

المحاضرة الحادي عشر

مشكلات المسن النفسية والجسمية

1- الاضطرابات الجسمية والنفسية في مرحلة الشيخوخة:

تعد معايير الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية DSM بالنسبة لكبار السن هي نفسها بالنسبة للأفراد الأصغر سنا ويجب أن تأخذ عملية التشخيص في حسابها جانب الرعاية. فالاضطراب النفسي طبقا للدليل التشخيصي لا يتم تشخيص أعراضه إذا كانت راجعة لظرف طبي أو من الآثار الجانبية لدواء ما.

ونظرا لشيوع الظروف الطبية في مرحلة تقدم العمر، فمن الضروري استبعاد مثل هذه التفسيرات عند التشخيص. فالمشكلات الطبية مثل مشكلات الغدة الدرقية، ومرض أديسون Addison's Disease ومرض كوشينج Cushing's Disease، ومرض باركنسون Parkinson's Disease ومرض الزهايمر، ونقص السكر Hypoglycymia والأنيميا ونقص الفيتامينات، كل هذه المشكلات من شأنها أن تخلق أعراضا تشبه الفصام أو الاكتئاب، أو القلق، واستهلاك الكافيين بكل أنواعه، قد يؤدي إلى تزايد معدل سرعة القلب والتي قد يتم تفسيرها عن طريق الخطأ على أنها أعراض، كما أن من شأن الأدوية المضادة لارتفاع ضغط الدم و الهرمونات، ومركبات الكورتيزونات Corticosteroids، وكذلك الأدوية المضادة لمرض باركنسون antiparkinson Medications أن تسهم في الإصابة بالاكتئاب والقلق. لذا يجب على الإكلينيكيين أن يكونوا واعين للتفاعل بين الصحة الجسمية والصحة النفسية. وبأخذ هذه النقطة في الحسبان، نستطيع تحديد مدى شيوع الاضطرابات العقلية بين كبار السن.

2- تقدير انتشار الاضطرابات النفسية في مرحلة الشيخوخة:

تشير النتائج إلى أن الأفراد الذين تزيد أعمارهم على (65) عاما هم أقل الفئات العمرية من حيث انتشار الاضطرابات العقلية بشكل عام. ويوضح جنرل في تقديرات دراسة تكرار المسح القومي للأمراض خلال (12) شهرا، والتي اشتملت على عينة (9282) من الأفراد المقيمين في الولايات المتحدة ممن خضعوا لمقابلات تشخيصية مكثفة. حيث كشف عن أن وجود اضطراب واحد فقط أقل شيوعا بين كبار السن مقارنة بصغار الراشدين. ولا توجد أي حالات ممن تقل أعمارهم عن (65) سنة فأكبر ضمن فئة اضطراب سوء استخدام المواد أو الاعتماد عليها. كما اتضح أيضا بالرغم من عدم تغطية المسح لاضطراب الفصام إلا أن معدلاته كانت منخفضة بين كبار السن وبشكل عام، حوالي (8.5%) فقط من الأفراد

سجلوا أعراضاً تشخيصية درجة شديدة. وأغلب الأفراد ذوي أعمار (65) فأكبر يخلون من الأمراض النفسية الخطيرة . وبجانب فحص معدلات انتشار الاضطراب.

3- المشكلات النفسية للمسن:

- **مشكلة سن القعود:** وهو ما يعرف عادة باسم سن اليأس ويكون مصحوباً باضطراب نفسي أو عقلي قد يكون ملحوظاً أو غير ملحوظ وقد يكون في شكل الترهل والسمنة والذبول والعصبية والصداع والاكتئاب النفسي والأرق.
- **مشكلة التقاعد:** وهو ما يشعر الفرد بالقلق على المستقبل والحاضر والخوف والانهيار العصبي وخاصة إذا فرضت عليه حياته الجديدة بعد التقاعد أسلوباً جديداً من السلوك لم يألفه من قبل ولا يجد في نفسه المرونة الكافية لسرعة التوافق معه، وخاصة إذا لم يتهيأ لهذا التغيير، وإذا شعر أو أشعره الناس أنه قد أصبح لا فائدة منه بعد أن كان يظن أنه كان منجزاً.
- **ذهان الشيخوخة:** وفيه يصبح المسن أقل استجابة وأكثر تركيزاً حول ذاته ويميل إلى الذكريات وتكرار حكاية الخبرات السابقة، وتضعف ذاكرته ويقل اهتمامه وميوله وتقل شهيته للطعام والنوم، وأيضاً تضعف طاقته وحيويته ويشعر بقلّة قيمته في الحياة، وهذا يؤدي إلى الاكتئاب والتهيج وسرعة الاستثارة والعناد والنكوص إلى حالة الاعتماد على الغير وإهمال النظافة والملبس والمظهر وباختصار يبدي المسن صورة كاريكاتيرية لشخصيته السابقة.
- **الشعور الذاتي بعدم القيمة وعدم الجدوى في الحياة:** والشعور بأن الآخرين لا يقبلونه ولا يرغبون في وجوده وما يصاحب ذلك من تصعيد وتوتر. فقد يعيش البعض وكأنهم ينتظرون النهاية المحتومة.
- **الشعور بالعزلة والوحدة النفسية:** هناك حاجات انفعالية عامة تميز كبار السن منها الحزن والأسى الناتج عن الوحدة من فقد حب الآخرين، والشعور بالذنب الناتج عن الوحدة من الحوادث الماضية، أو قد يكون الشعور بالوحدة لعدم وجود من يتحدث معهم نتيجة زواج الأولاد وانشغالهم وموت الزوج وتقدم العمر والمرض أحياناً. (كتب البشائر: 2020)

3- المشاكل الصحية (الجسمية) الشائعة لدى كبار السن:

- الأمراض المزمنة مثل: داء السكري، ارتفاع ضغط الدم، سلس البول، هشاشة العظام، ضعف البصر والسمع، السرطان.
- أمراض القلب.
- حوادث السقوط والكسور.
- أمراض الجهاز العضلي والحركي مثل: التهاب المفاصل، فقد التوازن، اضطراب المشي، صعوبة الحركة أو عدمها.
- سوء التغذية (الهزال أو السمنة)
- أمراض الجهاز التنفسي مثل: الأنفلونزا، والتهاب الرئتين.
- أمراض الجهاز العصبي مثل: الجلطة الدماغية، والرعاش (باركنسون).

- مشاكل الجهاز الهضمي مثل: ضعف حاسة التذوق، انخفاض قدرة المعدة والأمعاء على هضم وامتصاص الطعام، الإمساك.
- الجفاف.
- مشاكل الفم والأسنان مثل: سقوط الأسنان. (وزارة الصحة: 2017)