثيقية.. من واقع تجربي الصحافية في الشأن البرلماني»، 2020.

7 - «A caressing touch before farewell... The Flower Disease... No matter how tired or how much we suffer from Alzheimer's there is always a rose that blooms in our face.. A Field Journalistic Investigation...» January 2020

● تأسيس أول فريق تطوعي خاص بمرض ألزهايمر في الكويت، 2011.

● تدشين حساب دعم أهالي ألزهايمر في موقع التواصل تويتر @alzkw، سبتمبر 2017.

● إنشاء قناة «دعم أهالي ألزهايمر»، إبريل 2019، عبر يوتيوب.

● أشرفت على إصدار نشرة الشروق المرافقة لمؤتمر المرأة العالمية الثاني الذي نظمته الجمعية الثقافية الاجتماعية النسائية في إبريل 2001 برعاية صاحب السمو

الأمير الشيخ صباح الأحمد (النائب الأول لرئيس مجلس الوزراء ووزير الخارجية آنذاك).

● عشقها للغة العربية وتفوقها فيها طوال سنوات دراستها حتى المرحلة الجامعية كانا بوابتها للمكتبة الصحافية والسياسية.

● كاتبة مقالات في بعض المواقع والصحف الإلكترونية.

● معاشيتها المهنية لبعض رموز التيار الوطني شكلت رؤيتها ومبادئها تجاه القضايا والأحداث.

● تتلمذت على يد رئيس تحرير «الطلیعة» السابق أحمد النفيسي.

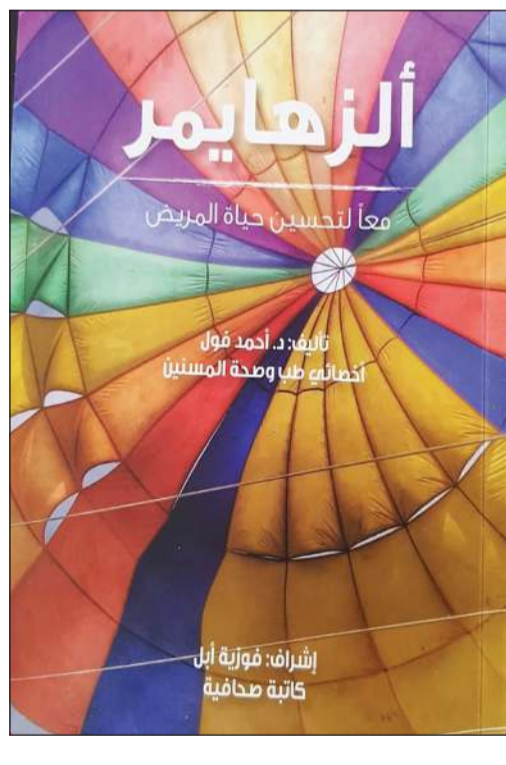
● اكتسبت خبرات في الشؤون البرلمانية من خلال العمل المهني مع المرحوم النائب سامي المنيس في آخر عهده بمجلس الأمة.

● متابعة الميدان الانتخابي والحملات الانتخابية في الكويت منذ أواخر التسعينيات حتى الآن.

● شغفها بالكتابة الصحافية دفعها إلى بلورة أفكارها ورؤيتها عبر مساهمات كتابية حول ألزهايمر والباركنسون

والمكفوفين بجانب الشأن الديني والسياسي والانتخابي.

«ألزهايمر» معاً لتحسين حياة المريض



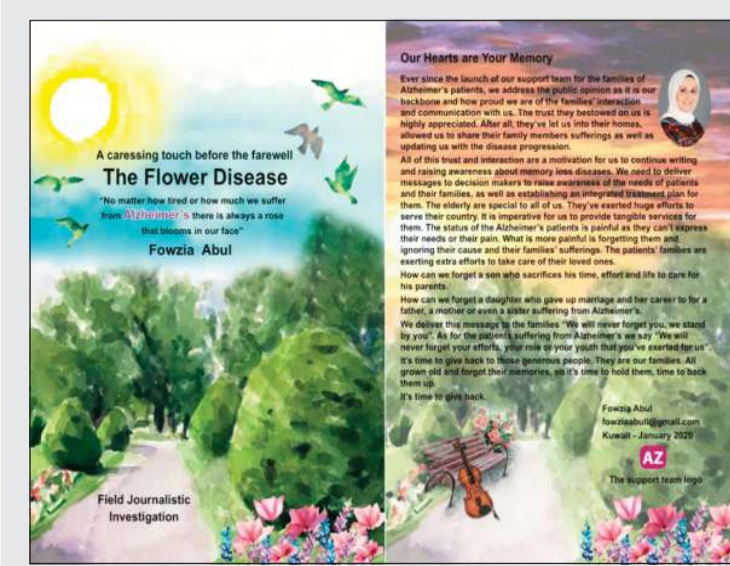
أشرفت الكاتبة الصحافية فوزية أبل على الإصدار الثالث في 2017 «ألزهايمر.. معاً لتحسين حياة المريض» والذي ألفه أخصائي طب وصحة المسنين وأخصائي مكافحة الشيخوخة ورئيس وحدة المسنين في مستشفى راشد في دبي د.أحمد الفول، ويحتوي الكتاب على معلومات مكثفة طرحت بصورة مبسطة ليستوعبها الجميع من التخصصين وغير التخصصين والأهالي ومقدمو الرعاية، كما تضمن نتائج أحدث الأبحاث العلمية في مجال التشخيص، وتأهيل مقدمي الرعاية ومبشرات عن كيفية الحد من تدهور المرض تختلف عن استخدام الأدوية المتداوله والتي ثبت فشلها في إيقاف تدهور حالة المريض وأفضل السبل للتعامل مع مرضى ألزهايمر ورؤية شاملة لرعايته والخدمات التي من المفترض أن تقدمها الحكومات للمسنين ومرضى ألزهايمر.

«مرض الزهور».. ونسخة مميزة بـ «الإنجليزية»

باحث أو مهتم برعاية كبار السن، وبما يسهم في توعيتهم بأمراض الذاكرة ولإيصال رسائل إلى أصحاب القرار بضرورة الوعي باحتياجات المرضى وأهاليهم، ولكي لا ننساهم وأن نلتفت إلى قضاياهم ومعاونة أهاليهم خلال رعاية أبحاثهم. وكانت النسخة بالغة الإنجليزية متكاملة كظهيرتها العربية من حيث تتابع الأفكار والتوثيق، وبأسلوب منظم وشيق للقارئ.

تأكيداً منها على أهمية مرض ألزهايمر ولقلة المراجع عنه فقد عملت الكاتبة الصحافية فوزية أبل على إعداد كتاب مترجم إلى اللغة الإنجليزية عن كتابها «مرض الزهور»، لمسة حانية قبل الوداع، وذلك ليكون مرجعاً بين أيدي المهتمين من التخصصين وأصحاب الخبرة والتجربة في مجال مرض ألزهايمر وما يرتبط به.

وهدف أبل من ذلك أن تعم الفائدة بحيث يستفيد منه كل



غلاف كتاب «مرض الزهور» بنسخته الإنجليزية