***السكتة الدماغية***

**القدرة على التعبير والفهم عند الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية *:***

**ليس من الضروري أن تتأثر لغة الشخص المصاب بالسكتة الدماغية. ربما يواجه بعض الأشخاص صعوبة في التعبير أو الفهم لفترة زمنية لاتتجاوز ساعات محدودة بعد حدوث السكتة الدماغية مع احتمال استمرار المشكلة لعدة أيام أو أسابيع حتى تزول الأعراض المصاحبة للسكتة. تشير بعض الدراسات التي أجريت على أشخاص مصابين بالسكتة الدماغية إلى تحسن مهارات الكلام عند 74% من المصابين والشفاء الكامل عند 44% في فترة مابين 4-12 اسبوع من بداية السكتة الدماغية. ومن العوامل التي يمكن الرجوع إليها للتنبأ بتأثير السكتة الدماغية على اللغة:**

**موقع الإصابة بالسكتة الدماغية: الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية للشق الأيسر من الدماغ هم أكثر عرضة للإصابة بصعوبات في الفهم والتعبير من الأشخاص المصابين بسكتة الشق الأيمن من الدماغ خصوصاً عندما تكون السيادة الدماغية للشق الأيسر من الدماغ.**

**عدد مرات الإصابة بالسكتة الدماغية: الأشخاص المصابين بأكثر من سكتة دماغية عرضة لمواجهة صعوبات في الفهم والتعبير من الأشخاص اللذين أصيبوا بسكتة دماغية واحدة.**

**درجة الإصابة بالسكتة الدماغية: الأشخاص المصابين بسكتة دماغية في جزء كبير من الدماغ أكثر عرضة للإصابة بصعوبات في الفهم والتعبير من الأشخاص المصابين بسكتة دماغية في جزء بسيط من الدماغ**

**نوع السكتة الدماغية: السكتة الدماغية التي تحدث بسبب النزيف الدماغي تتسبب في صعوبات في الفهم والتعبير أشد حدة من السكتة الدماغية التي تحدث بسبب انسداد مؤقت للشرايين اللتي تغذي الدماغ بالأكسجين**

**المهارات الأخرى التي يمكن أن تتأثر بسبب السكتة الدماغية:**

**يواجه بعض الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية أعراض مثل انخفاض القدرة على التفكير أو صعوبة في التركيز أثناء أداء مهام معينة أو صعوبة في تذكر الأشياء. كما يعاني آخرون من عدم القدرة على توظيف مهاراتهم الذهنية لإيجاد حلول لبعض المهام البسيطة أو التخطيط لأهداف يريدون القيام بها. وتؤثر المشتتات المحيطة بالشخص كالأماكن المكتظة بالضجيج، صوت التلفزيون والمذياع، والإضاءة القوية بشكل سلبي على قدرة الشخص على التركيز وإنجاز المهام. لذلك نجد في كثير من الأحيان بطء شديد عند هؤلاء الأشخاص في معالجة أو استقبال المعلومات الجديدة أثناء تبادل أطراف الحديث. بناءً على هذه المعطيات، ينبغي على الأطراف الأخرى إعطاء الشخص المصاب بالسكتة الدماغية وقت كافي لاستيعاب المعلومات التي يتلقاها بدون مقاطعة نظراً لأن المشكلة الأساسية هي ليست في انخفاض القدرة على الاستيعاب، بل تشتت الشخص من قبل الأطراف الأخرى ومقاطعته وعدم توفير البيئة المناسبة للتخاطب.**

**من المهارات التي تتأثر عند الشخص المصاب بالسكتة الدماغية القدرة على تبادل أدوار الحديث مع أطراف أخرى (الإنصات والتحدث في الوقت المناسب)، التعبير أو التصرف بطريقة غير لائقة أثناء الحديث، عدم القدرة على التواصل في نفس الموضوع، استخدام نبرات صوتية غير مناسبة، التفاعل بطريقة غير فعالة مع الأشخاص الآخرين أثناء الحديث. يعبر بعض هؤلاء الأشخاص عن شعورهم بطرق مختلفة إما بانفعال عاطفي شديد أو بطريقة لا يستطيعون من خلالها التعبير عن الشعور بالحزن أو الفرح أو استخدام تعبير الوجه.  ومن الأشياء المهمة التي ينبغي الإشارة إليها، هي عدم وعي الشخص المصاب بالسكتة الدماغية بالسلوكيات الغير سوية التي تصدر منه.**

**ومن المهارات الأخرى التي تتأثر عند الشخص المصاب بالسكتة الدماغية:**

1. **القدرة على تحريك اللسان والشفتين والفك**
2. **القدرة على التنسيق بين التنفس والكلام**
3. **القدرة على البلع**
4. **القدرة على التحدث بصوت عالي**
* **الأعراض التي توحي بوجود مشكلة في الكلام عند الشخص المصاب بالسكتة الدماغية:**
1. **صعوبة في تسمية الأشياء**
2. **عدم القدرة في التحدث بطلاقة**
3. **صعوبة في ترديد الكلمات أو الجمل التي يسمعها عندما يطلب منه**
4. **صعوبة في فهم الكلام**
5. **صعوبة في فهم التراكيب اللغوية مثل التذكير والتأنيث، والجمع،**
6. **اضطراب القدرة على القراءة والكتابة**
* **خصائص لغة الشخص المصاب بالسكتة الدماغية:**
1. **يحذف الشخص بعض الروابط وحروف الجر مما يؤثرعلى قدرة الطرف الآخر في فهم الكلام**
2. **يستخدم الشخص بعض الكلمات في سياق غير مناسب**
3. **يقوم الشخص بتغيير ترتيب الكلمات داخل الجملة**
4. **يواجه صعوبة في فهم الأوامر اللفظية اللتي لايصاحبها إشارة أو ايماءات جسدية أو نبرات عاطفية أو تعابير وجه**
5. **استبدال بعض الكلمات بأخرى مشابهة من حيث التصنيف (مثال: يقول ملعقة بدلاً من سكين أو كرسي بدلاً من طاولة أو تفاحة بدلاً من برتقاله)**
6. **يقوم بتبديل أو إضافة حروف لبعض الكلمات (مثال: يقول تفتاح أومحفتاح بدلاً من مفتاح)**
7. **اختلاق كلمات جديدة ليس لها أصل في قاموس لغة الشخص**
* **بعض المفاهيم الخاطئة عن الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية:**
1. **الشخص المصاب بالسكتة الدماغية يواجه صعوبة في التعبير والفهم بسبب مشكلة في السمع.**
2. **الشخص المصاب بالسكتة الدماغية يواجه صعوبة في التعبير والفهم بسبب خلل في النطق.**
3. **الصعوبة في التعبير والفهم عند الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية خصوصاً هؤلاء اللذين لايستطيعون استخدام الصوت تحدث بسبب مرض الحنجرة والبلعوم**
4. **التهاب القناة البولية، التسمم، أو اضطراب عمليات البناء والهدم لايمكن أن تتسبب في تعسر الفهم والتعبير عند الشخص. لابد من وجود سكتة الدماغية.**
5. **لا يوجد علاج لتأهيل المهارات اللغوية عند الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية**
6. **التحسن التلقائي (أي بدون تأهيل) لمهارات اللغة والكلام يتوقف خلال الأشهر الأولى من الإصابة أي لا يوجد تحسن تلقائي بعد السنة الأولى من الإصابة**
* **الفحوصات اللغوية اللتي تجرى للشخص المصاب بالسكتة الدماغية:**
1. **يقوم الطبيب المعالج بتحويل الشخص المصاب بالسكتة الدماغية إلى أخصائي التخاطب إذا ظهرت لدى المريض أعراض تؤثر على قدرته في التخاطب مع الآخرين.**
2. **يقوم أخصائي التخاطب بإجراء فحوصات متعددة منها فحص وظائف أعضاء الكلام، مسح القدرات الذهنية للمريض، و مسح  قدرات الشخص على الفهم والتعبير للتعرف على وجود المشكلة. وفي خلال الفحص يطلب الأخصائي من المريض الإجابة على أسئلة محددة والاستجابة لأوامر بسيطة وتسمية الأشياء من الذاكرة أو باستخدام البطاقات المصورة. كما يشمل الفحص اختبار قدرة الشخص المصاب بالسكتة على الكتابة والقراءة.**
3. **توجد اختبارات مخصصة لفحص لغة الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية تتضمن جمع عينات كلامية من المريض واختبار قدرته على الفهم والتعبير والكتابة والقراءة. تساعد هذه الاختبارات في معرفة طبيعة المشكلة اللغوية عند المريض ودرجة حدتها والتنبأ بفرص الاستفادة من العلاج.**
* **علاج اضطرابات التخاطب عند الاشخاص المصابين بالسكتة الدماغية:**

**يقوم أخصائي التخاطب بتدريب الأشخاص اللذين يواجهون صعوبة في الفهم أو التعبير على التواصل مع الآخرين باستخدام طرق علاجية تتناسب مع طبيعة المشكلة الكلامية اللتي يعانون منها من خلال جلسات علاجية مكثفة قد تستمر لأسابيع أو أشهر أو سنوات.**

**يقوم المختص برفع وعي المريض عن المشكلة حتى يتمكن من استخدام المراقبة الذاتية لمحاولات الكلامية وسلوكياته الاجتماعية. تركز الجلسات العلاجية على استخدام معينات بصرية أو بدائل اتصال أخرى  مثل لوحات الاتصال، البطاقات المصورة، الكلمات والجمل المطبوعة أو أجهزة اتصال لتهجية الكلمات والحروف وتخزين المعلومات.**

**نظراً لوجود تفاوت كبير في طبيعة المشكلة الكلامية بين الأشخاص المصابين بالسكتة الدماغية، فإن استخدام الطرق التأهيلية لمهارات اللغة والكلام يختلف من شخص إلى آخر.**

**تركز الجلسات العلاجية على مساعدة الشخص للتواصل مع الآخرين باستخدام الإيحاءات البصرية والسمعية في بداية العلاج. ومثال ذلك تقديم بطاقات صور للفواكه كمعين للشخص عندما يطلب منه تسمية بعض الفواكه، أو التلفظ بالحروف الأولى من الكلمة للشخص حتى يتمكن من تكملة الكلمة باستخدام هذا المعين. وعندما يرتفع الأداء الكلامي للمريض يقوم المعالج بتخفيف المعينات السمعية والبصرية حتي يتمكن الشخص من أداء التدريب بدون معينات.**

**العلاج النفسي:**

**يعتبر علم النفس العصبي فرع هام من أفرع علم النفس الفسيولوجي ، والذي يهدف إلى دراسة الظواهر النفسية على أساس فسيولوجي عصبي.  وتكمن وظيفة الأخصائي النفسي العصبي في دراسة العلاقة بين الدماغ والسلوك الإنساني. أي أنه يسعى للتحقق من ربط ما يحصل في الدماغ من نشاطات عصبية وما يقوم به الفرد من نشاطات سلوكية لنتمكن بالتالي من تحديد المراكز الدماغية لكل ظاهرة نفسية وتحديد الخلل فيها. ومن التغيرات السلوكية التي يقيسها علم النفس العصبي:**

* **قياس الظواهر النفسية مثل: التعلم, والتذكر, والانفعال.**
* **قياس الوظائف الحركية والكلام.**
* **قياس مستوى القلق.**
* **قياس الاضطرابات النفسية.**

**كما يسعى علم النفس العصبي إلى تحديد مدى الضرر الحاصل في الدماغ والذي قد يحصل بفعل:**

* **السكتة الدماغية.**
* **الحوادث عامة ( مثل حوادث السيارات).**
* **مرض الرعاش (بارنكسون).**
* **الصرع.**
* **الخرف.**
* **مرض التصلب العصبي المتعدد.**

**وبالنسبة للسكتة الدماغية ، قد تصيب بعض المناطق الحركية أو الحسية أو كلاهما معا, أو المناطق المعرفية المسئولة عن الكلام والفهم والإدراك والذاكرة والتركيز والتفكير التجريدي وحل المشكلات.**

**ويتم قياس هذه الوظائف من خلال مقاييس محددة لكل وظيفة مع مقارنتها بالدرجات المقننة لبيئة المريض ومقارنتها بنتائج المقابلة التي تتم مع عائلة المريض لمعرفة ماهية التغيرات التي حصلت في الوظائف الذهنية لمريضهم بعض الإصابة ، وضوءا على نتائج هذه المقاييس والمقابلات ، يمكن التعرف بدقة على المشكلة النفسية العصبية لمريض السكتة الدماغية ، والتى قد تستدعى تدخلا علاجيا ، سلوكيا كان او من خلال الادوية.**

**ويعد الاكتئاب من اكثر المضاعفات النفسية المعروفة للسكتة الدماغية ، والتى يسهل علاجها اذا ما تم تشخيصها مبكرا. ومن الجدير بالذكر أن ضعف الذاكرة يعتبر ايضا من المضاعفات للسكتة الدماغية والتى تتطلب تشخيصا دقيقا لان اعراضها تتشابه مع الاكتئاب ، ومن الممكن عدم الانتباه لها وبالتالى عدم اعطاء العلاج الصحيح لها.**

**النصائح الخاصة بالتغذية للسكتة الدماغية:**

* **الإقلال من تناول الأطعمة التي تحتوي على الكوليسترول حتى لا تزيد عن 300مليجرام يومياً. الاقلال من تناول الدهون وخصوصاً الدهون المشبعة بحيث لا تزيد الدهون الكلية عن 30% والدهون المشبعة عن 10% من السعرات اليومية وذلك بتناول الخضروات والفواكه والحبوب والإقلال من تناول صفار البيض والزيوت والمقليات وإستخدام زيت الزيتون.**
* **زيادة تناول الكربوهيدات المركبة المتوفرة في الخضروات والفاكهة والحبوب الكاملة حيث أنها تحتوي على كثير من الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة التي تقي القلب.**
* **الإقلال من تناول ملح الطعام والمخلالات, حيث إن زيادة الصوديوم قد تؤدي إلى رفع الضغط الدموي.**
* **تناول أغذية غنية بالألياف والأغذية الغنية بفيتامين هـ لتحسين الدورة الدموية حيث يتضمن ذلك الخضروات الورقية الخضراء حبوب القمح والبقول.**
* **زيادة تناول الأسماك لإحتوائها على الأحماض الدهنية من نوع أوميجا-3 والتي لها دور صحي إيجابي على القلب والأوعية الدموية.**
* **المحافظة على وزن صحي بالنسبة للطول كذلك ممارسة الرياضة والحركة بإختلاف أنواعها مثل المشي والهرولة بمعدل 3-4 مرات في الأسبوع.**
* **80% من أسباب السكتة الدماغية تنجم عن نقص التروية الدماغية (الجلطة ، أو انسداد الشرايين بخثرة).**

 **صور توضيحية لانسداد أحد الشرايين نتيجة تضيق مزمن وتكون خثرة دموية مفاجئة**

* **20% من أسباب السكتة الدماغية يكون بسبب النزيف (تهتك بشرايين الدماغ).**

**صور توضيحية لتهتك باحد الشرايين نتيجة ضعف بجدرانه مسببا نزيف بالدماغ**

**المضاعفات:**

**تسبب السكتة الدماغية عدداً من النواقص العصبية اعتماداً على مكان الإصابة في الدماغ وحجم هذه الإصابة.**

* **الضعف  الحركي :**

**تؤدي السكتة الدماغية إلى فقد القدرة الحركية بدرجات متفاوتة ويظهر الضعف الحركي في الأطراف في الجهة المقابلة لمكان الإصابة في الدماغ أي أنه إذا أصيب الجزء الأيمن من الدماغ فإن ظهور الضعف الحركي يكون في الشق الأيسر من الجسم  والعكس صحيح. في المرحلة المبكرة من الإصابة يكون الشلل رخواً ثم يتطور الشناج بعد ذلك ليتخذ الجسم وضعية الفالج المعروفة. وعند إصابة النصف الأيمن من المخ ، فإن المريض قد لا يتمكن من أداء حركات قد تعلمها سابقاً بشكل إرادي. فربما لا يتذكر كيفية ارتداء الثياب أو تمشيط الشعر.**

* **الإضطراب  الحسي:**

**تؤدي الاضطرابات الحسيه التى تصيب أحد نصفي الدماغ إلى المزيد من الصعوبات عند مرضى السكتة الدماغية إذا أن البعض يفقد حاسة اللمس وحس الوضعه مما يؤدي إلى إنخفاض المقدرة على التحكم بالحركات وتناسقها. وأيضا قد تحدث محدودية في مجال البصر عند تأثر مراكز الرؤيه في الفص الخلفي من الدماغ.**

* **إضطرابات التواصل:**

**وهي عدم قدرة المريض على الكلام أو فهم ما يقال أو كلاهما. وتعد إحدى أسباب الاكتئاب لدى المريض وذلك لعدم قدرته على التعبير عن نفسه وما يحتاجه أو فهم ما يقال له وتدعو الحاجة هنا إلى استدعاء اختصاصي الكلام واللغة لتدريب المريض على العودة إلى الوظيفة الطبيعية إن أمكن ذلك.**

* **الاضطرابات في الوجه والفم:**

**تصاب عضلات الوجه والفم والعين مما يؤدي إلى صعوبة تواصل المريض مع المحيط وصعوبة التكلم وصعوبة البلع.**

* **اضطراب التنفس:**

**وتنجم عن إصابة العضلات التنفسية مما تدفع المريض إلى زيادة معدل التنفس وضعف قدرته على السعال وسرعة التعب وهذا ما يدفع المرضى إلى البقاء في السرير وعدم ممارسته الرياضة والنشاطات الأخرى.**

* **اضطرابات المثانة:**

**وهي من المضاعفات  التي تسبب الإحراج للمريض ، وذلك بسبب عدم قدرته على التحكم بإفراغ البول.**

* **التشنجات العضلية:**

**مما ينجم عنه تغيرات في وضعية الجسم أو الأطراف كما هو مبين بصور اليد مثلا..**

* **بعض الحالات من الصرع.**

 **الاضطرابات النفسية مثل القلق و الاكتئاب**

* **نقص الذاكرة.**

**وايضا تحصل بعض المضاعفات الاخرى الغير عصبية ، مثل:**

* **ازدياد نسبة حدوث انسداد الوريد الخثري في الساق**
* **الالتهابات الرئوية**
* **التقرحات والالتهابات الجلدية**
* **هشاشة العظام**
* **التهابات المسالك البولية**
* **عسر الهضم وانتفاخ القولون**

**فائدة هامة :**

***الأغذية الذكية التى تجدد خلايا الدماغ***

**أطعمة كثيرة ثبت علميا أن لها تأثيرا على القدرات الذهنية, لاحتوائها على بعض المواد الفعالة التي تدخل في تركيب خلايا الدماغ, وتنشط الخلايا العصبية الناقلة للإشارات, والتي وصفها العلماء "بالأغذية الذكية", خاصة التي تحتوي على الأحماض الدهنية غير المشبعة ومنها :**

* **زيت الأسماك يساهم في تكون دهون خلايا الدماغ ويرفع ذكاء الأطفال**
* **وهناك ما يعرف بالدهون الذكية المتوافرة في زيت الزيتون والتي تدخل في تركيب الخلايا العصبية.**
* **الاهتمام بتناول الخضراوات الورقية الداكنة, التي تحتوي على فيتاميني (ب 16 وب9) وحمض الفوليك وعنصر النحاس, والزنك المتوافر في البروتينات والحبوب .**
* **الأغذية التي تؤدي الى تنمية الذكاء ومساعدة الأطفال على التركيز ومنها الأسماك الدهنية كالسالمون, والسردين, والماكريل, وهي تعتبر أفضل مصدر لدهون الأوميغا التي تساعد على نمو الخلايا, وقد أثبتت الأبحاث أن الأشخاص الذين يتناولون الأسماك الدهنية يمتلكون مهارات ذهنية مميزة وذاكرة حادة, كما أن صفار البيض يأتي في مقدمة الأغذية الغنية بمادة الكولين التي تعد مهمة جدا لتكوين الموصلات العصبية التي تساعد على نمو الذاكرة .**
* **هناك أيضا المكسرات الغنية بمادة "الثيامين" التي تساعد على امتصاص الجلوكوز وكمصدر رئيسي لخلايا الدماغ, حيث تنشط خلايا الجهاز العصبي**
* **أيضا القمح والأرز البني فهما مفيدان لتغذية الدماغ لاحتوائهما على فيتامين"b" المركب المهم لصحة الجهاز العصبي .**
* **والشوفان الغني بالألياف حيث يساعد على تغذية مخ الأطفال لمدة طويلة, بالاضافة الى البقوليات والمتمثلة في الفاصوليا البيضاء, والحلبة, واللوبيا والفول والخضراوات داكنة اللون كالطماطم والجزر الأحمر والأصفر والسبانخ والبطاطا والقرع, فهي من العناصر الغنية بمضادات الأكسدة, التي تحافظ على صحة الخلايا العصبية, وهناك اللبن والزبادي فهما ضروريان لنمو خلايا الدماغ والموصلات, والأنزيمات العصبية, بالاضافة الى اللحوم الحمراء الغنية بالحديد والزنك اللازم لتقوية الذاكرة, والفواكه وخاصة التوت, الفراولة, الكريز, لغناها بمضادات الأكسدة وفيتامين " c". وقد وجد أن دهون الأوميغا تتوافر بنسب كبيرة في زيت الذرة والزيت الحار وعين الجمل وأيضا الأسماك.**

**(مع مراعاة الظروف الصحية للمريض والأمراض المزمنة كالسكر وامراض القلب .......)**

**اللهم اشف مرضانا وجميع مرضى المسلمين إنك على كل شئ قدير وبالأجابة جدير والحمد لله على كل حال ونعوذ بالله من حال أهل النار .**

**أخصائى التخاطب / أيمن منصور 01017528228**