

اضطراب النطق.. ودور «أوميجا3» في علاجه

ريم آل عباس*

تُعرف الأبراكسيا (apraxia) بأنها اضطراب تطويعي يحدث في منطقة الدماغ المسؤولة عن البرمجة لإصدار الأصوات وتتابعها وتكوين الكلمات والجمل عندما يطلب ذلك، مع عدم وجود شلل، أو ضعف، في أعضاء النطق (اللغة، الشفاة واللسان). وقد وُجد حديثاً انتشار واسع لهذه الحالة، حيث تبلغ نسبة الأبراكسيا 6% من أمراض النطق في العالم، وقد تزايدت بنسبة 13% من عام 2005 إلى 2006 حسبما نشرت في Nationwide

Childrens Hospital في 29 أكتوبر عام 2007.

ولأن هذا الانتشار لافت للانتباه، كثرت الدراسات حول هذه الحالة، وما إذا كان من الممكن الشفاء منها، أو التخفيف من حدة أعراضها، ووجد أن للتغذية دوراً كبيراً في ذلك، عن طريق تناول زيت السمك، أو ما يُسمى بالأوميغا3. والأوميغا3 هو عبارة عن دهون غير مشبعة لا يمكن للجسم إنتاجه، بل يحصل عليه عن طريق الغذاء، أو تناوله على شكل كبسولات، أو



قطرات، ومن أهم فوائده خفض مستوى الكوليسترول في الدم، وتعزيز النمو الذهني، خاصة لدى الأطفال، وقد أثبتت الدراسات أن هذه الدهون تساعد في تحسين نشاطهم الفكري، من خلال تحسين مستوى العديد من المهارات، مثل الملاحظة، والذاكرة قصيرة الأمد، والقراءة. وأقامت مراكز الأبحاث، ومستشفى الأطفال في كاليفورنيا - الولايات المتحدة الأمريكية - دراسة عام 2009 حول مدى تأثير الأوميغا 3،

وفيما بين E على الأطفال المصابين بالأبراكسيا، ووجدت تأثيراً كبيراً في تحسين وضع الأطفال من ناحية النطق، وتقليد الحركات، والإحساس، والتواصل بالعين، وتحسين سلوك 97% من الأطفال الذين شاركوا في هذه الدراسة، وما زالت الأبحاث قائمة حول فوائد زيت السمك، والتطلع لمستوى صحي أفضل لدى الأطفال. ومن أهم مصادر الأوميغا3: السمك، والخضراوات ذات اللون الأخضر الداكن، والزيوت النباتية، مثل زيت الكانولا، والمكسرات، مثل اللوز، وبذور الكتان المطحونة.

* اختصاصية تغذية

استخدام الصوت بشكل خاطئ يؤدي إلى ضرره



الدمام - الشرق

بعد الحديث عن آلية إنتاج الصوت حديثاً طويلاً، لكنه ببساطة عبارة عن المادة الخام للغة المنطوقة عند الإنسان، فوضوح الصوت وفلوهه بشكل طبيعي يؤثر على عملية التواصل، ويعتمد إصدار الصوت على حجم الهواء الداخل إلى الرئتين أثناء عملية الشهيق، حيث إن الهواء يدخل إلى الرئتين، ثم يخرج منها عن طريق عملية الزفير، ويمر من خلال القصبة الهوائية إلى الحنجرة، فتتهز الحبال الصوتية، ويبدأ يتم إصدار الصوت.

أما اضطراب الصوت فيعرف بأنه خلل يؤدي إلى تغير في مكونات الصوت (جودة - نبرة أو حدة الصوت). هذا الخلل يؤدي إلى ظهور صوت مبسوح، أو اختفاء الصوت.

أسباب اضطراب الصوت:

- اضطراب الصوت لأسباب عضوية (العيوب الخلقية - laryngeal web) وهي عبارة عن وجود غشاء بين الحبال الصوتية يعوق الحركة الطبيعية للحبال الصوتية، أو شلل الحبال الصوتية، أو وجود شق في الحلق.

من ذلك أيضاً (التهاب الحنجرة، وحساسية الحنجرة، وأورام حميدة، أو خبيثة في الحنجرة، واضطراب الغدد الصماء).

- اضطرابات غير عضوية (أسباب نفسية مثل الفصام، أو اللقلق النفسي، أو الضغوط النفسية غالباً ما تكون عند المرأة). - اضطرابات الصوت نتيجة سوء استخدام الصوت، كالإفراط في الكلام لمدة طويلة، وبطريقة خاطئة، أو الصراخ.

- اضطرابات الصوت نتيجة إصابات باثولوجية؛ وهي عبارة عن بحة في الصوت،

نتج عن أسباب غير عضوية، ولكن نتيجة استخدام الصوت بشكل خاطئ يؤدي إلى عطب عضوي في الحبال الصوتية، وقد توجد حبيبات في الحبال الصوتية، ويكثر عند أصوات الأطفال بسبب الصراخ، ويكثر عند الذكور أكثر من الإناث، وقد يصيب البالغين (المعلمين، والمغنيين)، ويصيب الإناث أكثر من الذكور.

عند وجود تغير في الصوت،

استمراره لمدة أكثر من أسبوعين، لابد من الذهاب إلى طبيب أنف وأذن وحنجرة، لتشخيص المرض وتحويله إلى عيادة أمراض النطق واللغة. وعند الذهاب إلى عيادة أمراض النطق واللغة، يقوم اختصاصي النطق واللغة بتقييم درجة المرض، ونوعه وأسبابه، ويحدد نوع التدخل العلاجي.

علاج اضطرابات الصوت

إن التدخل العلاجي لاضطرابات الصوت يشمل على إجراءات عدة: الأول: الإجراء الطبي، الذي يشمل على العلاج الجراحي، والعلاج الإشعاعي، والعلاج الكيميائي، والعلاج النفسي. الثاني: إعادة تأهيل الصوت بشكل مباشر؛ ويشتمل على أنشطة التدريب التي تتعلق بفضاضة الاضطراب وتحسين الصوت، ويقوم بها اختصاصي النطق، واللغة.



طبيب يفحص حنجرة سبية

مشورة طبية

الزهايمر.. يبدأ بنسيان الأحداث القريبة.. وينتهي بـ «الخرف»

د. مها العيونى

بعد مرض الزهايمر (المسبب الرئيس للخرف)، وهو من الأمراض التي تفتك بكبار السن (85 وأكثر)، ومن كلا الجنسين، بالرغم من ارتفاع نسبته بين الإناث مقارنة بالذكور.

والزهايمر عبارة عن تلف، أو موت تدريجي لخلايا الدماغ (النيرون) لم يصل العلم حتى الآن لمعرفة أسباب حدوثه، ولكن بالكشف على مرضى الزهايمر وجد ترسب نوع من البروتين في الدماغ يدعى بيتا أميلويد، يتشكل بشكل صفائح تتجمع في الفراغات الموجودة بين النيرونات بشكل غير منظم داخل خلايا الدماغ مسببة خللاً أو انهياراً في نظام النقل العصبي، مما يؤدي إلى موت الخلايا العصبية، ومن ثم الخرف.

أعراض المرض

المرحلة الأولى من المرض تبدأ بفقدان الذاكرة القدرة على تذكر الأحداث الحديثة، وربما ينسى الكلمات المعروفة، ومواضع الأشياء التي يستخدمها يومياً، وقد لا يلاحظ

المقربون من المريض هذه الأعراض، كما أنها لا تكون واضحة أثناء الفحص الطبي.

المرحلة الثانية من المرض: يجد المريض صعوبة في تذكر الكلمات والأسماء، ويبدأ فرغ الذاكرة بالتأثير على حياة المريض وتصرفاته، فيجد صعوبة بالتخطيط والتنظيم، ما يجعله سلبياً وانطوائياً، وتدرج الأعراض إلى أن يصبح غير قادر على تذكر عنوانه، أو رقم هاتفه، أو اليوم، وتاريخ وأسماء المقربين منه، فيصبح معتمداً تماماً على الآخرين في إنجاز الأعمال اليومية.

العلاج

لا يوجد علاج شافٍ لمرض الزهايمر، ولكن توجد أدوية تساعد في تقوية فعالية النيرونات المصابة، وأدوية أخرى تخفف من بعض الأعراض.

أدوية مضادات الكولين أستيرين، ومن أمثلتها دواء Donepezil Rivastigmine Galantamine، وهو يستخدم في الحالات البسيطة والمتوسطة من المرض. تعمل هذه الأدوية على رفع مستوى



(الشرق)

مريض الزهايمر وضرورة العناية به نفسياً وعاطفياً

صحة الأسرة

عدم المشاركة في الأنشطة من أسباب تأخر النطق لدى الأطفال



التواصل الاجتماعي ضروري لتقوية اللغة عند الأطفال

أكثر ما يهم الوالدان هو التواصل مع أطفالهما. وحين تكون هناك مشكلة في هذا التواصل، فإن اللقطة تبدأ، ثم يزداد، وتدهس حالة اللقطة على المنزل بأسره، ليس على الوالد فقط، ولكن حتى على الطفل نفسه؛ ومن المهم أن يتجنب الوالدان ما يلي:

- التقليل من استخدام لغة الإشارة في التواصل مع الطفل.

- استباق تلبية حاجاته قبل أن يطلبها.

- عدم مشاركته في الأنشطة، مثل اللعب، والمشاركة الشفهية بالصف، وغيرها.

- إعطاء الطفل أمثال مثل كسول - بليد - غبي - عنيد، وغيرها.

- مناقشة موضوع الطفل بشكل شكوى أمام الطفل، وإصدار ملاحظات، مثل لا تسأله فهو لا يعرف أن يجيب - إنه لا يعرف - إنه لا يتكلم - لن يجيب - أخوه أصغر منه ويتحدث أفضل منه... إلخ.

- استهزاء المعلمين - الطلبة - الإخوة، وغيرهم، بالطفل.

- ربط أي خطأ يقوم به الطفل بمحدودية لغته، وانخفاضها فرصة للتعبير عن الامتعاض من ذلك، مثل «كيف لو كنت بتكلم».

- الأطفال المتأخرون لغوياً؛

- عندما يكون معدل طول الجسم لديهم أقل من أقرانهم العاديين.

- استخدام الإشارة لطلب احتياجاته، أو الصراخ، أو البكاء، لعدم قدرته على التعبير عما يريد، ويكون غير مناسب للمرحلة العمرية.

- عدم القدرة على تسمية الأشياء بمسمياتها الحقيقية.

- عدم المشاركة في اللعب، أو النشاطات، مع الأسرة، أو الأطفال الآخرين.

- اللجوء للعلاج المبكر على استهزاء الآخرين.

- كره المدرسة وتدني مستوى التحصيل العلمي.

- أسباب التأخر اللغوي

- إعاقة سمعية، أو عقلية.

- إعاقات بصرية.

- تشوهات الأسنان، أو الشفة الأرنبية، أو شق في سقف الحلق.

- تشوهات خلقية (خلل جيني).

- ظروف بيئية (الحرمان من الأم، أو ترك الطفل لمرقيات أجنبيات لا يتحدثن اللغة العربية، أو اضطراب العلاقات الزوجية بين الأب والأم، والتدليل والذلة الزائدة).

- وكما يعرف الوالدان أن الطفل يعاني من تأخر لغوي، ومادما يجب عليهم فعله،

ينتظران وصول الطفل إلى عمر ثلاث سنوات، فإذا لم يتكلم الطفل، أو كانت مفراته قليلة جداً، فيجوز عليهم الذهاب إلى اختصاصي النطق، والتخاطب لعمل تقييم للغة والنطق للطفل، ووضع خطة علاجية مناسبة.

السؤال الآن، ما هي المقومات الأساسية التي يجب توفرها لكي تنمو اللغة بطريقة سليمة؟

- سلامة وظائف الدماغ.

- سلامة الحواس.

- سلامة البيئة المحيطة المنبهة.

- دور الأسرة

- استخدام جمل بسيطة وواضحة تتناسب مع عمر الطفل.

- إشعار الطفل بالأمان أثناء الحديث معه.

- تشجيع الطفل على اللعب والاندماج مع أقرانه.

- استخدام حواس الطفل في عملية إكسابه اللغة.

- العمل على زيادة مفرات الطفل، بكثرة الحديث معه عن كل ما يراه أمامه.

- إعطاء الطفل الوقت الكافي أثناء الكلام معه.

- المتابعة المستمرة من أولياء الأمور مع المعلمين واختصاصيي التخاطب.