التدخل في العلاج الإنشغالي مع

الألزهايمر

ما هو العلاج الانشغالي؟

حياتنا اليوميّة مليئة بأنشطة ذات أهميّة كبيرة، و منها التنزّه في الطبيعة، الأنشطة الرياضيّة، الرسم، تحضير الطعام، الإهتمام بالذات و بالآخرين، العمل، الخروج مع الأصدقاء، الإهتمام بالمنزل, إلخ. هذه الأنشطة هي التي تعطي معنى للحياة و تُكوّن هويّتنا.
عندما يحدّنا مرض، إعاقة، إصابة أو ظروف إجتماعيّة أو بيئيّة من القيام بالأنشطة اليوميّة، يُساهم المعالج الإنشغالي في إيجاد الحلول المناسبة من أجل تعزيز الإستقلاليّة في هذه الأنشطة، تحسين جودة حياة الفرد و الحدّ من ظُهورصُعوبات أُخرى قد تؤثّر على هذه الإستقلالية.

"العلاج الإنشغالي هو فنّ وعلم يهدف الى تسهيل المشاركة الفعّالة للفرد في الحياة اليوميّة من خلال الأنشطة؛ تمكين الأفراد من تأدية الأنشطة التي تُعزّز الصحة، الراحة النفسيّة والدمج الإجتماعي؛ بالإضافة إلى تعزيز و بناء مجتمع عادل ومتكافئ لا يُهمّش أحد حتّى يتمكّن الجميع من المشاركة بكامل إمكانيّاتهم في أنشطة الحياة اليوميّة".

Townsend & Polatajko, 2007

الألزهايمر

إنّ داء الألزهايمر هو الإضطراب العصبي الأكثر شيوعًا. هذا المرض المتطوّريعمل على تدمير خلايا المخّ، ممّا يؤدّي، مع الوقت، إلى تدهور القدرات الذهنيّة للشخص خاصّةً على صعيد الذّاكرة. هو لا ينتمي إلى عمليّة الشيخوخة الطبيعيّة ويتميّز بأنّه غير رجعي (*غير قابل للشفاء*).

بسبب النتائج الذهنيّة، العاطفيّة، الجسديّة والسلوكيّة التي تترتّب عن هذا المرض، فإنّ الأشخاص المصابين يواجهون عقبات عديدة تؤثّر على قدرتهم على ممارسة أنشطتهم اليوميّة. الاثار الملاحَظة عند الأشخاص تختلف وفقًا لمراحل تطوّر المرض، حيث أنّها تُصبح أكثر خطورة مع تقدّمه. واقعًا، إنّ الصعوبات في ممارسة بعض الأنشطة المُعقّدة أو غير الإعتياديّة تظهر منذ بداية المرض. أمّا ممارسة الأنشطة المعتادة والرّوتينيّة فتبقى مُمكنة في المراحل الأولى ولكنّها تصبح أكثر صُعوبة مع المراحل المتقدّمة.

يستطيع المعالج الإنشغالي إذًا أن يتدخّل مع الأشخاص المصابين بهذا المرض من أجل التعويض عن صعوباتهم والحدّ، بأقصى ما يُمكن، من فقدان الإستقلاليّة وذلك من أجل تحفيز المشاركة الآمنة بالأنشطة لأطول وقت مُمكن..

التأثير على الحياة اليومية

- القيادة المستقلّة بشكل آمن;
- التجوّل في أماكن غير إعتياديّة;
- إدارة الشؤون الماليّة الشخصيّة;
- إختيار الملابس الملائمة وفقًا للمناخ الجوّي;
- التواصل شفهيًّا;
- ممارسة المهام المنزليّة (*الطبخ، الجلي، الغسيل، التسوّق، الإدارة الماليّة، إلخ.*);
- الإهتمام بالعناية الذاتيّة (*الإستحمام، إرتداء الملابس، تسريح الشعر، الحلاقة، تناول الأدوية، الخ.*);
- ممارسة الهوايات;
- تدنّي المستوى الجسدي، مما يؤدّي تدريجيًّا إلى التراجع.

دور المعالج الانشغالي

المعالج الانشغالي يتدخّل مع الأطفال من كافّة الأعمار ومع ذويهم و كذلك الأمر مع باقي المعالجين من أجل تحسين مشاركتهم الفعّالة في الأنشطة التي تعنيهم. هذا التدخّل يهدف إلى التأثير على التطوّر و المحيطات التي ينخرط الطفل فيها. هذه التدخلات تأخذ بعين الاعتبار تأثير الإضطراب أو المرض أو المشكلة على التطوّر، اللعب، التعلّم، الاكتساب والأداء الوظيفي العام. لذلك يستطيع المعالج الإنشغالي :

- تقييم القدرات الذهنيّة والجسديّة و مستوى الإستقلاليّة في ممارسة أنشطة الحياة اليوميّة.

- حفاظ، تحفيز أو استعادة القدرات الموجودة على الصعيد الذّهني والجسدي، وكذلك التوجّه نحو الواقع.

- وضع إستراتيجيّات تسمح بإدارة الأعراض الخاصّة بمرض الألزهايمر *(الإثارة، العدوانيّة، الأرق، الخ).*

- تحفيز القدرات الحسيّة للشخص وذلك بهدف توجيه إنتباهه نحو ما يشعر به، تعزيز الرّفاه الجسدي وتحسين المشاركة في بعض الأنشطة.

- تحقيق وضعيّة ملائمة من أجل تحسين ممارسة الأنشطة اليومية والوقاية من المضاعفات.

- تحقيق أقصى إستقلاليّة ممكنة أثناء ممارسة الأنشطة اليوميّة المهمّة للشخص بالرّغم من تدنّي القدرات بسبب مرض الألزهايمر.

- إقتراح طرق أخرى لممارسة الأنشطة اليوميّة وإستعمال المعدّات التقنيّة من أجل التعويض عن الصعوبات الموجودة.

- ترتيب نظام روتيني من أجل الحفاظ على روتين معتاد وملائم، وذلك مع الإنتباه لإختيار الأنشطة المعتادة والسّهلة من أجل عدم وضع الشخص في تجارب فاشلة.

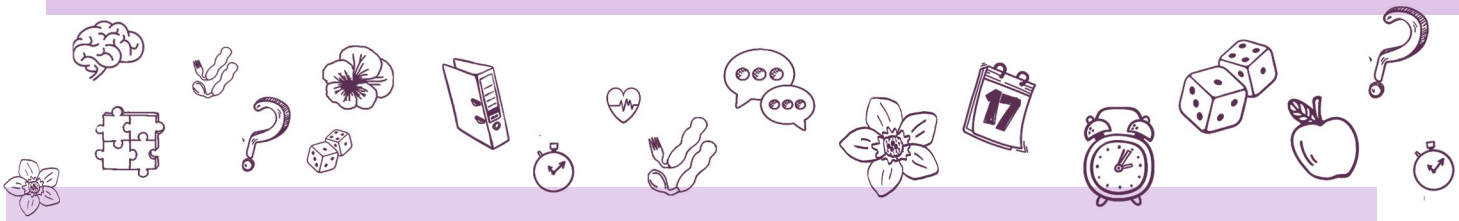
- إقتراح التعديلات اللّازمة من أجل جعل المحيط أكثر أمنًا بهدف الوقاية من الحوادث وبالتالي ممارسة الأنشطة اليوميّة بأقلّ خطورة ممكنة.

شهادة

جوزيف يبلغ من العمر 86 سنة، مصاب بداء الألزهايمر منذ سنوات عدّة، و قد تطوّر هذا الداء إلى مراحل متقدّمة منذ عدّة أشهر. لذلك، تمّ وضعه حديثًا في دار للمسنّين من أجل تأمين العناية التي لم يعدْ بوسع العائلة تأمينها له. في الواقع، أصبح جوزيف يعتمد أكثر فأكثر على غيره للقيام بأنشطة العناية الشخصيّة. بالإضافة إلى أنّه منذ وصوله إلى الدّار، يظهر سلوكًا عدوانيًا مع المساعد والأشخاص الاخرين، كما أنّه يرفض الرّعاية كثيرًا. يرفض الإستحمام، يبصق الأكل و الأدوية، ويحاول تكرارًا أن يخرج من قسم الرعاية لأنه يريد العودة إلى منزله كما يقول.

من أجل تحفيز تأقلمه في الدار، المعالج الإنشغالي:

- يتعامل مع زوجة جوزيف بهدف تحديد عاداته وروتينه السابق من أجل تحسين إنخراطه في الدار.
- يضع جدول أنشطة لجوزيف من أجل تحديد معالم الإنخراط في الأنشطة المتوفّرة من قِبل الدار.
- يحدد القدرات الحاليّة لجوزيف من أجل تحفيز مشاركته الفعّالة في مختلف أنشطة العناية الذاتيّة والتقليص من رفضه للرعاية.
- يستخدم التحفيز الحسّي من أجل تحسين جودة حياته وتشجيعه على المشاركة في أنشطة العناية الذاتيّة.
- يُوجّه فريق التمريض من أجل تطبيق إستراتيجيّات متعلّقة بطريقة التواصل والتفاعل المحترمة والفعّالة بهدف التقليص من عدوانيّته ورفضه للرعاية.



تمّ تشخيص منى حديثًا بمرض الألزهايمر، وذلك بعد إصرار إبنتها على مراجعة الطبيب بعد الملاحظة بأنّ والدتها بدأت تعاني من مشاكل على صعيد الذاكرة وتنسى أن تقوم ببعض الأشياء. إذ أنّ منى لا تتذكّر أن تأخذ دواءها في كلّ الأحيان، كما تنسى أن تُضيف بعض المكوّنات عندما تطبخ، أو تزيد ذات المكوّنات مرّتيْن. كذلك الأمر، تاهت منى عدّة مرات عندما كانت تتسوّق في المنطقة ولم يكن باستطاعتها أن تجد وحدها الطريق للعودة إلى منزلها.

منى تعمل مع المعالج الإنشغالي الذي:

- حدّد الأنشطة التي يجب أن تقوم بها منى مع تحديد أفضل طريقة للقيام بها (الطبخ، التسوّق، الخ)؛
- إقترح إستخدام مساعدات خارجيّة (منبّه، مساعدة ذاكرة، مفكّرة، الخ) من أجل أن تتذكّر القيام ببعض الأنشطة مثل تناول الأدوية؛
- تأكّد من أن منى قادرة على تطبيق بعض الإستراتيجيّات عندما تريد الخروج من المنزل (إستخدام هاتف خليوي، الخروج مع أحد، الخ)؛

معهد العلاج الإنشغالي
iet@usj.edu.lb - 421662 1 +961
www.iet.usj.edu.lb
Facebook: @iet.usj

Affaires mondiales Canada
Global Affairs Canada
بالتعاون مع
USJ 1875 iet
Université Saint-Joseph de Beyrouth
Faculté de médecine
Institut d'ergothérapie