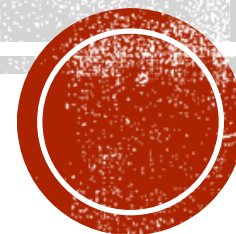


الشيخوخة المبكرة





المقدمة :

ظهر ما يعرف بالشيخوخة المبكرة ،
فتبدو أعراض الشيخوخة على
الأطفال ويأخذون صفات الشيوخ.
يحظى مرض الشيخوخة المبكرة عند
الاطفال باهتمام خاص نظرا للملامح
اللافتة للنظر والمماثلة لشكل المسنين
ويبدو الطفل المصاب مختلفا بشكل
واضح عن الأطفال الطبيعيين من
ناحية الشبه وقد ذكر ذلك المرض
للمرة الأولى عام ١٨٨٦م



ظهور الشيخوخة المبكرة والطفرة الموروثة

تشتق كلمة بروجيريا (**progeria**) من اليونانية و تعني الشيخوخة قبل الاوان. تم تشخيص الشيخوخة المبكرة لأول مرة في انكلترا عام ١٨٨٦م من قبل العالم جوناثان هتشنسون .

تعريف الشيخوخة المبكرة

الشيخوخة المبكرة : حالة نادرة حيث تحدث التغيرات الشيخوخية في الطفولة ويتقزم الأطفال ويتوقفون عن النمو وتبقى الأعضاء التناسلية طفولية، ويبدو الوجه عجوزا ذابلاً، ويختفي شعر الرأس، أو يبقى ويندر، ويبدو الجلد مثل الورق والشرابين متصلبة المصابون بمرض متلازمة "بروجيريا"، وهي كلمة مشتقة من اليونانية تعني "الشيخوخة المبكرة"، يمرون بنفس التغيرات والتجاعيد التي تطرأ على الجسم البشري أثناء مراحل النمو المختلفة، باستثناء أن معظمهم يموتون قبل أن يبلغوا الثالثة عشرة من أعمارهم.



ماهي أسباب مرض الشيوخوخة الأطفال :

لا يعتبر مرض الشيوخوخة المبكرة (البروجيريا) مرضا وراثيا بالمعنى الصحيح اذ لا ينتقل الى المريض من احد الوالدين بل ينتج عن طفرة جينية في الجنين خلال الحمل

-

الا ان العلماء توصلوا مؤخرا لمعرفة السبب فقد القى بعض الباحثين نظرة على المنظومة الجينية لعشرين مريضا (بالبروجيريا) وآبائهم فوجدوا ان (١٨) مريضا الموجود على الكروموسوم رقم (١) $lmna$ من هؤلاء يحملون التغيرات نفسه في جين واحدة مما ادى الى استبدال الحمض الاميني dna وكان الخلل هو استبدال لقاعدة (غوانين) بالحمض الاميني (ادينين) وظهور المرض وقد تم اكتشاف هذا الجين في نيسان العام



أنواع الشيوخوخة :

هناك نوعان من الشيوخوخة تظهر لدى الأطفال يتمثل الأول في مرض "البروجيريا" وهو مرض لا تتوافر حوله الكثير من المعلومات فقديمًا لم يكن له أسباب واضحة.



لنوع الثاني على أنه مرض "المظهر الشيوخوخي" موضحا أنه مرض مؤقت يظهر لدى الأطفال المصابين بأمراض سوء تغذية. حيث يظهر على وجه هؤلاء الأطفال كثير من التجاعيد وكذلك أجسامهم تكون نحيفة للغاية يبرز من خلالها العظام و العضلات، والتي تظهر نتيجة فقدان الدهون الموجودة تحت الجلد.

ما يجعلهم أقرب في الشكل إلى المسنين، وهذا المرض يتم علاجه بعلاج سوء التغذية. من خلال إمداد الطفل بالأغذية الصحية المفيدة والفيتامينات والكربوهيدرات. أيضا عن طريق نقل الدم اذا لزم الامر ، وبعد العلاج يعود الطفل إلى حالته الطبيعية.



الأعراض:

يبدو ضحايا مرض "بروجيريا" طبيعيي ينعد ولادتهم، ولكن مع بلوغهم الشهر الثامن تظهر عليهم أعراض الشيخوخة المتسارعة .

والأطفال المصابين بالمرض يتشابهون مع المسنين في :

- بشرتهم رقيقة وشفافة يظهر من خلالها الأوردة والأوعية الدموية.
- يوجد على بشرتهم بعض التجاعيد.
- نموهم محدود من حيث الطول و الوزن.
- يعانون من عدم وجود شعر على راسهم.
- تساقط شعر الحاجبين والرموش.
- الأنف يكون مقروصا و مرتفعا قليلا كمنقار الطير.
- بعضهم لديه تشوهات في القلب.
- - وجود زرقة حولاً نوفهم عند الولادة، لكنها ليست قاعدة عامة.



أمراض تؤدي للشيخوخة المبكرة :

يؤدي الاكتئاب إلى الشيخوخة المبكرة:

قد يؤثر الاكتئاب بشكل سلبي على الكثير من العمليات الفيزيائية والذهنية في جسم الإنسان، حسب الأدلة التي ساقتها إحدى الدراسات الجديدة في هذا الشأن. وتفيد هذه الدراسة المنشورة مؤخراً في مجلة (الطب النفسي) بأن التعرض للاكتئاب الشديد، سواء في الماضي أو في الوقت الحالي، قد يسهم حقا في تسريع عملية التقدم في السن على المستوى لجسم الإنسان

الحالة النفسية والشيخوخة المبكرة:

من الثابت والمؤكد في المعرفة الطبية الحديثة أن الحالة النفسية تؤثر على الصحة الجسدية، والعكس أيضاً صحيح، حيث تتأثر الحالة النفسية بالصحة الجسدية.



الشيخوخة المبكرة عند الشباب

■ ظهور أعراض الشيخوخة المبكرة على كثير من الشباب نحو آلام المفاصل، وهشاشة العظام وعدم القدرة على التركيز والشعور الدائم بالخمول والإصابة بأمراض مختلفة كالسكر والضغط والقلب والاكتئاب والتي غالباً ما تكون في سن متأخرة هو نتيجة طبيعية أفرزتها طبيعة الأعمال التي يقوم بها إنسان هذا العصر.



الوقاية من الشيخوخة المبكرة وعلاجها:

ليس للشيخوخة علاج لأنه الداء الذي ليس له دواء كما أخبرنا الطب النبوي لكن لا مانع من الاجتهاد لمحاولة تأجيل الشيخوخة قدر المستطاع حتى يتمتع الإنسان بصحة جيدة عند الكبر، وقد ذكر العلماء كثيراً من سبل مقاومة الشيخوخة بواسطة المضغ المتكرر للأطعمة وتعاطي بعض الهرمونات الطبية والتحكم في بعض الجينات الوراثية، والمدهش ما أعلنه بعض الباحثين من أن عاطفة الحب تعد أفضل سبل تقوية المناعة و ضبط ضغط الدم مما يترتب عليه تأخير الشيخوخة، عكس الكراهية التي تدمر جهاز المناعة وتسبب أمراض القلب والضغط والسكر والكبد والقولون العصبي والتفسير العلمي لذلك فالحب يشيع الشعور بالرضا والبهجة والأمان والاستقرار والأمل والتفاؤل

كل ذلك مهدئة للتوتر والقلق وتشيع الحيوية والنشاط وتحافظ على سلامة الجسم، وتكسب البشرة نضارتها وشعر الرأس جماله، وتساعد على التكيف مع البيئة والبحوث التجريبية إلى أن الإنسان في حالة الحب يكون ضغط دمه في الشرايين مثالياً مما يجنبه أمراض القلب والسكر والكلية التي تهدد الجسم وتعجل بالشيخوخة وتقصف العمر

تتجلى مهمة أخصائي التغذية في توعية الشباب وإطلاعهم على أساليب الغذاء السليم والصحي من أجل تغيير عاداتهم الغذائية الخاطئة كذلك بممارسة الرياضة ونجعل ممارستها متعة وليس واجباً حتى تصبح عادة يومية تدخل السرور على قلوبنا



■ خاتمة

■ قد لا تبدأ الشيخوخة والإعاقة الحركية في سن متأخرة ، ولكنها قد تبدأ في سن مبكرة وتكون أسبابها أعراض الشيخوخة وأمراضها، وإن التقليل من هذه الأمراض في أن يعتمد الإنسان على الأطعمة التي تمنع هذه الإعاقة ، وأن يمارس الرياضة الخفيفة مثل المشي يوميا للتقليل من أمراض الشيخوخة.

تم بحمد الله



الطلّبات:

أفنان اليميني
سارة العتيبي
أمجاد الخريف
سارة القحطاني
فاطمة القحطاني

