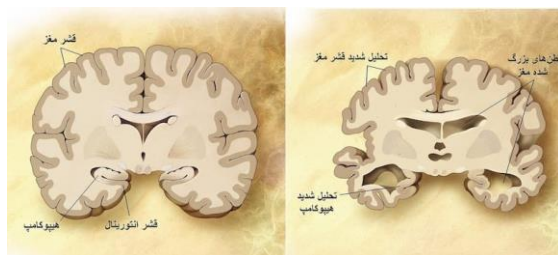


بیماری آلزایمر چیست؟

عوامل خطر شایع بیماری آلزایمر

علائم بیماری آلزایمر

- ❖ از دست دادن حافظه
- ❖ مشکل در کارهای روزمره
- ❖ مشکل در گفتار یا نوشتن
- ❖ ایجاد مشکل در مورد زمان ها یا مکان ها
- ❖ اختلال در قضاوت
- ❖ کاهش بهداشت شخصی
- ❖ تغییر خلق و خو و شخصیت
- ❖ کناره گیری از دوستان، خانواده و اجتماع



• سابقه خانوادگی: در صورت داشتن والدین یا خواهر و برادر مبتلا به آلزایمر، احتمال ابتلا به این بیماری افزایش می یابد. همچنین شیوه زندگی و عوامل محیطی نیز نقش عمده ای در این بیماری دارند.

• سن: یکی از بزرگترین عوامل خطر برای ایجاد این بیماری، بالا رفتن سن است. طبق گزارشات، افرادی که مبتلا به بیماری آلزایمر هستند، ۶۵ سال یا بیشتر دارند.

• آسیب به مغز: صدمه مغزی به جمجمه یا ضربه به سر می تواند خطر ابتلا به بیماری آلزایمر را ایجاد کند.

• ژنتیک: دانشمندان ادعا می کنند که شایع ترین ژنی که منجر به بیماری آلزایمر می شود، ژن APOE-ε4 است. این ژن در یک چهارم موارد آلزایمر نقش مهمی دارد.

بیماری آلزایمر یک بیماری پیشرونده از زوال عقل و شایع ترین نوع آن است. آلزایمر یک بیماری تخریب کننده عصبی است که حافظه و توانایی های شناختی را تضعیف می کند. همچنین در حل مشکلات و انجام همزمان چند وظیفه مشکل ایجاد می کند.

این بیماری معمولاً به آرامی شروع، اما با گذشت زمان بدتر می شود. یکی از شایع ترین علائم اولیه آلزایمر، مشکل در به خاطر سپردن رویدادهای اخیر است. بیمار مبتلا به آلزایمر، نام افراد، آدرس و موارد دیگر را فراموش می کند. هیچ درمان قطعی برای آلزایمر وجود ندارد، اما مداخلاتی وجود دارند که می توانند پیشرفت بیماری را کند کنند.

❖ داشتن زندگی اجتماعی فعال

آلزایمر یک بیماری پیچیده است که هنوز ناشناخته‌های زیادی در آن وجود دارد. آنچه مشخص است، این است که این وضعیت با گذشت زمان بدتر می‌شود. اما درمان می‌تواند به تاخیر انداختن علائم و بهبود کیفیت زندگی بیمار کمک کند.

اگر فکر می‌کنید شما یا یکی از عزیزانتان ممکن است مبتلا به آلزایمر باشید، اولین قدم این است که با پزشک صحبت کنید .

تشخیص به موقع و حمایت بعد از آن از افرادی که با دمانس زندگی می‌کنند موجب خواهد شد که این افراد با کیفیت خوب زندگی کنند و استقلال خود را برای مدت طولانی تر حفظ کنند .

شرم از ابراز بیماری و اطلاعات نادرست در مورد بیماری به معنی آن است که خیلی ها به علایم دمانس توجه نخواهند کرد و به دنبال گرفتن تشخیص نخواهند بود

انجمن جهانی آلزایمر به همراه انجمن دمانس و آلزایمر ایران تاکید می‌کنند که هر چه زودتر برای تغییر در نگرش نسبت به دمانس از طریق اطلاع رسانی و با به چالش کشیدن شرم از ابراز بیماری باید اقدام شود

پیشگیری از آلزایمر

- ❖ ترک سیگار
- ❖ ورزش منظم
- ❖ تمرینات آموزشی شناختی
- ❖ رژیم غذایی گیاهی
- ❖ مصرف آنتی اکسیدان‌ها



بیمارستان امام خمینی شهرستان سقز

واحد آموزش سلامت :ملاشیخی

SE H-ED-PA-043-01

1404