هشاشة العضلات تقلل جودة حياة مرضى السرطان: دراسة مهمة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

يناير 28, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). هشاشة العضلات تقلل جودة حياة مرضى السرطان: دراسة مهمة. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=115346

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل أنك في المستشفى، تتلقى علاجًا للسرطان. الألم الجسدي والتعب هما جزء من المعادلة، لكن ماذا عن الشعور بالضعف العام، وصعوبة القيام بالأنشطة اليومية التي كنت تستمتع بها؟ هذا الشعور، الذي يتجاوز مجرد أعراض المرض، قد يكون مرتبطًا بحالة تسمى "ضمور العضلات" (sarcopenia)، وهي حالة شائعة بين كبار السن، وتؤثر بشكل كبير على جودة الحياة.

ملخص البحث

أظهرت الدراسة أن ضمور العضلات يؤثر سلبًا على جودة حياة كبار السن المصابين بسرطان الجهاز الهضمي، خاصة فيما يتعلق بالقدرة على الاستمتاع بالترفيه والقيام بالوظائف اليومية.
استخدم الباحثون استبيان SarQoL®، وهو أداة متخصصة، لتقييم تأثير ضمور العضلات على جوانب مختلفة من جودة الحياة بشكل دقيق.
تشير النتائج إلى أهمية التدخل المبكر من خلال التغذية المناسبة والتمارين الرياضية لإدارة ضمور العضلات وتحسين جودة حياة المرضى.
تؤكد الدراسة على ضرورة تقييم ضمور العضلات بشكل روتيني لدى كبار السن المصابين بالسرطان لتقديم رعاية أكثر فعالية وشخصية.

قام الباحثون في هذا المجال بدراسة تأثير ضمور العضلات على جودة حياة المرضى المسنين الذين يعانون من سرطان الجهاز الهضمي. ضمور العضلات، ببساطة، هو فقدان تدريجي في كتلة العضلات وقوتها مع التقدم في العمر. وهو ليس مجرد جزء طبيعي من الشيخوخة، بل هو حالة صحية يمكن أن تؤدي إلى ضعف، وإعاقات، وزيادة خطر السقوط، وتدهور في الصحة العامة.

منهجية البحث

استخدمت الباحثة كامينسكا وزملاؤها استبيان SarQoL® (SarQoL Questionnaire) لتقييم جودة حياة المرضى. هذا الاستبيان مصمم خصيصًا لتقييم تأثير ضمور العضلات على جوانب مختلفة من الحياة، مثل القدرة على الحركة، والقيام بالأنشطة اليومية، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية والترفيهية. تم تطبيق الاستبيان على مجموعة من المرضى المسنين الذين يتلقون علاجًا لسرطان الجهاز الهضمي. بالإضافة إلى الاستبيان، قام الباحثون بتقييم كتلة العضلات لدى المرضى باستخدام تقنيات التصوير الطبي (مثل التصوير المقطعي المحوسب أو الرنين المغناطيسي) لتحديد مدى ضمور العضلات لديهم. تم تحليل البيانات لتحديد العلاقة بين درجة ضمور العضلات ونتائج الاستبيان، وبالتالي تحديد تأثير ضمور العضلات على جودة حياة المرضى.

أهمية استبيان SarQoL®

يتميز استبيان SarQoL® بقدرته على تحديد التأثيرات الدقيقة لضمور العضلات على جودة الحياة. فهو لا يركز فقط على الجوانب الجسدية، بل يشمل أيضًا الجوانب النفسية والاجتماعية. على سبيل المثال، يسأل الاستبيان المرضى عن شعورهم بالثقة في قدرتهم على القيام بأنشطة معينة، ومدى استمتاعهم بالحياة، وما إذا كانوا يشعرون بالعزلة الاجتماعية. هذه المعلومات مهمة جدًا للأطباء والمختصين في الرعاية الصحية، لأنها تساعدهم على فهم احتياجات المرضى بشكل أفضل وتقديم الدعم المناسب لهم.

ARABPSYCHOLOGY.COM

النتائج

أظهرت النتائج أن هناك علاقة قوية بين ضمور العضلات وانخفاض جودة الحياة لدى المرضى المسنين المصابين بسرطان الجهاز الهضمي. ووجد الباحثون أن المرضى الذين يعانون من ضمور العضلات الشديد كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن صعوبة في القيام بالأنشطة اليومية، مثل المشي، وصعود الدرج، والاستحمام، وارتداء الملابس. كما كانوا أكثر عرضة للشعور بالتعب والإرهاق، وانخفاض الدافع، وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانوا يستمتعون بها في السابق. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت النتائج أن ضمور العضلات يؤثر بشكل خاص على مجالي الترفيه والوظائف اليومية في استبيان SarQoL®، مما يشير إلى أن المرضى الذين يعانون من ضمور العضلات يجدون صعوبة أكبر في الاستمتاع بالحياة والمشاركة في الأنشطة التي تمنحهم السعادة والرضا.

الدلالات

تشير هذه الدراسة إلى أن تقييم وعلاج ضمور العضلات يجب أن يكون جزءًا أساسيًا من رعاية المرضى المسنين المصابين بالسرطان. التدخل المبكر من خلال التغذية المناسبة والتمارين الرياضية يمكن أن يساعد في الحفاظ على كتلة العضلات وقوتها، وبالتالي تحسين جودة الحياة لدى هؤلاء المرضى. التغذية المناسبة تعني تناول كمية كافية من البروتين والسعرات الحرارية، بالإضافة إلى الفيتامينات والمعادن الضرورية. التمارين الرياضية، وخاصة تمارين القوة، يمكن أن تساعد في بناء العضلات وتحسين القوة والقدرة على التحمل. من المهم أن يتم تصميم برنامج التمارين الرياضية بشكل فردي لكل مريض، مع مراعاة حالته الصحية وقدراته البدنية. بالإضافة إلى ذلك، يجب على الأطباء والمختصين في الرعاية الصحية توفير الدعم النفسي والاجتماعي للمرضى، ومساعدتهم على التعامل مع التحديات التي يواجهونها.

في الختام، تسلط هذه الدراسة الضوء على أهمية النظر إلى ما هو أبعد من مجرد علاج السرطان نفسه، والاهتمام بالصحة العامة للمرضى، بما في ذلك صحتهم العضلية. من خلال تقييم وعلاج ضمور العضلات، يمكننا مساعدة المرضى المسنين المصابين بالسرطان على العيش حياة أطول وأكثر صحة وسعادة.

Reference

Kamińska A. (2025). *The influence of sarcopenia on health-related quality of life among older patients with gastrointestinal cancer: an assessment using the SarQoL® questionnaire*. Aging Clinical and Experimental Research.

DOI: 10.1007/s40520-025-03260-9

ARABPSYCHOLOGY.COM