

آلزایمر چیست؟

بیماری آلزایمر یا بیماری فراموشی رایج ترین شکل زوال عقل و نوعی اختلال در عملکرد مغز است که موجب می شود به تدریج توانایی های ذهنی بیمار تحلیل پیدا کند. این بیماری در نتیجه زوال عقل رخ می دهد که خود منجر به اختلال در حافظه می شود. در ابتدای این اختلال، وقایع و اطلاعات اخیر حافظه دچار مشکل می شود ولی کم کم خاطرات قدیمی را هم دربرمی گیرد. فرد مبتلا به آلزایمر پاسخ سوالی را که چند لحظه قبل پرسیده است فراموش می کند و مجدداً همان سوال را می پرسد. بیمار مسیر بازگشت به خانه را گم می کند و به یاد نمی آورد وسایل خود را کجا گذاشته است. یکی از مشکلاتی که زوال عقل در ادامه به وجود می آورد، توهم و هذیان است. به طور مثال فرد تصور می کند همسر یا پرستارش قصد آسیب رساندن به او را دارند. در صورت پیشرفت این بیماری توانایی کنترل ادرار و مدفوع از دست خارج می شود. ممکن است در تکلم هم دچار مشکل در نتیجه کم حرف و گوشه گیر شود. به تدریج بیمار توانایی حرکتی خود را از دست می دهد و زمین می خورد.

علائم و نشانه های بیماری آلزایمر

- مختل شدن زندگی روزمره در نتیجه از دست دادن حافظه
- مواجه شدن با چالش هایی در برنامه ریزی و حل مشکلات
- دشواری در انجام کارهای عادی
- اختلالات زبان گفتاری و نوشتاری
- سردرگمی مکانی و زمانی
- مشکلات ادراک دیداری و ارتباطات فضایی
- ضعف یا کاهش قضاوت
- کناره گیری از فعالیت های کاری و اجتماعی
- تغییرات در حالات، رفتار و شخصیت
- گم کردن اشیاء و فراموشی

بیماری آلزایمر در سالمندان

یکی از عوارض شایعی که امروزه در سالمندان با آن رو به رو هستیم بیماری آلزایمر است. متخصصان معتقد هستند تحلیل رفتن سلول های مغز مهم ترین علت بیماری آلزایمر است که از سن ۶۵ سالگی احتمال بروز آن افزایش می یابد. سالمندان ابتدا حافظه کوتاه مدت و سپس حافظه بلندمدتش را از دست می دهد. اگر سه مورد از نشانه ها و علائم این بیماری را در سالمندان مشاهده کردید سریعاً او را نزد پزشک ببرید. در ادامه پیشرفت این بیماری، فرد مبتلا حواس پنجگانه خود را نمی تواند کنترل کند. آنها به مراقبت های شدید احتیاج پیدا می کنند.

دارو و درمان آلزایمر

برای بیماری آلزایمر درمان قطعی وجود ندارد اما برخی از داروها اثر پیشگیرانه دارد و موجب کاهش علائم و پیشرفت این بیماری می‌شود. داروی دونپیزیل در مراحل متوسط و شدید بیماری آلزایمر تجویز می‌شود. این دارو تنها علائم درک و شناخت، حافظه، قدرت صحبت و فعالیت ذهنی بیمار را بهبود می‌بخشد. البته این دارو عوارض زیادی مثل عصبی شدن، سرگیجه، تکرر ادرار، بی‌اشتهایی، درد قفسه سینه، تشنج، کاهش وزن و تاری دید را به دنبال خواهد داشت. داروی گالانتامین عملکرد سلول‌های عصبی در مغز را بهبود می‌بخشد. در مراحل خفیف تا متوسط بیماری آلزایمر تجویز می‌شود. این دارو به شکل قرص، کپسول و یا محلول خوراکی در دسترس است. داروهای رییواستیگمین، نامزاریک، آدوکانوماب و سولانزوماب جهت درمان بیماران آلزایمری تجویز می‌شود

عوامل دخیل در بیماری آلزایمر

- سن بالا
- سابقه خانوادگی
- جنس مونث بودن
- سندرم داون بودن
- افسردگی
- کم تحرکی
- کم خوابی
- مصرف زیاد نمک
- اضطراب
- دخانیات

پیشگیری از آلزایمر

- ورزش و انجام حرکات جسمانی
- رژیم غذایی سرشار از آنتی‌اکسیدان و خوراکی‌های ضدالتهابی
- معاشرت با دیگران
- ورزش مغز
- نوشیدن مایعات به اندازه کافی
- خوردن غذای سالم و مفید

بیمارستان امام حسن مجتبی(ع) داراب

واحد آموزش سلامت