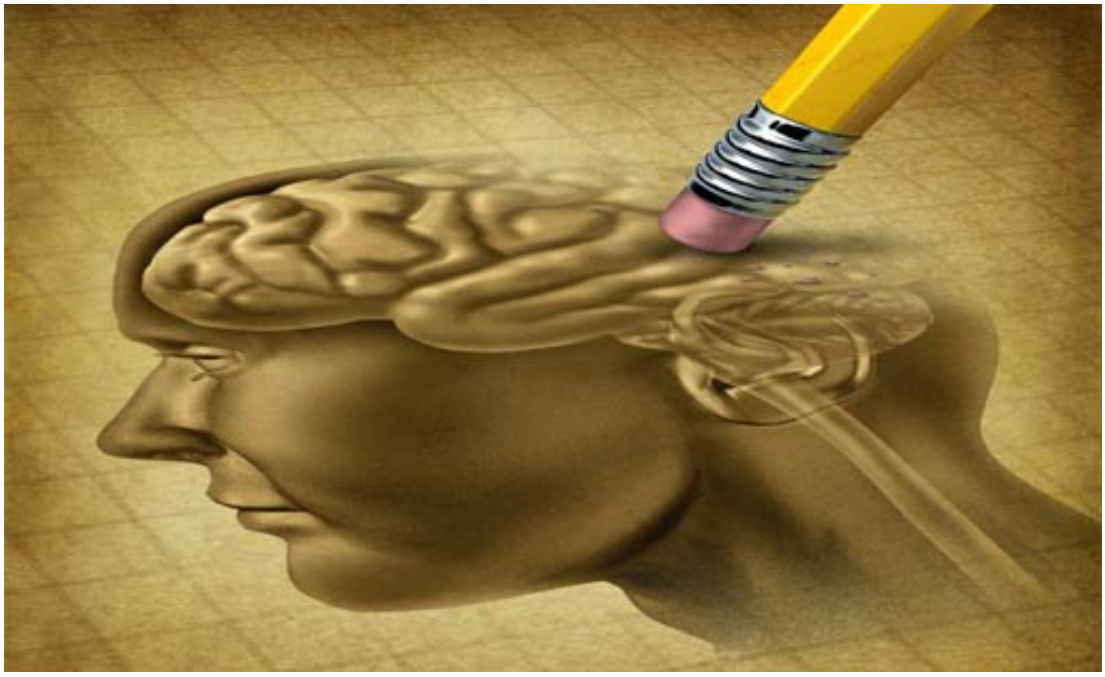
# الزهايمر والعلاج بالطب البديل



لا يوجد إلى الوقت الحاضر علاج ناجع لمرض الزهايمر، وكلّ العلاجات الحديثة، تؤدي إلى بطء تطور المرض، وليس شفائه، وعودة المريض إلى ما كان عليه سابقاً. والعلاجات الكيمياوية معروفة عند المرضى، أما علاجات الطب البديل فتتمثل بما يلي:

أوّلاً: الأعشاب:

كلّ من الكركم والجنسنغ ومطحون كلّ من أوراق البرسيم وبذوره وأوراق النعناع والمرمية والبقدونس والكرفس وثمار الفلفل الحار 5 تخلط كميات متساوية من مطحون كلّ من عشبة القمح والشعير وقش الشوفان والسبانغ، الزيتون والحبة السوداء.

ثانياً: الغذاء:

يجب أن يتألف الغذاء الأسبوعي للمريض من المواد التالية: الخبز الأسمر بردته/ نخالته والرز وأسماك السلمون والسردين والتونة وكلّ أسماك فيها زيوت والمشمش والتفاح والفراولة والجرجير والثوم والبطيخ والماء المقطر والفول السوداني غير المملح أو المحمص، والملفوف (الكرنب والزهرة واللب الأبيض) والفلفل البارد وبذور عباد الشمس غير المملحة أو المحمصة والعنب والبقوليات والبصل والشاي الأخضر والخس. وزيت الزيتون والحمضيات والجزر والسبانخ تجنب القهوة والتدخين والكولا والمعلبات وماء الحنفيات والأدوية المخفضة للكولسترول وصفار البيض والدهون واللحوم الحمراء ومشاهدة التلفزيون لفترات طويلة.

ثالثاً: وسائل أخرى:

الصيام يوم واحد في الأسبوع، عن الطعام، مع شرب ثلاثة أكواب ماء مقطر ومثلها من عصير الفواكه والخضروات المذكورة في أعلاه، ممارسة الأعمال اليومية التي يهواها، والاستماع إلى الموسيقى والتجول في حدائق الأزهار واستخدام العطور المفضلة، ممارسة التمارين الرياضية الخفيفة يومياً.

علاج الزهايمر باستخدام العقاقير:

- علاج الأعراض: مثل اضطراب النوم، وكثرة الحركة، والتجوال، وعدم الاستقرار... ويمكن وصف الأدوية المهدئة والمنومة بجرعات مناسبة أقل من المعتادة ولفترات قصيرة تحت إشراف طبي..

- علاج تدعيمي مساند للمريض والأسرة، والاهتمام برعاية المريض والملاحظة الدائمة له أو اللجوء إلى الايواء بالمستشفيات وبيوت المسنين عند الضرورة.

- العلاج الدوائي: يتم استخدام عدد من الأدوية القديمة والحديثة للعلاج ومنها العقاقير التي تحسن الدورة الدموية ووظائف الجهاز العصبي وهي محدودة الفائدة رغم وصفها على نطاق واسع في هذه الحالات والجيل الجديد من الأدوية التي تحقق نتائج أفضل يضم (دونبزيل وريفاستجمين) للحالات المبكرة والمتوسطة.. أما عقار "ممانتين" الحديث فإنّه يعالج الحالات المتوسطة والشديدة، وتمثل الأدوية الحديثة أملاً جديداً في علاج مرض الزهايمر.

- الحالات القابلة للعلاج والشفاء بعلاج الأسباب.

ويمثل الجيل الجديد من الأدوية التي بدأ استخدامها حالياً أملاً جديداً في علاج الحالات التي لم يكن من الممكن السيطرة عليها من قبل، فقد كان العلاج يتركّز على تخفيف الأعراض فمثلاً توصف الأدوية التي تساعد على النوم، وأخرى مهدئة للسيطرة على أعراض القلق، لكن فوائد الدواء ربما لا تساوي الآثار الجانبية المزعجة التي يسببها في هذه السن، لذلك تبقى أهمية دور الأسرة ومؤسسات الرعاية التي تقدم خدماتها للمرضى، وهذه المؤسسات متطورة جدّاً في الدول المتقدمة في صورة متطوعين ومراكز متخصصة وجمعيات ونوادي كلّها خاصة برعاية مرضى الزهايمر وأسرهم.

الكاتب: د. لطفي الشربيني

المصدر: كتاب الزهايمر/ مرض أرذل العمر