

بیماری آلزایمر چیست؟

بیماری آلزایمر شایع ترین نوع دمانس، با شروعی تدریجی و پیشرفتی مداوم است که به تدریج حافظه و تواناییهای ذهنی دیگر مانند تفکر، تکلم، ادراک، استدلال و قضاوت فرد را تحت تأثیر قرار می دهد و در انجام وظایف روزانه زندگی با مشکل مواجه می شود.

دمانس چیست؟

در دمانس با نوعی اختلال کلی اکتسابی در شناخت مواجه هستیم که پیش رونده و برگشت ناپذیر است. معمولاً افت حافظه نشانه ای است که سبب مراجعه فرد به پزشک می شود و علاوه بر آن نقصانی در چندین قلمرو شناختی مانند قدرت تفکر، تکلم، قضاوت، استدلال و ادراک دیده می شود.

آسیب شناسی بیماری آلزایمر

بین سلول های مغزی این بیماران رسوبات پروتئینی به نام پلاک های آمیلوئید ایجاد می گردد. این پلاک ها نه تنها مانع از ارتباط بین سلول های عصبی می شود، بلکه باعث تخریب سلول های اطراف خود نیز می شود. کاهش سطح بعضی از موادمییمیایی که پیام ها را بین سلول های عصبی منتقل می کند نیز باعث از بین رفتن ارتباط بین سلول ها می گردد. تمام این موارد باعث کوچک شدن و آتروفی مغز می شود. تشخیص این بیماری توسط پزشک و با بررسی تاریخچه سلامت بیمار و انجام برخی معاینات جسمانی - روانی و آزمایشهایی چون، سیتی اسکن، ام آر آی مغز، نوارمغزی، آزمایش مایع نخاع و یا آزمونهای روانشناسی انجام می پذیرد.



اثرات بیماری آلزایمر

معمولاً روند آسیب مغز در این بیماری از حافظه کوتاه مدت شروع می شود و سپس با درگیر شدن قسمتهای مختلف مغز، طیف وسیعی از علائم متفاوت ایجاد می شود که می توان آنها را در سه گروه کلی طبقه بندی نمود:

اختلالات شناختی:

ضعف در حافظه و فراموش نمودن مطالب ، اختلال در زبان (بیان و یا درک کلمات) ، اختلال در تفکر(بروز هذیان، آسیب در تفکر انتزاعی و...)، ناتوانی در قضاوت و استدلال ، اختلال در جهت یابی و وقوف به زمان و مکان ، اختلال در تصمیم گیری و حل مسئله ، اختلال در یادگیری مطالب جدید، کاهش توجه و تمرکز، اختلال خواندن، نوشتن و محاسبه

اختلالات خلقی / روانی:

آشفته گی و بی ثباتی خلق و تحریک پذیری ، ترس و اضطراب، افسردگی و یا دلمردگی ، از دست دادن لذتها و علائق گذشته، ضعف تدریجی عواطف ، شکاکی، سوءظن، بدبینی و بی اعتمادی ، بی خوابی و آشفته گی خواب ، خندیدن و گریستن یکباره و بی دلیل

اختلالات رفتاری:

رفتار آشفته و غیر قابل پیش بینی ، بی قراری و پرسه زدن بی هدف و یا بی حرکت یکجا نشستن ، سرگردانی و خارج شدن از منزل و گم شدن، پرخاشگری و رفتار تهاجمی، لجبازی و مخالفت ورزی ، وابستگی شدید به مراقب (او چون سایه شما می گردد) ، غروب زدگی (افزایش بیقراری در هنگام غروب)، بروز رفتارهای وسواس گونه، تکرار یک رفتار یا بیان یک عبارت به صورت مکرر، برداشتن وسایل دیگران، اختلال در رفتارهای جنسی، تغییر تدریجی شخصیت بیمار، مخفی و انبار نمودن وسایل یا خوراکی ها ، کاهش تعادل فیزیکی و مهارت های حرکتی و هماهنگی میان آنها در راه رفتن، غذا خوردن، لباس پوشیدن ، استحمام ، بروز رفتارهای بازداری نشده و ناپسند.

هشدار باشیم آلزایمر را می توان به تأخیر انداخت!

علائم هشدار دهنده آلزایمر با افزایش سن تغییراتی در حافظه ایجاد می شود که طبیعی است. اما نشانه های چیزی بیش از فراموشی های موقتی و ساده می باشند. افرادی که به آلزایمر دچار می شوند، مشکلاتی را در برقراری ارتباط، یادگیری، تفکر و استدلال تجربه می کنند. این مشکلات بر وضعیت شغلی، فعالیت های اجتماعی و زندگی خانوادگی فرد تأثیر می گذارد. فهرستی از علائم معمول بیماری تهیه شده است تا به شما کمک نماید تغییراتی را که در اثر بالا رفتن سن در حافظه ایجاد می شود از علائم بیماری آلزایمر افتراق دهید. بین تغییرات معمول حافظه و علائم بیماری مرز مشخص و واضحی وجود ندارد. اگر فردی دچار تغییراتی در عملکرد و حافظه خود شد بهتر است به پزشک مراجعه نماید.

علائم هشدار دهنده:

۱- اختلال حافظه

در حدی که در انجام فعالیت های روزانه، مشکل ایجاد نماید. افراد معمولی ممکن است یک قرار ملاقات، اسم همکار و یا شماره تلفن دوستی را فراموش کنند و سپس بخاطر آورند. اما فرد مبتلا به بیماری آلزایمر اغلب مسائل (بویژه مسائلی که اخیراً اتفاق افتاده) را فراموش می نماید و هرگز هم بخاطر نمی آورد.

۲- مشکلات در انجام کارهای عادی

فرد پر مشغله ممکن است گهگاهی حواسش پرت شود. مثلاً هویچی را که برای استفاده در کنار غذای اصلی پخته است، بر روی اجاق گاز جاگذارد، تا پایان غذا هم بخاطر نیابد. اما فرد مبتلا بتدریج توانائی پخت غذا (به شیوه سابق) را ازدست میدهد و گاهی نیز فراموش میکند که غذا خورده است.

۳- ضعف بیان

برای همه افراد پیش می آید که در پیدا کردن لغات مناسب دچار مشکل شوند. ولی فرد مبتلا گاهی کلمات ساده را از یاد برده و لغات نامناسب جایگزین میکند. در نتیجه جملات او نامفهوم می شوند.



شرکت زغالسنگ پروده طبس

آلزایمر



تهیه کننده:

واحد بهداشت حرفه ای

۱- از دست دادن انگیزه

بطور طبیعی افراد گاهی از کار منزل، فعالیتهای شغلی و یا وظایف اجتماعی خسته می شوند. ولی در نهایت و پس از کمی استراحت دوباره انگیزه های خود را باز می یابند. اما فرد مبتلا ممکن است نسبت به وقایع و رویدادهای محیط زندگی و خانواده اش کاملاً بی تفاوت بنظر آید.

سایر علائم رفتاری هشدار دهنده:

- عدم توجه به طرز لباس پوشیدن و نظافت شخصی
- عدم توجه بیمار به نتیجه کار خود
- مشکوک شدن بی دلیل نسبت به اطرافیان
- عصبانی شدن و پرخاشگری ناگهانی و بی دلیل که قبلاً سابقه نداشته است.
- ناگهان و بدون دلیل گوشه گیری و کناره جویی کردن
- کاهش رفت و آمد و مصاحبت با دوستان
- تمایل بیشتر برای صحبت راجع به گذشته های دور به جای وقایع اخیر
- تغییر در الگوی خواب مانند دیر بیدار شدن هنگام صبح یا خوابیدن وسط روز
- افزایش تعداد حوادث در منزل و محل کار



۴- گم کردن زمان و مکان

بطور طبیعی گاهی اوقات ممکن است افراد مواردی را از یاد ببرند. مثلاً روزهای هفته، تاریخ روز و یا مقصدشان را فراموش کنند ولی دوباره با تمرکز بیاد بیاورند. فرد مبتلا به بیماری آلزایمر ممکن است در خیابان راه خود را گم کند. نداند که چگونه به آنجا رفته است و یا نتواند از آنجا راه خانه خود را دوباره پیدا نماید.

۵- ضعف یا کاهش قضاوت

ممکن است فرد مبتلا به بیماری عفونی مراجعه به پزشک را به تعویق بیندازند ولی بالاخره اینکار را انجام میدهد. اما فرد مبتلا نه مشکلاتش را درک می کند و نه مراجعه به پزشک را ضروری می داند. همچنین اختلال در تصمیم گیریهای ساده (مانند پوشیدن لباس های زمستانی در گرمای تابستان) از دیگر علائم هشداردهنده است.

۶- مشکلات در تفکر ذهنی

گاه و بی گاه ممکن است افراد رسیدگی به حساب های مالیشان را مشکل بدانند. اما فرد مبتلا به به تدریج ارقام را فراموش می کند و نمی داند با آنها چکار کند.

۷- جابجا گذاشتن اجسام

هر کسی ممکن است که موقتاً کلید یا کیف پولش را سر جایش نگذارد. ولی فرد مبتلا به ممکن است اجسام را در جاهای نامربوط بگذارد. مثلاً گذاشتن اتو در فریزر و یا ساعت مچی در قندان.

۸- تغییرات در حالات و رفتار

همه ممکن است گهگاهی غمگین و یا بد خلق باشند. اما در فرد مبتلا خلق بیمار میتواند سریعاً تغییر کند. حتی وی بی هیچ دلیل، آرامشش به اشک و خشم تبدیل شود.

۹- تغییرات در شخصیت

تغییر شخصیت در فرد مبتلا به می تواند شدید می باشد. این تغییرات شامل سر در گمی، ترس و بدبینی، منزوی شدن، بی تفاوتی و یا بروز رفتارهای نامناسب است.