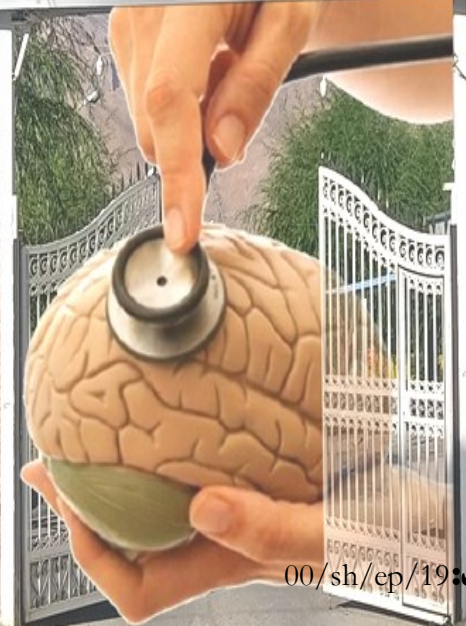


## آلزایمر

# بیمارستان روانپزشکی سینا



کد پمفلت: 00/sh/ep/19

واحد آموزش به بیمار

تاریخ گرد آوری ۱۴۰۲/۱۱/۲۹

یک بیماری پیش رونده است که نوعی از زوال عقلی است که ابتدا قابلیت زبان و کلام و رفته رفته تفکر ، استدلال و حافظه را از بین می برد به طوری که در آغاز بیماری شاید تنها در بکاربردن برخی از افعال یا اسم ها دچار مشکل می شود و به مرور زمان حتی قادر نیست تشخیص دهد که چه زمانی از روز است یا نام او چیست .

### علائم بیماری آلزایمر

- (۱) از دست دادن حافظه : یکی از شایع ترین علائم آلزایمر فراموش کردن چیزهایی است که اخیرا روی داده است . فراموش کردن قرار ملاقات ، نام یا شماره تلفن ، گم کردن وسایل و . . . .
- (۲) مشکل در انجام امور زندگی و کارهای روزانه مثل فراموش کردن شیوه طبخ صحیح غذا ، تعمیر لوازم و یا نحوه استفاده از وسایل خانه ، مدیریت امور در محل کار و . . . .
- (۳) سردرگمی زمانی و مکانی : افراد مبتلا به آلزایمر ممکن است در خیابان گم شوند و فراموش کنند که کجا هستند و یا چگونه به این نقطه رسیده اند و یا چگونه راه خانه را پیدا کنند اغلب تاریخ روز ، ماه و سال را فراموش می کنند .
- (۴) کاهش قوه قضاوت : ممکن است بدون در نظر گرفتن آب و هوا لباس بپوشند
- (۵) قرار دادن اشیاء در جای غلط : مثلا ممکن است کیف پول خود را در یخچال بگذارند .

(۶) تغییر در رفتار و خلق خو : مثلا ممکن است با کمترین فشار عصبی از حالت آرام به گریه و یا عصبانیت تغییر خلق دهند .

(۷) بی قراری یا بی تحرکی : افراد مبتلا به آلزایمرگاه بسیار غیرفعال هستند ممکن است ساعات طولانی به تماشای تلویزیون بنشینند یا بیش از حد طبیعی بخوابند و یا هیچ تمایلی برای فعالیت نداشته باشند یا به شدت بی قرار شوند ، در شب راه بروند .

### علل آلزایمر

بیماری آلزایمر به علت تغییراتی که در مغز بروز می کند اتفاق می افتد این تغییرات عبارتند از : پایین آمدن سطح انتقال دهنده های عصبی یا پیام رسان های شیمیایی که به مغز کمک می کنند تا درست کار کند .

### درمان آلزایمر

**درمان دارویی :** گرچه هنوز درمان قطعی برای درمان وجود ندارد اما با استفاده از داروها می توان سیر پیشرفت بیماری را کم کرد و از شدت اختلال حافظه و مشکلات رفتاری بیمار کاست .

داروهای مهار کننده کولین استراز جز درمان های اصلی می باشند .

## نحوه مراقبت از بیمار آلزایمر در منزل

- ۱) از تغییر محیط زندگی و جابجا کردن وسایل وی باید اجتناب کرد.
- ۲) ماساژ بیمار و معطر کردن محیط و موزیک آرام در برخی بیماران سبب کاهش بیقراری می شود.
- ۳) تمام اعضای خانواده باید ماهیت بیماری را بشناسند و با شرایط پیش روند بیمار خود را تطبیق دهند.
- ۴) در منزل قوانین رفتاری و برنامه ریزی روزانه ثابتی داشته باشید مثلاً ساعت غذا خوردن ، حمام کردن و خوابیدن را به طور ثابت در یک زمان مشخص تنظیم کنید .
- ۵) روابط اجتماعی و تفریحات خانوادگی را حفظ کنید و بیمار حتما در آن شرکت کند .
- ۶) محیط خانه را ایمن کنید چون رفتار بیمار آلزایمر غیرقابل پیش بینی است و با پیشرفت بیماری بعضی از وسایل خانه مانند اجاق گاز ، جاروبرقی و . . حتی حمام کردن می تواند خطر آفرین باشد .
- ۷) هیچ دارویی را در دسترس بیمار قرار ندهید .

- ۸) اجازه دهید بیمار خودش کارهایش را انجام دهد فرد بیمار در انجام بسیاری از کارها مانند تنظیم مخارج به کمک احتیاج دارد این نکته بسیار مهم است که همه ی این کارها را با همراهی خود فرد انجام دهید . نه اینکه به جای او کارهایش را به عهده بگیرید.
- ۹) پرخاشگری و هیجان بیمار را با مشورت پزشک و دارو کنترل کنید .
- ۱۰) در جهت فراهم کردن آسایش بیمار صبور باشید چون بیماری پیش رونده است و به مرور زمان علائم بیشتر و شدیدتر خود را نشان می دهد .
- ۱۱) مهربان باشید ممکن است بیمار نام شما را به خاطر نیاورد ولی هنوز هم قادر است زبان بدن و رفتار شما را درک کند . رویکرد مثبت شما به بیمار اعتماد به نفس و شادی می بخشد .
- ۱۲) یادآوری خاطرات گذشته به کمک خاطره گویی ، دیدن آلبوم عکس ها . انجام برخی کارها مانند شعر خوانی ، قصه گویی و . . . کمک کننده است.
- ۱۳) کدگذاری وسایل و لوازم مورد نیاز بیمار جهت بهبود در یادآوری

۱۴) قرار دادن یک علامت هشدار دهنده مانند ساعت زنگ دار جهت یادآوری مصرف قرص

۱۵) عدم تغییر و جا به جایی دکور و اشیاء منزل به طور مکرر و کوتاه مدت .

۱۶) مبتلایان به آلزایمر ممکن است در ابتدا از پس حل و مدیریت کردن مسائل مالی و قانونی خود بر بیایند اما با پیشرفت بیماری نیاز دارد تا یک نفر کارهای آنها را انجام دهد نتیجه تا زمانی که بیمار توانایی تفکر و تصمیم گیری را دارد یک نفر از اقوام مورد اعتماد خود را به عنوان قیم معرفی کند و در صورتی که شرایط بیماری ایشان شدید شده است خانواده باید سریعاً جهت انتخاب قیم و پیگیری مسائل قانونی ایشان اقدام نمایند .

### بیمارستان روانپزشکی سینا جوققان

تلفن همراه : ۰۹۱۳۴۸۱۴۰۸۵

تلفن ثابت : ۰۳۸۳۳۲۶۳۳۳۱

تلفن ثابت : ۰۳۸۳۳۲۶۱۶۰۴

تلفن ثابت : ۰۳۸۳۳۲۶۱۶۰۲

زمستان ۱۴۰۲