الوقاية من التخلف الذهنى

إن الوقاية خير من العلاج ، والوقاية من أمراض التخلف الذهنى ممكنة وميسورة إذا ما وضعت هذه المشكلة نصب العينين ؛ ذلك لأن العلاج أصعب بكثير وهناك من الحالات ما يستحيل علاجها طبياً أو نفسياً .

أولاً : علاج الأمراض المسببة للتخلف العقلى :

ذكرنا فى بداية الكتاب بعض الأمراض المسببة للتخلف العقلى ، وقد ثبت من دراسات كثيرة أن تشخيص هذه العوامل وعلاجها فى سن مبكرة يقى النسل من ويلات التخلف العقلى ، ومن أجل ذلك أصبح روتينياً فى كثير من الدول ومنها مصر إجراء تحليلات بسيطة لدم وبول الطفل وأمه عند الولادة للكشف عن هذه الأمراض وعلاجها .

١ - علاج مرض الفنيل كيتون يوريا :

يمكن الكشف عن هذا المرض بوضع نقطتين من حمض كلوريد الحديديك (Ferric chloride) فى بول الطفل ، فإذا تحول لونه إلى اللون الأخضر دل ذلك على وجود أجسام فينيل كيتون وإصابة الطفل بالمرض .

ومن المعروف أن هذا المرض ينتج عن خلل فى عملية التمثيل الغذائى لحمض الفينيل آلانين والذى يتحول إلى بروتين فى جسم الطفل العادى، ويدخل هذا الحمض إلى الجسم عن طريقة الغذاء العادى .

ويتلخص علاج هذا المرض عن طريق تغذية الطفل بغذاء خاص لا

يحتوى على الفينيل آلانين ، حيث تبدأ التغذية بمجرد اكتشاف المرض ، ويفضل أن يكون ذلك فى المستشفى خاصة فى الأيام الأولى من العلاج مع ضرورة متابعة الطفل عن طريق التحليل لمتابعة نسبة الفينيل آلانين حتى تصل إلى المستوى العادى ، وقد يحتاج الطفل إلى هذا الغذاء الخاص لسنوات طوال ، وفى أثناء هذه السنوات لابد من متابعة نحو الطفل جسمياً وذهنياً .

٢- علاج مرض الجلاكتوزيميا :

فى هذا المرض الوراثى لا يتحول الجلاكتوز إلى جلوكوز مما يؤدى إلى تراكم الجلاكتوز فى أنسجة الجهاز العصبى ، ويكون العلاج بتغذية الطفل بغذاء خاص لا يحتوى على الجلاكتوز ، ويكون ذلك فور اكتشاف المرض .

٣- علاج عدم التوافق فى فصيلة الدم (Rh) :

إذا كان دم الجنين ((Rh+ve)) وكانت الأم (Rh-ve) ، فإن الأم تنتج أجساماً مضادة تفتك وتحطم كرات الدم الحمراء بدم الجنين ويؤدى ذلك إلى ظهور صبغات الصفراء (Bilirubine) التى تتركز فى خلايا المخ وتتلفه .

ويمكن الكشف عن هذه الأجسام المضادة فى دم الأم بإجراء اختبار (Coomb) وإذا ثبت وجود هذه الأجسام المضادة فى دم الأم فلابد من حقن الطفل فى خلال ٧٢ ساعة من ولادته بمصل جاما جلوبين Gamma globulin لوقف تكوين الأجسام المضادة فى جسمه ، كما يمكن إجراء عملية تبديل لدم الجنين عدة مرات حتى تنخفض نسبة الصبغة الصفراء .

وإذا ما تم علاج المرض فى خلال الأسبوعين الأولين من الولادة أصبح الطفل طبيعياً من الناحية الجسمية والذهنية .

٤- علاج نقص هرمون الثيروكسين :

يعطى الطفل خلاصة الغدة الدرقية فى فترة الرضاعة ، وسينمو جسمه ذهنياً وجسمانياً بشكل طبيعى .

ثانياً : الوقاية من الأمراض والاضطرابات والحوادث :

١- عدم تشجيع زواج الأقارب لتقليل احتمالات التقاء الجينات المريضة وتحسين النسل .

٢- عدم تشجيع الأمهات على الإنجاب بعد سن الأربعين لأن ضعف البويضة أو تلفها قد يؤدى إلى ظهور متلازمة داون (Down syndrome) .

٣- عدم تشجيع الأمهات اللاتى أنجبن مرة طفلاً متخلفاً على الإنجاب مرة ثانية لأن احتمال إنجابهن طفلاً آخر متخلفاً عقلياً لا يزال قائماً، ويمكن التأكد من ذلك عن طريق تحليل السائل الأمينوسى الذى يسبح فيه الجنين وفحص الخلايا الموجودة به ، فإذا كانت النتيجة إيجابية فيمكن إجهاض الحمل وهو لا يزال علقة أو مضغة وذلك فى خلال الشهرين الأولين من الحمل .

٤- عدم تشجيع زواج المتخلفين عقلياً بعضهم من بعض وكذلك عدم تشجيعهم على الإنجاب لأن احتمال إنجابهم لنسل متخلف عقلياً احتمال كبير.

٥- فحص الراغبين فى الزواج للتأكد من عدم تضارب فصائل دمائهم

وخلوهم من الجينات الطفرية المريضة .

٦- تبدأ العناية بالجنين منذ بداية الحمل (ante-natal care) عن طريق الإشراف الطبى الكامل للأم الحامل لمتابعة نمو الجنين والكشف عنه باستخدام الموجات فوق الصوتية (ultrasonic waves) لاستبعاد وجود أى من التشوهات الخلقية ، ويمتد الإشراف الطبى أيضاً ليشمل تغذية الأم تغذية سليمة صحيحة باستخدام الغذاء المتوازن الذى يحتوى على البروتينات والمعادن والأملاح والڤيتامينات التى يحتاجها جسم الأم الحامل فى ذلك الوقت ، وقد سبقت الإشارة إلى أن سوء تغذية الأم يؤدى إلى سوء تغذية الجنين وتكون النتيجة حدوث التخلف العقلى ، فعلى سبيل المثال :

-نقص اليود يسبب تضخم الغدة الدرقية ومرض القصاع cretenism

- نقص فيتامين (ب١٢) يسبب التخلف العقلى ، والضعف والشلل التشنجى .

- نقص فيتامين (د) يسبب نوبات من التشنج .

- نقص فيتامين (أ) يسبب زيادة ضغط السائل داخل المخ (hydrocephelus).

- نقص البروتينات يسبب تلفاً فى خلايا وأنسجة المخ .

٧- العناية بالجنين أثناء الولادة ومحاولة تفادى الأحداث والاضطرابات التى تؤدى إلى تعثر فى الولادة ، فقد وجد أن تعرض الجنين لنقص الأكسجين أثناء الولادة يسبب تلفاً فى خلايا المخ وكذلك تفادى الولادة باستخدام الجفت (forceps) حيث إنه يسبب الضغط على عظام الجمجمة وخلايا المخ وأنسجته .

٨- وقاية الأطفال الصغار وحمايتهم من الأمراض الفيروسية والبكتيرية وأخطار الحوادث التى تسبب إصابات المخ ، وكذلك وقايتهم من أمراض التسمم بالمعادن الثقيلة . وفى مصر تجرى حملات قومية منظمة ومتعددة من أجل تطعيم الأطفال بأمصال مضادة لمرض الحمى الشوكية ، وشلل الأطفال ، وقد أسفرت هذه الحملات القومية عن انخفاض كبير فى معدل الإصابة بهذه الأمراض ، كما تم توفير العيادات الطبية المتخصصة للعلاج المبكر لمثل هذه الحالات.

أما بالنسبة للمعادن الثقيلة ، فإن معدن الرصاص يكثر تعريض الأطفال له حيث يوجد بنسبة عالية فى طلاء الحوائط والمصيص والبطاريات الجافة وطلاء قطع الأثاث المنزلية ، وكثير من لعب الأطفال ، كما يتعرض له أيضاً الصبية الصغار الذين يعملون فى ورش السمكرة والميكانيكا وخاصة الدوكو المستخدم فى طلاء السيارات .

لقد أصبح لازماً على ورش السيارات ألا تستخدم هؤلاء الأطفال الصغار فى مثل هذه الأعمال الخطرة ، كما يجب إبعاد الأطفال عن اللعب بالبطاريات الجافة حيث إن الطفل إذا امتص هذه الأشياء فإن المعدن يتسرب إلى خلايا جسمه وخاصة المخ مسبباً تلفاً فى خلاياه وأنسجته ، كما أنه أصبح لازما على شركات لعب الأطفال ألا تقوم بتصنيع اللعب التى يدخل فيها عنصر الرصاص . وعموماً فإنه يجب إبعاد الأطفال عن جميع مصادر المعادن الثقيلة كالزرنيخ والزئبق وخاصة الرصاص .

٩- لابد من الكشف المبكر عن ناقصى العقول ومعرفتهم فى السنوات الأولى من حياتهم ، وقد أصبح الأمر ميسوراً الآن باستخدام اختبارات الذكاء كما يمكن تشخيص حالة الطفل من أول اجتماع قصير به ،

ويمكن الوصول إلى قرار فاصل واضح فى سن السابعة إن لم يكن قبل ذلك ، ولا يمكننا أن ننتظر حتى يفشل الفرد أولاً فى المدرسة ثم يفشل ثانياً فى الحياة قبل أن نحدد أنه غير قادر أو محروم من القدرة على تكييف نفسه للمواقف بنجاح ، ولا يمكن لأى باحث أن يكتشف كل حالة من أول نظرة ، ولذا يعتمد إلى حد كبير على مساعدة المدرسين فى المدرسة والمربيات والآباء والإخصائيين الاجتماعيين وأمثالهم فى المنزل .

١٠- يجب أن يُدرب الاجتماعيون والمدرسون تدريباً كافياً ويرون أمثله واضحة وكثيرة فى المعاهد الخاصة وفى عيادات أمراض الأطفال حتى يمكنهم اكتشاف الضعف العقلى بسرعة ودقة .

١١- ضرورة العناية بتغذية الأطفال الناشئين تغذية صحيحة تشمل الغذاء المتوازن الذى يحتوى على البروتينات والأملاح والمعادن والفيتامينات الأساسية لبناء أنسجة سليمة وخاصة خلايا المخ والجهاز العصبى .