

# مدى تأثير العمر والتصلب العصبي المتعدد والحالات الأخرى في صحتك

بالتزامن مع تقدمك في العمر، ستحدث تغيرات في صحة جسمك وعقلك. وقد تتداخل بعض هذه التغيرات مع أعراض التصلب العصبي المتعدد لديك. وقد تُصاب أيضًا بأعراض ناجمة عن حالات صحية أخرى.

نتناول في هذا القسم ما يلي:

تداخل أعراض التقدم في السن والتصلب العصبي المتعدد

الحالات الصحية الشائعة عند كبار السن

مدى تأثير الحالات الأخرى في التصلب العصبي المتعدد وخيارات العلاج



التعايش على نحو جيد مع التصلب العصبي المتعدد بالتزامن مع التقدم في العمر

[www.msif.org/resource/living-well-with-ms-as-you-grow-older](http://www.msif.org/resource/living-well-with-ms-as-you-grow-older)

## التداخل بين تأثيرات العمر والتصلب العصبي المتعدد

### الحالات الصحية الشائعة لدى كبار السن

بالتزامن مع التقدم في العمر، تزداد احتمالية إصابتك بحالات صحية إضافية للتصلب العصبي المتعدد. وهي تُسمى في بعض الأحيان "المرضاة المشتركة". ومن المرجح أن يُصاب الأشخاص من ذوي التصلب العصبي المتعدد بحالات صحية أخرى مثل عامة الحالات.

يعاني نحو 5 - 6 أفراد من كل 10 أفراد فوق 60 عامًا من ذوي التصلب العصبي المتعدد بارتفاع في ضغط الدم. ويكون لدى أكثر من 2 من أصل كل 10 أفراد مستويات عالية من الدهون (دهون مثل الكوليسترول) في الدم، ويعاني نسبة مماثلة مرضًا رئويًا مزمنًا (طويل الأمد).

تزداد احتمالية حدوث بعض الحالات الصحية بالتزامن مع تقدمنا في السن (انظر الرسم البياني).

من المرجح أن يصاب الأشخاص المصابون بمرض التصلب العصبي المتعدد بحالات صحية أخرى مثل عامة السكان.

كبار السن	التصلب العصبي المتعدد	مستويات الطاقة
التعب بسهولة أكبر	التعب	الحركة
انخفاض توتر العضلات وقوتها ومرونتها، وحركة أبطأ، وزيادة خطر السقوط	قلة الحركة والقوة والتنسيق والتوازن وزيادة مخاطر السقوط وصعوبات الكلام	المثانة
زيادة إلحاح البول وتكراره، وانخفاض التحكم في المثانة، وزيادة تكرار الإصابة بالعدوى	زيادة إلحاح البول وتكراره، وانخفاض التحكم في المثانة، وزيادة تكرار الإصابة بالعدوى	الجهاز الهضمي
انخفاض الشهية، وعسر الهضم، والإمساك	الإمساك	النوع
التغير في الحافز أو الاستمتاع الجنسي، وجفاف المهبل، وصعوبة الحفاظ على الانتصاب	التغير في الحافز أو الاستمتاع الجنسي، وجفاف المهبل، وصعوبة الحفاظ على الانتصاب	الرؤية
ضعف الرؤية عن قرب، وضعف الرؤية الليلية	عدم وضوح الرؤية أو ازدواجها، والنقاط العمياء، والرؤية المهترئة	الوظيفة الإدراكية
أبطأ في معالجة المعلومات، وانخفاض مستوى الانتباه، والاستدلال، والذاكرة	أبطأ في معالجة المعلومات، وانخفاض مستوى الانتباه، والتعلم، والذاكرة، والتفكير	الصحة النفسية
الاكتئاب	قلة احترام الذات والاكتئاب والقلق وتقلب الحالة المزاجية	العظام والمفاصل
ضعف العظام وزيادة تيبس المفاصل	ضعف العظام	

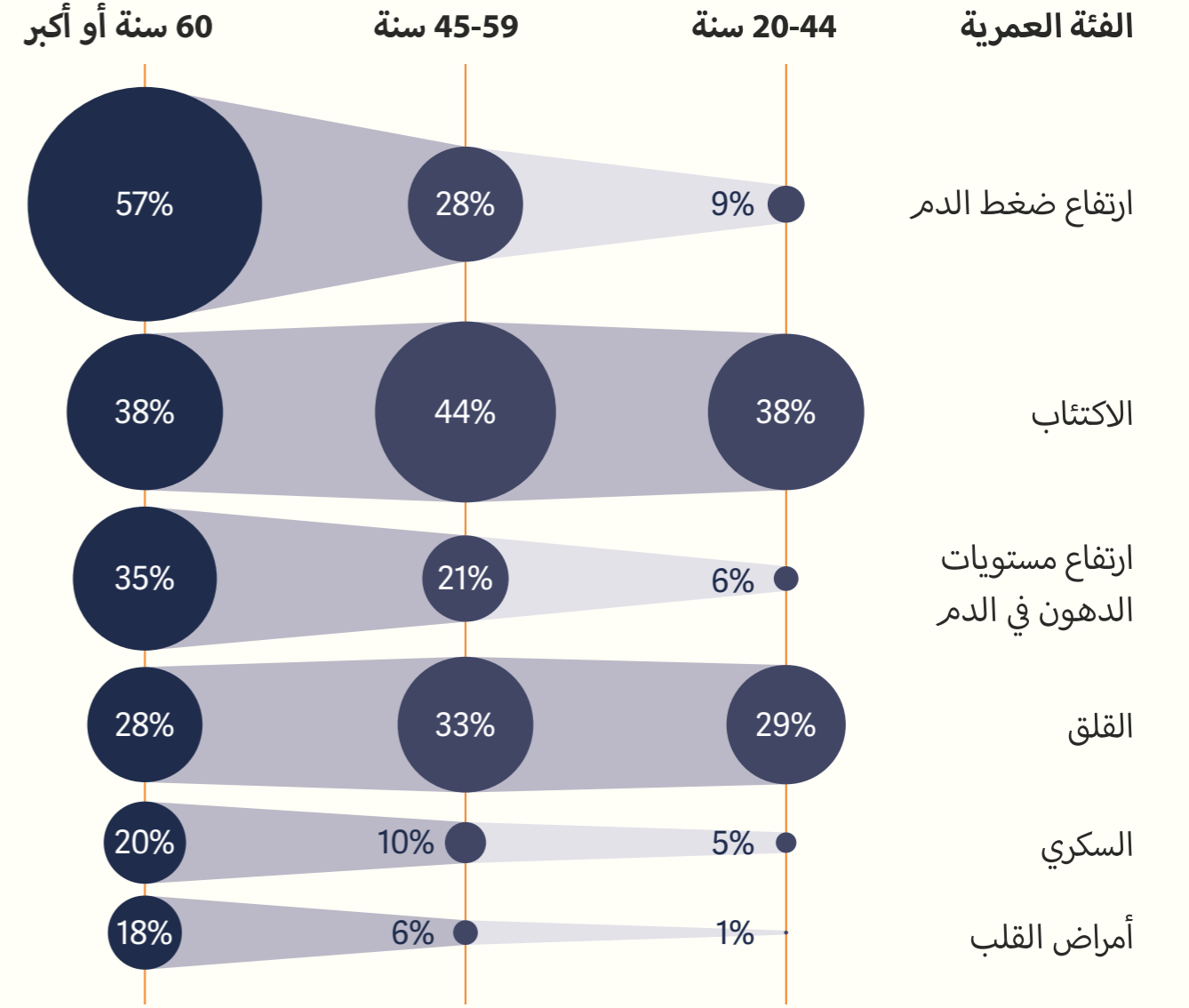
## النسبة المئوية للأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد الذين يتعايشون مع حالات صحية أخرى

قد تعاني النساء أيضًا مشكلات في أثناء الطمث وبعد انقطاعه. ويمكن أن تشمل مشكلات المثانة والتغيرات التي تطرأ على الحياة الجنسية ومشكلات النوم والاكتئاب. يمكنك معرفة المزيد عن التصلب العصبي المتعدد وانقطاع الطمث على [الموقع الإلكتروني للاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد](http://www.msif.org/living-with-ms/ms-and-menopause):  
[www.msif.org/living-with-ms/ms-and-menopause](http://www.msif.org/living-with-ms/ms-and-menopause)

إذا كنت تعاني حالة صحية أخرى، فقد تتداخل بعض أعراضها مع أعراض التصلب العصبي المتعدد لديك. ويمكن للطبيب مساعدتك في التخلص من سبب أي مشكلات جديدة قد تواجهك. ويمكنه أيضًا تقديم المشورة لك بشأن كيفية إدارة الحالتين معًا.

على الرغم من تمتعك بخبرة في إدارة التصلب العصبي المتعدد، فإن تعلم إدارة الاحتياجات الصحية الجديدة يمكن أن يشكل تحديًا. فقد قال كبار السن من ذوي التصلب العصبي المتعدد في إحدى الدراسات إنهم قلقون بشأن حالاتهم الصحية الأخرى أكثر من قلقهم من التصلب العصبي المتعدد.

من المهم إدارة حالاتك الصحية الأخرى جيدًا. وسيساعد ذلك في تقليل أي تأثير قد يكون له على التصلب العصبي المتعدد والصحة العامة والقدرات الإدراكية وجودة الحياة.



رسم بياني مُعاد إصداره واقتباسه من "ما السبب وراء إدارة الأمراض المصاحبة لدى الأشخاص ذوي التصلب العصبي المتعدد؟"، بتصريح من شركة



مصدر الصورة: Shutterstock

## هل يمكن أن تؤثر الحالات الأخرى في خيارات علاج التصلب العصبي المتعدد؟

تتوفر العلاجات لإدارة التصلب العصبي المتعدد (المعروف باسم العلاجات المعدلة للمرض) وأعراضه. وإذا كنت تعاني بعض الحالات الصحية الأخرى، فقد تكون بعض علاجات التصلب العصبي المتعدد أقل ملاءمةً لك. ويمكن أن يرجع ذلك إلى عدة أسباب، تشمل ما يلي:

- تزيد بعض الحالات الطبية من خطر أن يتسبب علاج التصلب العصبي المتعدد في حدوث آثار جانبية خطيرة. على سبيل المثال: إذا كنت تعاني بعض مشكلات القلب والأوعية الدموية (مثل نوبة قلبية أو سكتة دماغية حديثة) أو إذا كنت تتناول حاصرات بيتا أو حاصرات قنوات الكالسيوم لارتفاع ضغط الدم، فلن يكون علاج فينغوليمود للتصلب العصبي المتعدد (وبعض الأدوية المماثلة) مناسبًا لك.
- يمكن أن تؤثر بعض علاجات التصلب العصبي المتعدد في طريقة عمل الأدوية الأخرى في جسمك، والعكس صحيح. ويُعرف هذا بالتفاعل بين الأدوية والعقاقير. على سبيل المثال: يمكن أن يؤثر علاج تيريفلونوميد للتصلب العصبي المتعدد في سرعة معالجة جسمك لبعض الستاتينات (أدوية تُعطى لخفض مستويات الكوليسترول). وقد يعني ذلك أنه يجب تقليل جرعة الستاتين.

سيكون الطبيب قادرًا على شرح العلاجات المناسبة لك والسبب في ذلك.

## هل يمكن أن تؤثر الحالات الأخرى في أعراض التصلب العصبي المتعدد؟

قد تتفاقم بعض الحالات الصحية أو تزيد من أعراض التصلب العصبي المتعدد لديك، خاصةً إذا لم تتم مراقبتها جيدًا. على سبيل المثال، تشير الدراسات إلى ما يلي:

- من المرجح أن يحتاج الأشخاص من ذوي أمراض القلب والأوعية الدموية في وقت تشخيص إصابتهم بالتصلب العصبي المتعدد إلى عصا للمشي في وقت أقرب من غيرهم من ذوي التصلب العصبي المتعدد.
  - يعاني الأشخاص من ذوي التصلب العصبي المتعدد مع ارتفاع مستويات الكوليسترول (أحد أنواع الدهون) في الدم من عجز أكثر وانكماشًا أكبر في الدماغ مقارنةً بمن يعانون انخفاض مستويات الكوليسترول في الدم.
  - لا يتناول الأشخاص من ذوي التصلب العصبي المتعدد المصابين بالاكتهاب أو القلق بصورة دائمة أدوية التصلب العصبي المتعدد (العلاجات المعدلة للمرض) على النحو الموصوف ويتوقف البعض عن تناولها تمامًا. وهذا أمر مهم لأنك إذا لم تتناول الأدوية على النحو الموصوف، فقد لا يتم التحكم في التصلب العصبي المتعدد على نحوٍ صحيح.
- لا تؤثر بعض الحالات الصحية في التصلب العصبي المتعدد بصورة مباشرة. ومع ذلك، فقد تضيف مزيدًا من التحديات إلى حياتك اليومية.

## اكتشاف الأعراض الجديدة

قد تكون الأعراض الجديدة مرتبطة بالتصلب العصبي المتعدد أو بالعمر. ويمكن أن تكون أيضًا علامة على وجود مشكلة صحية جديدة.

إذا ظهرت عليك أي أعراض جديدة، فشاركها مع الطبيب. بإيجاد السبب الدقيق، يمكن للمهنيين الصحيين أن يقدموا لك العلاج والمشورة المناسبين. على سبيل المثال: يمكن علاج التعب الناجم عن اضطراب النوم أو مرض الغدة الدرقية بطريقة مختلفة عن الإجهاد الناجم عن التصلب العصبي المتعدد.

في بعض الأحيان، قد تساهم أشياء متعددة في ظهور الأعراض لديك. وقد يتعين عليك عرض حالتك على بعض المتخصصين في الرعاية الصحية قبل أن يتمكنوا من معرفة الأسباب وتحديد أفضل العلاجات لك.

يكون طبيب الرعاية الأولية (طبيب الأسرة) هو الأفضل للمساعدة في التغييرات الصحية التي تحدث بسبب العمر، بينما يمكن لطبيب الأعصاب مساعدتك في إدارة التصلب العصبي المتعدد. وقد يحيلك إلى متخصصين آخرين لمساعدتك في إدارة الحالات الأخرى.

يمكنك الإطلاع على مزيد من المعلومات بشأن أعراض التصلب العصبي المتعدد وإدارتها على [الموقع الإلكتروني للاتحاد الدولي للتصلب العصبي المتعدد](https://www.msif.org/about-ms/symptoms-of-ms): <https://www.msif.org/about-ms/symptoms-of-ms>

هذا قسم من دليل ”التعايش علي نحو جيد مع  
التصلب العصبي المتعدد بالتزامن مع التقدم في العمر“.  
قم بتنزيل الدليل الكامل من خلال الرابط أدناه

[www.msif.org/resource/living-well-with-ms-as-you-grow-older](http://www.msif.org/resource/living-well-with-ms-as-you-grow-older)



[www.msif.org](http://www.msif.org)

[www.facebook.com/msinternationalfederation](https://www.facebook.com/msinternationalfederation)

[www.twitter.com/msintfederation](https://www.twitter.com/msintfederation)