

על תפקיד הגריאטר

תפקידו העיקרי של הגריאטר בטיפול באוכלוסיה המבוגרת והמבוגרת מאוד, הינו לשפר איכות החיים, ולודא שהתקופה האחרונה של החיים תהיה נינוחה, מאושרת וללא נכות, עד כמה שניתן.

בגיל השלישי והרביעי, גורמים רבים מתערבבים לכדי התמונה העגומה שאנו נדרשים לעיתים קרובות להתייחס אליה, ושביניה פונים אלינו. הירידות במצב הרוח ו/או במצב המנטלי הינן "השביל המשותף הסופי" של מספר תהליכים המתרחשים במקביל בחלק האחרון של החיים, ועלינו לזהות את התהליכים הפתולוגיים שמעורבים בגרימת הנזקים, על מנת למזער אותם עד כמה שניתן.

תהליכי ההזדקנות קורים בארבעה תחומים במקביל, בכל תחום במהירות ובעצמה שונה, ובאופן אחר אצל כל אחד מאיתנו. בנוסף, הירידה בתחום מסוים משפיעה על שלושת האחרים בצורה ספציפית ויחודית, ע"פ הגנטיקה, ההיסטוריה המשפחתית, האירועים שעברנו, והסביבה הפיזית, הנפשית והחברתית והתרבותית שאנו מצויים בה.

התחום הראשון הינו התחום הפיזי, שבו התהליכים הבולטים הינם ירידה ברזרבה התפקודית של כל אחת ממערכות הגוף, כל מערכת והרגישות שלה לתהליכי ההזדקנות, כשחלק מהתהליכים לא ניתן לשפר אלא רק לנסות להעטים, (למשל תפקוד הכליה יורד באופן יתר שכיח מתפקוד הכבד, והזהירות שמתחייבת במתן תרופות בהתאם) וחלק אחר כמו הירידה בצפיפות העצם או במסת השרירים (שהם הגורמים הקריטיים לנפילות ושברים) ניתן למתן באופן ניכר ע"י תרופות או פעילות גופנית. במסגרת זו כלולה ירידה פיזיולוגית בתפקוד המוח, הכוללת ירידה בכמות הניורונים והתדלדלות הימצאות נייורטרנסמיטרים החיוניים לבריאות שני התחומים האחרים, המנטלי והנפשי. בנוסף לא נשכח שכיחות הנכויות הנגרמות בעקבות תהליכים פתולוגיים, כמו אוטמים בלב ובמוח, ושלל המחלות הספציפיות לכל מערכת בגוף, כשלירידה בראיה ובשמיעה מקום של כבוד כמזיקות במיוחד לתחומים המנטלים והנפשיים.

התחום השני, המנטלי, הינו כמובן רגיש למצבו הפיזי של המוח, (ולכן מועד לירידה באופן כללי) אבל לא רק. התפקוד המנטלי תלוי גם ביכולת הגיוס של התפקודים האפשריים, האימון שזכו לו בילדות, כמות ואיכות החשיפה לגרויים מכל התחומים במהלך החיים, אבל מושפע מאוד גם מהתחום הרגשי. יכולת אגירת הזכרון מהשלב השונים של החיים תלויה באיכות ועצמת הרגשות הנלוות לאותו זכרון. גם יכולת השליפה של אותם זכרונות יהיו תלויים במצבינו הרגשי באותו רגע, ביכולת התגברות על הדחקות ושאר מנגנוני הגנה המאפשרים חיים סבירים בצל אירועי עבר טראומטיים ומאיימים.

התחום השלישי, הנפשי, פגיע במיוחד בגיל המבוגר, בשל שורת אבדנים המתרחשים חדשות לבקרים במהלך ההזדקנות. אבדן המעמד החברתי הקשור למקצוע, הירידה בהכנסות, הנכויות שדברנו עליהן, שכופות ירידות תפקודיות ומגבירות התלות בזולת. המחלות והפטירות של בני הזוג וקרובי המשפחה, והחברים שנעלמים, מי לבית אבות ומי לבית הקברות. הבדידות הינה הגורם העיקרי לפגיעה הנפשית הרווחת בגיל הקשיש. התחושה שהחיים לא מוצו, או שאבדה משמעותם מקשה במיוחד על הבראת התחום הרגשי.

התחום הרביעי הינו המשפחתי – סביבתי: כשלים בשלמות המשפחה, פגיעתם רעה במיוחד לקשיש התשוש, החווה כשלון שלו את השברים שלא אוחו. חוסר התקשורת השכיח עם אחד הילדים או בן זוג (נוכחי או לשעבר), מגבירה את תחושת ההחמצה והבדידות. הנסיגה התפקודית, באמצעות ירידה מנטלית או דכאון או שניהם, הינה אחד הפתרונות שימנע התייבשות מול החוסרים הנ"ל ויחסוך התמודדות העלולה לסכן את עצם הווייתנו, כל זאת תוך כדי גיוס המשפחה והסביבה שיפגו אולי את הבדידות.

על זהו, התייחסות וטיפול לכל אלה אמון הגריאטר..

דר' יעקב הימן