

سمیت مغزی چیست؟

What Is Chemo Brain?

افرادی که بیماری سرطان آن‌ها درمان می‌شود، در خصوص مشکلات ذهنی که هم‌زمان یا بعد از شیمی درمانی برای آن‌ها ایجاد شده است، اظهار نگرانی و ناخوشنودی می‌کنند. اگر چه علت آن به طور کامل شناخته نشده است ولی معمولاً این تغییرات ذهنی پس از شیمی درمانی را سمیت مغزی (Chemo Brain) می‌نامند. اگرچه پزشکان از گذشته نسبت به اثر رادیوتراپی مغز بر مشکلات تفکر و حافظه بیماران آگاه بودند لکن مطالعات اخیر نشان داده‌اند که شیمی درمانی نیز با برخی از انواع مشکلات ذهنی و شناختی در ارتباط است. مطالعات فراوانی به منظور اثبات اثر داروهای سیتوتوکسیک بر تغییرات مغزی بیماران در حال انجام است. این اختلالات ذهنی ناشی از شیمی درمانی می‌توانند منجر به عدم توانایی بیماران در انجام فعالیت‌های قبلی مانند تحصیل و کار و یا ایجاد مشکل در فعالیت‌های اجتماعی آن‌ها شوند.

اثر داروهای شیمی درمانی در این زمینه با هم متفاوت است. وین کریستین با هر دوزی می‌تواند سمیت عصبی ایجاد کند و سیس‌پلاتین فقط با دوزهای بالا این عوارض را سبب می‌شود. کارموستین (BCNU) نیز فقط زمانی که به صورت داخل کاروتید یا همراه با رادیوتراپی به کار رود، ایجاد سمیت عصبی می‌کند. اثر سمیت عصبی غالباً وابسته به دوز و نیز تجمعی است. گاهی ممکن است بروز علائم، تأخیری و بعد از چند ماه و گاهی نیز غیرقابل برگشت باشد. عوارض نورولوژی متعدد و شامل دلیریوم (آنسفالوپاتی حاد)، دمانس (آنسفالوپاتی مزمن)، اختلال بینایی، آتاکسی، مننژیت آسپتیک، تشنج، میلوپاتی، نوروپاتی و سردرد است. بیمارانی که دچار سمیت مغزی می‌شوند از برخی اختلالات مغزی شکایت می‌کنند؛

- مشکل در حافظه و یا یادآوری مواردی که معمولاً در گذشته به آسانی به یاد می‌آورده‌اند.
- اشکال در تمرکز به طوری که نمی‌توانند بر روی آنچه انجام می‌دهند تمرکز داشته باشند یا مدت زمان تمرکز آن‌ها کوتاه است.
- اشکال در به یاد آوردن جزئیاتی مانند اسامی افراد، تاریخ و یا رویدادهای بسیار مهم.
- عدم توانایی در انجام هم‌زمان چند کار مانند جواب دادن به تلفن و آشپزی.
- اشکال در پیدا کردن کلمات معمول در صحبت کردن به طوری که برای پایان دادن به جملات دچار مشکل می‌شوند.
- آهسته بودن پروسه تفکر و فعالیت ذهنی.

بعضی از بیماران این مشکلات را تنها در دوره کوتاهی تجربه می‌کنند ولی بعضی دیگر در دوره طولانی‌تری از این اختلال ذهنی رنج می‌برند. بسیاری از بیماران تا زمانی که این اختلال زندگی روزمره آن‌ها را مختل نکرده است، از آن شکایت نمی‌کنند. برخی از بیماران از به یاد آوردن کارهای ساده مانند بستن در یا خاموش کردن لامپ ناتوان می‌شوند و برخی دیگر احساس می‌کنند سرعت فعالیت مغز آنها کم شده است.

دلایل ایجاد سمیت مغزی

بسیاری از درمان‌های بیماری سرطان از جمله انواع خاصی از شیمی درمانی و پرتودرمانی می‌توانند مشکلات کوتاه مدت و بلند مدتی را برای بیمار ایجاد کنند. مطالعات انجام شده پیشنهاد می‌کنند که به‌ویژه برای نشانه‌های کوتاه مدت ممکن است بیش از یک علل سبب سمیت مغزی باشند. برخی از افرادی که دچار سرطان هستند، مشکلات قابل‌توجه مغزی دارند در حالی که شیمی درمانی انجام نداده‌اند، یا حتی بعضی از بیماران که در پروسه درمان هورمونی قرار دارند همانند کسانی که مبتلا به سرطان سینه یا پروستات هستند، از برخی مشکلات رنج می‌برند. همچنین، برای بعضی از افراد این مشکلات بعد از عمل جراحی شروع می‌شود. علاوه بر شیمی درمانی علل متفاوت دیگری نیز می‌توانند



Corresponding author:
Ali Taghizadeh; MD, PhD

E-mail: taghizadeha@mums.ac.ir

نویسنده مسئول: دکتر علی تقی‌زاده؛

دانشیار رادیولوژی، دانشگاه علوم پزشکی
مشهد، مشهد، ایران

How to cite this article:
Taghizadeh A. What is Chemo
Brain? J Mashhad Med Coun
2017;21:58-9.

سبب اختلالات مغزی شوند، برای نمونه؛ مشکلات عملکرد مغزی می‌توانند منتج یا تشدید شده از یک عامل یا ترکیبی از فاکتورهای زیر باشند: سرطان، داروهایی که به عنوان بخشی از درمان به کار می‌روند مانند استروئید، داروهای ضد تهوع یا داروهای مسکن، جراحی و داروهایی که در هنگام جراحی استفاده می‌شوند (داروهای بیهوشی)، تعداد کم سلول‌های خونی، مشکلات خواب، عفونت، خستگی، تغییرات یا درمان هورمونی، دیگر بیماری‌ها مانند دیابت یا فشار خون بالا، سوء تغذیه، سن بیمار، افسردگی و استرس، اضطراب، نگرانی یا دیگر فشارهای روانی. بیشتر این عوامل مشکلات کوتاه مدت مغزی ایجاد می‌کنند و با درمان مشکل اصلی بهبود یافته و از بین می‌روند. فاکتورهای محدودی مانند افسردگی، می‌توانند علی‌رغم درمان علت اصلی به صورت بلند مدت مشکلات مغزی ایجاد کنند.

چگونه سمیت مغزی را می‌توان مدیریت کرد؟

برخی اقدامات به منظور غلبه بر مشکلات ذهنی ناشی از شیمی درمانی به بیماران توصیه می‌شود؛

- برنامه روزانه خود را با جزئیات برنامه‌ریزی کنید. اگر هر چیزی را در مکان مشخصی بگذارید، برای پیدا کردن آن نیازی به تفکر زیاد

- نخواهد بود.
- برای قرار ملاقات‌های خود جدولی تهیه کنید.
 - کتاب بخوانید و به مغزتان ورزش بدهید.
 - به کلاس فوق برنامه بروید. جدول حل کنید یا یک زبان جدید یاد بگیرید.
 - به اندازه کافی استراحت کنید.
 - تحرک بدنی داشته باشید. ورزش‌های منظم نه تنها برای بدن مفید است بلکه سبب تأثیر مثبت بر روان نیز می‌شوند.
 - سبزیجات و میوه‌جات تازه مصرف کنید. مطالعات نشان داده‌اند که سبزیجات و میوه‌جات تازه باعث فعالیت بیشتر مغز می‌شوند.
 - سعی کنید چند کار را باهم شروع نکنید. در هر زمان روی یک کار تمرکز داشته باشید.
 - در صورت نیاز از دیگران کمک بخواهید.
 - درباره این اختلالات ذهنی با خانواده، دوستان و تیم درمانی صحبت کنید.
- بیماران باید بدانند که در بیشتر موارد، این اختلالات نیز مانند دیگر عوارض شیمی درمانی (تغییرات پوستی یا ریزش مو) زودگذر و قابل بهبود هستند.

لطفاً به این مقاله از ۱ تا ۲۰ امتیاز دهید و به شماره پیامک مجله (۳۰۰۰۷۸۳۸) ارسال فرمایید.

کد مقاله: ۷۴۰۶ نحوه امتیازدهی: امتیاز - شماره مقاله

References

1. Asher A. Cognitive Dysfunction among Cancer Survivors. *Am J Phys Med Rehabil* 2011;90:S16-26.
2. Boykoff N, Moieni M, Subramanian SK. Confronting Chemobrain: an in-Depth Look at Survivors' Reports of Impact on Work, Social Networks, and Health Care Response. *J Cancer Surviv* 2009;3:223-32.
3. Ferguson RJ, Ahles TA, Saykin AJ, McDonald BC, Furstenberg CT, Cole BF et al. Cognitive-Behavioral Management of Chemotherapy-Related Cognitive Change. *Psychooncology* 2007;16:772-7.
4. Moore HC. An Overview of Chemotherapy-Related Cognitive Dysfunction, or 'Chemobrain'. *Oncology (Williston Park)* 2014;28:797-804.