



نیما نریمان

آلزایمر یکی از انواع بیماری‌های دمانس یا زوال عقل است. برای بسیاری نام آن مترادف با فراموشی است، اما در واقع مسئله فقط حافظه و اختلال در آن نیست؛ آلزایمر ویرانگر عقل و شعور و غارتگر هویت انسانی فرد مبتلاست. اغلب، افرادی در سنین بالا دچار آن می‌شوند؛ اما در معدود مواردی ممکن است در دهه چهارم یا پنجم زندگی هم دیده شود که البته در این موارد خاص و استثنائی تقصیر کار بر گردن انواع ویژه‌ای از ژن‌هاست؛ گرچه چگونگی شکل‌گیری و بروز آلزایمر هنوز به‌طور دقیق مشخص نیست، اما امروزه این حقیقت روشن است که مجموعه متنوع و پیچیده‌ای از عوامل محیطی و ژنتیکی در بروز آن نقش دارند. در واقع اساس پیدایش آلزایمر به‌عنوان یک بیماری، ریشه در تکامل مغز انسان دارد. پژوهش جدیدی که اخیرا در نشریه معتبر نیچر به چاپ رسیده است، نشان می‌دهد این بیماری احتمالا همراه و هم‌زمان با تکامل هوش بشری به وجود آمده است؛ براین‌اساس در حداقل‌های زمانی ۵۰ تا ۲۰۰ هزار سال قبل، انتخاب طبیعی تغییراتی در شش ژن (که در رشد و تکامل مغز انسان نقش داشته‌اند) به وجود آورده و در نتیجه این تغییرات ارتباطات بین سلول‌های عصبی بیشتر شده و درنهایت هوش انسان نسبت به نیاکانش افزایش یافته است، اما درعین‌حال این افزایش قابلیت‌های شناختی بدون هزینه نبوده و همین ژن‌ها به‌نوعی در پیدایش بیماری آلزایمر ایفای نقش کرده‌اند. ممکن است علائم اولیه این بیماری اغلب سال‌ها پس از شروع آن و با بروز اولین مشکلات در حافظه کوتاه‌مدت فرد شناسایی شوند (در بسیاری از موارد مشکلات بویایی نیز ممکن است همراه آن مشاهده شود) و از آن پس فرد مبتلا به تدریج و در یک بازه زمانی اغلب چندساله بسیاری از توانمندی‌های فکری و شناختی خود از قبیل حافظه، استدلال، قضاوت و تصمیم‌گیری و… را که از او انسانی منحصربه‌فرد ساخته از دست می‌دهد. مغزش

تدریجا کوچک و کوچک‌تر می‌شود تا اینکه در نهایت زندگی‌اش خاتمه یابد. با وجود این، دراماتیک‌ترین جنبه عاطفی-روانی این بیماری این است که صرفا از دست‌رفتن خاطرات و حافظه (به منزله یکی از ارکان اساسی هویت فرد) نیست. آلزایمر ابتدا توانایی فرد برای تشکیل خاطرات جدید را از بین می‌برد و آرام‌آرام به سمت پاک‌کردن خاطرات قدیمی‌تر حرکت می‌کند، اما وجه هولناک و بی‌رحم آن زمانی نمودار می‌شود که در نتیجه از دست‌رفتن بنیان‌های فکر و شناخت، هویت فرد آرام‌آرام رنگ می‌بازد و سرانجام خویشتن خویش را از دست می‌دهد تا جایی‌که دیگر نه خود را می‌شناسد و نه نزدیکانش وی را بسان آن‌کس که قیلا بوده است. مطالعه جدیدی که روی ۲۴۸ خانواده صورت گرفته است، نشان می‌دهد آنچه از دید آنها (خانواده‌ها و اطرافیان فرد مبتلا به زوال عقل) بیشترین میزان این «تغییر هویتی» را در فرد مبتلا به‌وجود می‌آورد، نه اضمحلال حافظه که تغییر در «جنبه‌ها و توانایی‌های اخلاقی» فرد مبتلاست؛ مثلا ممکن است در برخی موارد فرد توانایی سابقش در درک دیگران و همدلی با آنها را نداشته باشد، دروغ‌گویی مرضی (وقتی به‌صورت مکرر و بدون هدف انگیزه مشخص یا قایده‌ای دروغ می‌گویند) در آنها دیده شود، رفتارهای ضداجتماعی یا برخی تمایلات افسارگسیخته جنسی و… را از خود نشان دهند، درحالی‌که در گذشته هرگز این‌طور نبوده. اینها مسلما به دور از خواست و اراده آگاهانه و شعورمندانه بیمار و در نتیجه تخریب ساختار و عملکرد بخش‌هایی از مغز او که مسئول کنترل این دست رفتارهاست، اتفاق می‌افتد. در یکی از انواع زوال عقل (دمانس پیشانی-کیجگاهی که بعد از آلزایمر شایع‌ترین نوع آن است) بیشتر از انواع دیگر می‌توان این موارد را دید. نتایج این تحقیق نشان داده است در تمام انواع زوال عقل و از جمله در آلزایمر این دسته از تغییرات در توانایی‌های اخلاقی فرد مبتلاست که بیشترین تأثیر را بر تغییر ذهنیت و درک سایرین از هویت فرد مبتلا می‌گذارد و نه نوع یا شدت مشکلات حافظه، بی‌ثباتی‌های هیجانی یا تغییر توانایی فرد در انجام فعالیت‌های روزمره‌اش و…

■ ■ ■

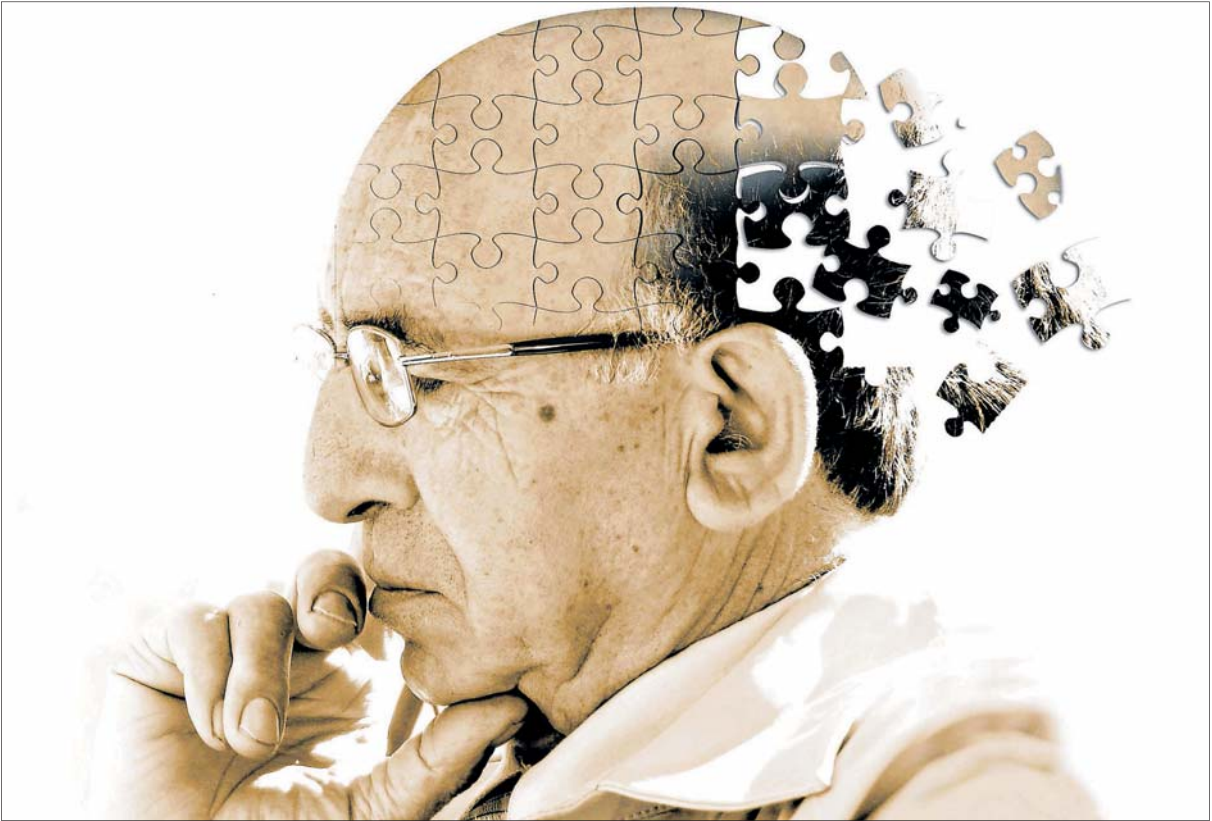
زوال عقل یا همان دمانس انواع متفاوتی دارد، نشانه‌ها و شدت بروز آن در همه یکسان نیست و به عبارت ساده‌تر به تعداد افراد مبتلا انواع مختلفی از آن را می‌توان دید و شناسایی کرد. شایع‌ترین نوع آن، اما آلزایمر است. انسان قرن بیست‌ویکم هر روز شاهد شگرفت‌ترین و هیجان‌انگیزترین اکتشافات و ابداعات است، اما با همه این پیشرفت‌های خارق‌العاده علمی در رشته‌ها و سطوح مختلف و با وجود گذشت بیش از یک قرن از شناسایی این بیماری و تلاش‌های گسترده و فراوان در اقصی نقاط دنیا، هنوز درک روشن و دقیقی از آن که به ما امکان شناسایی زودهنگام، درمان یا پیشگیری از آن را بدهد، وجود ندارد. این‌طور به نظر می‌رسد که نوع بشر و مغز شگفت‌انگیزش کمکان از در برابر هرچیز آلزایمر، این غارتگر انسانی، همچون شهری بی‌دفاع است؛ اما آیا واقعا چنین است؟

■ ■ ■

این روزها در بسیاری از رسانه‌ها و مطبوعات جهان سخن از به اصطلاح «سوانمی زوال عقل» است که اشاره به افزایش چشمگیر و روزافزون تعداد افراد مبتلا به این بیماری دارد؛ از سازمان‌های تخصصی و دولتی

به مناسبت بیست‌ویکم سپتامبر، روز جهانی آلزایمر

آلزایمر، یغماگر حافظه وچهل دزد انسانیت



آلزایمر یکی از ترسناک‌ترین نام‌ها در دنیای پزشکی است. تقریبا همه کم‌وبیش راجع‌به آن شنیده‌اند و چه‌بسا برخی هم به‌واسطه ابتلای یکی از اعضای خانواده، بستگان یا آشنایان به این بیماری، تجربه‌ای عینی‌تر از آن را داشته باشند. قریب به ۱۰۸ سال پیش بود که پزشکی آلمانی (آلوئیس آلزایمر) پس از کالبدشکافی و بررسی مغز زنی که سال‌ها از مشکلات حافظه و تکلم رنج می‌برد، بیماری تازه‌ای را توصیف کرد که بعدها آن را به‌نام خودش «آلزایمر» نامیده و می‌شناسند. بااین‌حال، واقعیت آن است که با وجود گذشت بیش از یک قرن از شناسایی این بیماری و پیشرفت‌های روزافزون علمی، چگونگی شکل‌گیری و بروز آن کم‌اگان برای ما ناشناخته باقی مانده است. امکان پیش‌بینی یا پیشگیری از این

گروهی از محققان در دانشگاه کینگزکالج لندن به سیاق هر ساله گزارش جهانی آلزایمر در سال ۲۰۱۵ را منتشر کرده‌اند و تخمین زده‌اند میزان مبتلایان به این بیماری در ۲۰ سال آینده تقریبا دو برابر افزایش خواهد یافت و از ۴۶.۸ میلیون نفر در سال ۲۰۱۵ به ۷۰.۲۴۰میلیون نفر خواهد رسید. به عبارت دیگر در هر سه ثانیه یک نفر دچار آلزایمر یا یکی دیگر از انواع زوال عقل می‌شود. این گزارش همین‌طور عنوان می‌کند هزینه‌های مواجهه با این بیماری در جهان نسبت به سال ۲۰۱۰ حدود ۳۵ درصد افزایش یافته و به ۶۰۴ میلیارد دلار در سال رسیده است و در سال‌های آتی این رقم کم‌اگان و به مراتب افزایش خواهد یافت و به این معناست اگر زوال عقل در جهان را به مثابه یک کشور در نظر بگیریم، این کشور هجدهمین قدرت اقتصادی دنیا و ارزش آن کمی کمتر از شرکت اپل و دو برابر شرکت گوگل خواهد بود.

■ ■ ■

با درنظرگرفتن مجموع آنچه گفته شد این‌طور به نظر می‌رسد که اگرچه ظاهرا احتمال ابتلا به آلزایمر در اروپای غربی نسبت به قبل کاهش یافته است، اما با توجه به آمارهای رسمی دیگری که بیانگر افزایش عوامل خطرزای این بیماری در نظر افزایش سن، افزایش مبتلایان به دیابت، فشارخون و…، است و درنظرگرفتن اینکه نسل‌هایی آتی نسبت به نسل‌های قبل زندگی نسبتا ناسالم‌تری را تجربه می‌کنند، چندان دور از ذهن نمی‌نماید که میزان ابتلا به آلزایمر در آینده و در مقیاس جهانی افزایش یابد؛ به ویژه نباید فراموش کرد بزرگ‌ترین عامل خطرزای این بیماری کم‌اگان سن بالاست و به بهبود شرایط زندگی و سلامت عمومی و افزایش طول عمر افراد، مواجهه با این مسئله اجتناب‌ناپذیر می‌نماید؛ اما همان‌طور که گفته شد باین‌همه آینده چندان هم تیره‌وار نیست. تحقیقات پرتشاب علمی در گوشه‌وکنار دنیا هر روز اندکی بر دانسته‌های ما در این‌باره می‌افزاید و طبق برخی برآوردها دور از انتظار نیست که در یک دهه آینده اولین قدم‌های مؤثر در راه درمان این بیماری برداشته شود. برای پیشگیری از آلزایمر هنوز نقشه راه مشخصی وجود ندارد، اما بر حسب انبوهی از مطالعات صورت‌گرفته در این زمینه و با انجام برخی کارها و اعمال تغییراتی در روش زندگی، می‌توان تا حد زیادی احتمال بروز آن در سنین بالا کاهش داد. به تازگی تحلیل ۳۲۳ مطالعه قبلی صورت‌گرفته در زمینه آلزایمر نشان داده است ۹ عامل خطر را در دوسوم مبتلایان به این بیماری مشترک بوده است. برخی از این عوامل را می‌توان تغییر داد؛ نظیر فشارخون بالا و استعمال سیگار، مواجهه با برخی دیگر از این عوامل، اما دشوارتر است؛ مانند سطح

سفر به غروب زندگی

ششم فوریه ۱۹۹۴، قرار است پرزیدنت «رونالد ریگان» هشتادوسومین سالگرد تولد خود را در حضور بیش از دوهزارو ۵۰۰ نفر در واشنگتن جشن بگیرد و برای حاضرین سخنرانی کند. دقیاقی پیش از آن با «مارگارت تاچر»، نخست‌وزیر بریتانیا که ازجمله میهمانان حاضر است، گپ‌وگفتی خودمانی داشته و با تنی چند هم به یادگار به نوع بشر و مغز شگفت‌انگیزش چند ثانیه مکت و تانی کوتاه و غیرمنتظره‌ای می‌کند. نزدیکانش نگران انجام سخنرانی می‌شوند، اما او در نهایت به خوبی و مانند گذشته آن را انجام می‌دهد؛ آخرین سخنرانی رسمی زندگی‌اش را. ساعتی بعد، پس از صرف شام و برگشتن به هتل محل اقامتش رو به همسرش «تانسی ریگان» می‌کند و می‌گوید: «به لحظه صبر کن، من خیلی مطمئن نیستم که الان کجام». تنها چند ماه بعد در تاریخ پنجم نوامبر همان سال در نامه‌ای سرگشاده خطاب به مردم، «رونالد ریگان» رسما اعلام کرد دچار بیماری آلزایمر شده است. او چنین نوشت: «کتون من سفر خود را آغاز کرده‌ام، سفری که مرا به غروب زندگیم خواهد برد».

بیماری درحال حاضر عملا وجود ندارد و درنهایت هیچ درمان قطعی هم برای آن موجود نیست. به‌واسطه ماهیت ویرانگر این بیماری، فرد آرام‌آرام حافظه، قدرت استدلال و قضاوت و تصمیم‌گیری درست، تفکر، کلام و بسیاری از مهارت‌های اولیه و اساسی پیشین خود را تدریجا و به آهستگی از دست می‌دهد تا اینکه درنهایت زندگی‌اش خاتمه یابد. به اینها آمار روه‌رشد آن را هم اضافه کنید؛ درحال حاضر در آمریکا بیش از پنج‌میلیون نفر و در انگلستان بیش از نیم‌میلیون نفر به آن دچارند؛ حال شاید بهتر منوجه شوید چرا آلزایمر تا این حد بدنام و ترسناک است. آخرین روز تابستان، روز جهانی آلزایمر نام‌گذاری شده و هدف آن افزایش آگاهی عمومی درباره این بیماری است.

تحصیلات و موفقیت‌های آکادمیک، دیابت یا افسردگی، همین‌طور نکته در خور توجه دیگر این است که به نظر می‌رسد عوامل خطرآفرین بروز آلزایمر و بیماری‌های قلبی تا حدود زیادی مشابهت دارند؛ آنچه برای قلب مفید است، برای مغز هم به همان صورت سودمند است و به زبان ساده‌تر با دوری از عوامل از بیماری‌زای قلبی می‌توان تا حد زیادی از آلزایمر هم به دور ماند. برخی از مهم‌ترین عوامل برای پیشگیری از آلزایمر عبارتند از:

۱- مرتب ورزش کنید و تحرک بدنی کافی داشته باشید؛ نتایج یک پژوهش نشان می‌دهد ۴۰-۳۰ دقیقه پیاده‌روی در روز و به مدت سه تا پنج روز در هفته منجر به بهبود و تقویت آن دسته از ساختارهای عصبی در مغز می‌شود که در سنین بالاتر با افت توانمندی‌های شناختی در ارتباط‌اند.

۲- مغزتان را فعال نگه دارید و مهارت‌های جدید یاد بگیرید؛ یادگیری یک زبان یا مهارت موسیقی یا هنری جدید در سنین بالا تا حد زیادی خطر بروز زوال عقل را کاهش می‌دهد. ترکیب این دست فعالیت‌های ذهنی با فعالیت‌های فیزیکی مستمر، احتمال دچارشدن به انواع بیماری‌های زوال عقل را به حداقل ممکن می‌رساند.

۳- رژیم غذایی سالم داشته باشید؛ مجموعه بزرگی از تحقیقات در این زمینه، از جمله پژوهشی که اخیرا در دانشگاه کلمبیا انجام شده گویای آن است که «رژیم غذایی مدیترانه‌ای» بهترین نوع رژیم برای جلوگیری از بروز مشکلات قلبی و نیز آلزایمر است؛ این رژیم شامل مصرف مقادیر زیادی میوه و سبزیجات تازه و غلات، مقادیر متوسطی گوشت ماهی و مرغ و انواع طپور است. باید در نظر گرفت این نوع خاص رژیم غذایی معجزه نمی‌کند، اما در یک بازه زمانی طولانی قطعا تأثیر مثبتی به همراه دارد.

۴- بدبین نباشید؛ بررسی‌های مستند نشان می‌دهد هر اندازه بیشتر نسبت به آینده و توانمندی‌های خودتان بدبین باشید، بیشتر در معرض ابتلا به آلزایمر قرار خواهید داشت، (بر اساس یک بررسی)، افرادی با درجات بالای بدبینی سه برابر بیشتر از سایرین در معرض خطر آلزایمر قرار دارند.)

۵- خوب بخوابید؛ یکی از مهم‌ترین عوامل بروز آلزایمر در سنین بالا کم‌خوابی و مشکلات خواب (نه فقط در افراد مسن که در میان سالان و حتی جوانان) است. عملکردهای مغز در هنگام خواب تا همین اواخر چندان مشخص نبود، اما امروز می‌دانیم خواب در «بات حافظه» و نیز در «تحلیله مواد زائد مغز» نقشی کلیدی و اساسی ایفا می‌کند.

۶- ویتامین‌های A و D مصرف کنید؛ بررسی‌ها نشان داده‌اند با مصرف ویتامین A می‌توان مسیر پیشرفت بیماری در افراد مبتلا به آلزایمر را تا ۹۰درصد در سال کاهش داد و نیز کمبود ویتامین D در افراد مسن خطر بروز آن را تا ۶۹ درصد افزایش می‌دهد.

۷- سبک زندگی سالم داشته باشید؛ وزن‌تان را متناسب کنه دارید، شکر کمتر مصرف کنید و از مصرف سیگار و الکل خودداری کنید.

۸- افسردگی را جدی بگیرید؛ افسردگی به ویژه در سنین بالا می‌تواند به‌طور جدی زمینه‌ساز بروز برخی از انواع بیماری‌های پیش‌رونده عصبی نظیر آلزایمر باشد، ازهمین‌رو لازم است جدی گرفته شود و برای درمانش اقدامات لازم به عمل آید.

♦ دانشجوی رشته علوم اعصاب

در انستیتو روان پزشکی، دانشگاه کینگزکالج لندن

علائم هشداردهنده آلزایمر

خاطرات بر یادرفته

ترجمه: ندا کافظمی

زمانی که افراد چیزی را گم می‌کنند، اغلب به شوخی می‌گویند دارند آلزایمر می‌گیرند، اما آلزایمرداشتن، مساوی با فراموشکاری اتفاقی نیست. همه ما گاهی دچار اختلال حافظه می‌شویم، اما بیماری آلزایمر (نوعی بیماری پیش‌رونده زوال‌گرا در مغز) چیزی فراتر از فراموش‌کاری معمولی است. ممکن است با حواس‌پرتهی مختصر و گیجی شروع شود، ولی به تدریج رو به وخامت گذارده و به اختلال ذهنی شدید و برگشت‌ناپذیری منجر می‌شود که توانایی فرد را در به خاطر سپردن، استدلال، یادگیری و برنامه‌ریزی برای آینده به نابودی می‌کشاند. در واقع آلزایمر نوعی بیماری است که روزبه‌روز بدتر از قبل می‌شود. اکثر افراد مبتلا به آلزایمر خصوصیات مشترکی دارند، ازجمله این ویژگی‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

فراموشکاری فراینده و مداوم

بیماری آلزایمر در آغاز با دوره‌هایی از فراموشکاری، به‌ویژه درباره حوادث اخیر یا مسیرهای ساده و معمولی تظاهر می‌کند، اما آنچه به صورت یک فراموشی خفیف شروع می‌شود، تداوم یافته و روزبه‌روز شدت می‌یابد. افراد مبتلا به این بیماری ممکن است برخی کارها را تکرار و حرف‌ها یا قول‌وفورارهایشان را فراموش کنند. این بیماران مرتب اشیا را در جاهای اشتباه و اغلب غیرمنطقی قرار می‌دهند. اسامی را فراموش می‌کنند و درنهایت نام اعضای خانواده و اشیای دوروبر، مثل شانه یا ساعت را هم از یاد می‌برند.

مشکل داشتن در تفکر انتزاعی

افراد مبتلا به بیماری آلزایمر ممکن است در آغاز در تسویه‌حساب چک‌های بانکی خود با مشکلاتی روبه‌رو شوند. این مشکل رفته‌رفته تا جایی پیشرفت می‌کند که دیگر قادر به درک و شناخت اعداد و ارقام هم نخواهند بود.

مشکل برای یافتن واژه‌های صحیح

برای افراد مبتلا به آلزایمر ممکن است یافتن واژه‌های مناسب برای بیان افکار یا حتی یگیری یک گفت‌وشنود، به چالشی بزرگ تبدیل شود. این بیماران در خواندن و نوشتن هم دچار مشکل می‌شوند.

اختلال سوابی

افراد مبتلا به آلزایمر ممکن حساب وقت و تاریخ از دستشان در برود، آنها ممکن است در اماکن معروف و آشنا هم گم شوند و درنهایت ممکن است حتی از خانه بیرون زده و راه برگشت به خانه را به خاطر نیابند.

از دست دادن قوه قضاوت

حل مشکلات روزمره، مثل آگاهی از نحوه واکنش به غذای در حال سوختن، رفته‌رفته دشوارتر می‌شود. مشخصه آلزایمر دشواری انجام کارهایی است که نیازمند برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری و قضاوت هستند.

مشکل داشتن

در انجام کارهای معمولی

کارهایی که قبلا جزء امر روزمره بوده‌اند و انجام آنها در چند مرحله متوالی صورت می‌گرفت (مثل غذا پختن)، با پیشرفت بیماری، به معضلی برای بیمار تبدیل می‌شود. بیماران آلزایمری ممکن است کارهای بسار پیش‌یافتاده مثل نحوه مسواک‌زدن را هم از یاد ببرند.

تغییرات شخصیتی

اشخاص مبتلا به آلزایمر ممکن است دچار نوسان‌های خلقی شوند. این بیماران ممکن است اعتماد به دیگران را از دست دهند، عصبانیت و لجوج‌تر شوند و با دیگران قطع رابطه کنند. در اوایل این مسئله ممکن است پاسخی به یاس و ناامیدی آنها به خاطر غیرقابل کنترل‌بودن تغییرات حاصل در قوه حافظه باشد. غالبا آلزایمر-توأم با افسردگی است. بی‌قراری هم یکی از علائم شایع این بیماری است. با پیشرفت بیماری، افراد ممکن است مضطرب یا پرخاشجو شده و رفتار نامناسبی از خود بروز دهند.

www.MayoClinic.com

از نگاه طبیب

«آلزایمر»، کابوس یا رؤیا

واقعیتی که باید آن را شناخت



بابک زمانی

در اوایل قرن بیستم «آلوئیس آلزایمر»، بیماری را در دهه پنجم زندگی گزارش کرد که به‌صورت پیش‌رونده دچار زوال عقل و توانایی‌های مغزی شده بود. بررسی مغز این بیمار بعد از مرگ اضافه بر کوچک‌شدن مغز، رسوب ماده آمیلوئید را نشان می‌داد. تا سال‌ها بعد فقط تعداد انگشت‌شماری بیمار مشابه او گزارش شدند و در آن سال‌ها بیماری‌ای که «آلزایمر» توصیف کرده بود، بیماری نادری به شمار می‌رفت. خود این بیماری را «زوال عقل قبل از پیری» (Presenile) نام دادند، چراکه تصورات عمومی در آن زمان زوال عقل در زمان پیری را بیماری تلقی نمی‌کرد؛ با وجود این واقعیت که همه می‌دانستند بسیاری از مردم به هنگام پیری دچار زوال عقل نمی‌شوند!

اما واقعه مهمی که این بیماری نادر را یکباره تبدیل به یکی از شایع‌ترین بیماری‌ها کرد، در دهه ۲۰ میلادی رخ داد. در این زمان محققان آمریکایی در تحقیقات خود متوجه شدند در زوال عقلی هم که در سنین پیری (Senile) رخ می‌دهد، پاتولوژی مغزی دقیقا شبیه تغییرات در همان بیماری است که «آلزایمر» گزارش کرده بود. ناگهان تلقی عمومی از بیماری تغییر کرد و حالتی که تاکنون بخشی از روند زندگی و سالمندی محسوب می‌شود، وارد فرهنگ پزشکی ما شد. از اواخر قرن بیستم با پیدایش تدریجی داروهایی که واقعا بر عملکرد بیماران مبتلا به آلزایمر اثر می‌کنند، این تلقی بیش‌تر شد. درست در همین زمان بود که آهسته‌آهسته با پیشرفت‌های درمانی در رشته‌های عفونی و داخلی و قلب و از سوی دیگر، کنترل جمعیت و کاهش زادوولد در بسیاری از مناطق دنیا، جمعیت سالمند هرچه بیشترویشتر شد. ناگهان جامعه پزشکی و جامعه متخصصان مغز و اعصاب خود را با مراجعات فراوانی درباره بیماری‌ای دید که تا پیش از آن بخشی از زندگی و سالمندی به شمار می‌رفت و نه‌تنها این، بلکه مراجعات مکرر و درخواست‌های فراوان از افرادی که می‌خواستند بدانند آلزایمر دارند یا خیر و می‌خواهند بدانند در آینده مبتلا می‌شوند یا خیر و می‌خواهند بدانند چگونه می‌توانند از بروز آن جلوگیری کنند؛ درخواست‌ها و مراجعاتی که جامعه پزشکی نمی‌تواند آنها را نادیده انگارد. آلزایمر به یک دغدغه بین‌المللی تبدیل شده، جایگاهی خاص در ادبیات و سینما پیدا کرده است و هرسال فیلم‌های زیادی در این‌باره ساخته می‌شود. آخرین آنها و شاید زیاترین آنها، همین داستان «هنوز آلیس» است که ضمن زیبایی، می‌توانست درس‌نامه مدرن آموزش آلزایمر هم باشد!

آلزایمر از بیرون ترسناک است؛ تصور اینکه باشی اما نباشی، تصوری هراسناک است که آلزایمر را تبدیل به نوعی کابوس در ذهنانی کرده که هنوز مبتلا به آلزایمر نیستند. اما با همه این تفاسیر، مشکلات آلزایمری را در وجود خود درک نکرده است. بنابراین با وجود مشکلات آشکاری که همه می‌بینند، این سؤال که بیماران مبتلا به آلزایمر تا چه حد از بیماری خود رنج می‌برند، به‌راحتی قابل پاسخ‌دادن نیست. کسی که تعداد زیادی سالمند سالم یا مبتلا به آلزایمر را ببیند، بعد از مدتی ممکن است به این



نتیجه برسد درجات خفیف‌تر آلزایمر در بسیاری از سالمندان وجود دارد؛ درجای که باعث می‌شود فقط با یک بررسی دقیق بتوان آن را نشان داد و اینکه این بیماری خفیف زندگی را نه دشوار که حتی تسهیل می‌کند. واقعا نمی‌توانی تصمیم بگیري که بیماران سالمند با درجه خفیفی از آلزایمر راحت‌تر زندگی می‌کنند یا بدون وجود آلزایمر! اضطراب‌ها و دردهای مفصلی-عضلانی، بی‌خوابی مزمن و خاطرات تلخی که دوباره زنده شده‌اند، همه‌وهمه باعث می‌شوند تجربه سالمندی با درجات خفیفی از این بیماری بهتر از این تجربه در زمانی باشد که کوچک‌ترین نشانه‌ای از آلزایمر وجود ندارد.

شاید فقط یک تصادف بود که بیمار «آلوئیس آلزایمر»، یک بیمار مبتلا به آلزایمر از کار درآمد، چراکه آلزایمر به‌طور عمده در سنین بالاتر دیده می‌شود و زوال عقل میان‌سالانی عمدتا از نوع دیگری است که به آنها هم گاه سهوا آلزایمر گفته می‌شود. واقعیت این است زوال عقل درحال حاضر علل متعدد زیادی دارد که بسیاری از مردم فقط از آلزایمر اطلاع دارند و بیماران بسیاری را با این عنوان می‌خوانند؛ همان‌گونه که تا سال‌ها تمام انواع نوشابه با عنوان اولین برندی که وارد ایران شد، خوانده می‌شدند و همچنین پودر ظرفشویی و بسیاری چیزهای دیگر. انواع مختلف دمانس سوای آلزایمر هرکدام اگرچه شیوع‌شان به پای آلزایمر نمی‌رسد، ولی دارای علائم و درمان‌های جداگانه‌ای هستند که قطعا مستلزم آگاهی از وجود چنین بیماری‌هایی است. «روز جهانی آلزایمر» درواقع جهانی زوال عقل است و در اینجا هم به‌مقصود از آلزایمر درواقع گروه بیماری‌هایی است که با عنوان زوال عقل طبقه‌بندی می‌شوند و تفاوت‌های تشخیصی و درمانی آنها تا حدی هست که بتواند مطرح‌شدنشان در عرصه‌های عمومی را توصیه کند؛ بیماری‌هایی مثل «افتی‌دی»، «ان‌پی‌جی»، «دی‌الی‌دی» و چندین بیماری دیگر، سخن آخر آنها بیماری‌ای که «آلوئیس آلزایمر» توضیح داد، در زمان خود بیماری نادری بود، چراکه او خود براساس گفتنمان مسلط زمان خود فراموشی دوران پیری را بیماری به حساب نمی‌آورد و اندک بیماران او را کسانی تشکیل می‌دادند که قبل از پیری دچار زوال عقل شده بودند. باید ۶۰ سال و اندی می‌گذشت و سایر پیشرفت‌های بهداشتی- درمانی در جامعه سالمندشده، این جسارت را پدید می‌آورد که بزوال عقل پیری هم بیندیشند و درایند پاتولوژی زوال عقل دوران پیری هم همان پاتولوژی بیماری نادر آلزایمر است، اما از آنجا که در قرن بیستم، دیگر کسی مرکب این ظلم بزرگ نمی‌شود که یکی از آلام و معضلات بشر را به نام دانشمندی بینوا بخواند، لعنت ابدی این بیماری شایع و نوظهور هم می‌ماند برای کاشف همان بیماری نادر، «آلوئیس آلزایمر».

♦ متخصص مغز و اعصاب

عضو هیأت‌علمی دانشگاه علوم‌پزشکی ایران