

## ما هو dementia (الخرف)؟

Dementia (الخرف) هو مجموعة من العلامات التي تُبين إصابة المخ بالمرض. يسبب هذا المرض تغييرات بالمخ ويمنعه من العمل بكفاءة.

### من يمكن أن يصاب بالخرف؟

يصاب بعض من البشر فقط بـ dementia (الخرف) و إنما لا يصيب كل البشر عند التقدم في العمر.

معظم المصابين بمرض dementia (الخرف) تتجاوز أعمارهم الـ 65 عامًا. لكن بعض الناس الأقل عمراً قد يصابون بـ dementia (الخرف) وهو ما يسمى young-onset dementia (الخرف المبكر).

معظم المصابون بـ dementia (الخرف) يعانون من Alzheimer's disease (مرض الزهايمر) أو vascular dementia (الخرف الوعائي). يعاني عددًا قليل من نوع مرضى dementia (الخرف) المعروف بـ with Lewy bodies (DLB) (الخرف بأجسام ليوي (DLB)) أو frontotemporal dementia (الخرف الجبهي الصدغي) (FTD). توجد أنواع أخرى من dementia (الخرف) تصيب عددًا أقل من البشر. وقد يصاب شخص واحد بأكثر من نوع واحد من dementia (الخرف)، ويسمى ذلك بـ dementia (الخرف) المختلط.

### التغيرات المصاحبة للخرف

يعاني المصاب بـ dementia (الخرف) من النسيان ويشعر بالارتباك أو التشوش. وقد يتغير تفكير المصاب ومشاعره وحديثه. قد تكون تلك التغيرات صغيرة لكنها تسوء مع مرور الوقت. تختلف سرعة حدوث ذلك من شخص لآخر.

انظر HS2ARA لمعرفة المزيد عن التغيرات المصاحبة dementia (الخرف)

إذا لاحظت أي تغييرات وكنت قلقًا حيال صحتك أو صحة شخص آخر، تواصل مع طبيبك. للدعم، اتصل بـ

Alzheimer's Society (مجتمع الزهايمر) على 03331503456.

### ما هي مسببات dementia (الخرف)؟

لا يُعلم سبب dementia (الخرف) على وجه التحديد لكن توجد بعض الأمور التي تزيد من فرص الإصابة. ومنها التقدم بالعمر وإصابات المخ، وقلة النشاط البدني والنظام الغذائي السيء والإفراط من الكحول والتدخين. لكن dementia (الخرف) قد يصيب أي شخص. يولد بعض الناس بخصال تجعلهم أكثر عرضة للإصابة بـ dementia (الخرف) عند تقدمهم بالعمر.

هناك العديد من الأبحاث في أمر المخ وسبب الإصابة بـ dementia (الخرف).

### هل من الممكن التعافي من dementia (الخرف)؟

رغم أنه لا يوجد علاج لـ dementia (الخرف)، إلا إنه من الممكن العيش مع الإصابة. الحفاظ على الصحة والحصول على الدعم الصحيح أمر هام. فهي تساعد الشخص على فعل الأشياء التي يستمتع بها ويفعلها عادة لمدة أطول.

يحتاج المصابون بـ dementia (الخرف) إلى قدر كبير من المساعدة، وخاصة مع تحول تغييرات الأعراض dementia (الخرف) إلى الأسوأ. قد لا يحتاج البعض الآخر إلى مساعدة لمدة طويلة بعد اكتشافهم للإصابة.

dementia (الخرف) يقلل من العمر المتوقع أن يعيشه الشخص المصاب. لكن المصابين قد يعيشون رغم الإصابة لسنوات طويلة.

انظر الكتيب 254A قلق بشأن ذاكرتك؟ لنصائح حول الحصول على تشخيص –

[alzheimers.org.uk/get-support/information-in-your-language](https://alzheimers.org.uk/get-support/information-in-your-language)

إننا هنا لمساعدتك. إذا كنت قلقًا بشأن الإصابة بـ dementia (الخرف)، تواصل معنا على 03331503456. أخبر المستشار بلغتك وسيعاود الاتصال بك هو وأحد المترجمين الفوريين.

للحصول على الدعم إما وجهًا لوجه أو عبر الإنترنت، توجه إلى [alzheimers.org.uk/dementiadirctory](https://alzheimers.org.uk/dementiadirctory) ويشمل ذلك المجموعات الثقافية والدينية.

