

دراسة: لعبة الشطرنج يمكن أن تقلل خطر الإصابة بمرض الخرف



وكالات - الإمارات 71
تاريخ الخبر: 2022-08-08

الخرف ليس جزءاً طبيعياً من الشيخوخة، ويؤثر المرض سلبيًا على وظائف المخ، مما يؤدي إلى ظهور أعراض مزعجة، حيث أظهرت دراسة بحثية كيف يمكن أن تقلل لعبة معينة من خطر الإصابة بالمرض.

ووجد الباحثون صلة بين لعب الشطرنج وتقليل احتمالية الإصابة بالخرف، ولاحظ الباحثون أن: "النشاط العقلي الفعال مثل الشطرنج ينتج ويقوي الوصلات المشبكية ويحفز عملية تكوين الخلايا العصبية.

وبالتالي، فإنه يعزز التغييرات البلاستيكية في الدماغ التي تبطل أعراض الخرف"، وذلك حسب ما ذكرته صحيفة إكسبريس البريطانية.

بشكل عام، شجعت الدراسة أولئك الذين هم في بداية الخرف على الانخراط في ألعاب الطاولة الاستراتيجية، مثل الشطرنج، لتقوية الوظيفة المعرفية وتحسين نوعية حياتهم.

وهناك أنواع مختلفة من الخرف - على سبيل المثال، مرض الزهايمر والخرف الوعائي - تؤثر أولاً على مناطق معينة من الدماغ، وفقاً لجمعية الزهايمر.

وغالبًا ما يصيب مرض الزهايمر الحُصين الموجود في الدماغ، وهذا يعني أنه من المرجح أن تظهر مشاكل الذاكرة لدى أولئك الذين يعانون من مرض الزهايمر.

على وجه التحديد، في هذا النوع من الخرف، يصعب تكوين ذكريات جديدة، لكن استعادة الذكريات القديمة تظل لياقة.

ومع تقدم مرض الزهايمر، تصبح قشرة الدماغ أرق مما يؤدي إلى فقدان الذكريات القديمة، وهذا بسبب تقلص حجم الدماغ.

وينتج الخرف الوعائي عن مجموعة من الأمراض المختلفة التي تصيب الدماغ بالدم، وتشمل الأعراض عادة مشاكل في التخطيط والتركيز والتفكير.

بالإضافة إلى ذلك، قد يعاني الأشخاص الذين يعانون من الخرف الوعائي من ضعف في أحد جانبي الجسم، بالإضافة إلى مشاكل في الرؤية والكلام.



UAE71NEWS