

تشخیص دمانس و بیماری آلزایمر و راهکارهای بعد از آن



انجمن دمانس و آلزایمر ایران
خیریه امام علی (ع)



Alzheimer's Disease
International

اگر در جستجوی اطلاعات بیشتر در رابطه با بیماری آلزایمر هستید با کارشناسان ما در انجمن دمانس و آلزایمر ایران تماس بگیرید.

iranalzheimersassociation @ ۴۴۶۴۵۵۱۰ - ۴۴۶۳۶۴۱۰

@iranalz ۴۴۶۵۱۱۲۲

شماره حساب مهر گستر بانک کشاورزی: ۰۵۱۰

شماره کارت بانک کشاورزی: ۳۰۶ - ۰۰۰۲ - ۷۰۷۰ - ۶۰۳۷

تهران، شهرک اکباتان، فاز ۱، میدان بسیج، ابتدای خروجی ستاری شمال،
روبروی شهرداری ناحیه ۶

Email: alzheimers.iran@yahoo.com

www.iranalz.ir

جبران حافظه از دست رفته

در مراحل اولیه با اتخاذ راهکارهایی می توان به فرد مبتلا کمک کرد تا حافظه از دست رفته را تا حدودی جبران کند.

| طرح موضوع | راه حل و پیشنهادات |
|------------------------------------|--|
| چگونه می توان زمان را یادآوری کرد؟ | فرد مبتلا را تشویق کنید تا روزها را روی تقویم خط بزند / از او بخواهید روز هفته و ساعت پخش برنامه دلخواه و کانال آن را با یادداشت در تقویم ثبت کند. |
| خوردن دارو را کنترل کنید | از جعبه های مخصوص برای داروهای مصرفی استفاده کنید و زمان مصرف آن را مرتب یادآور شوید. |
| به خاطر داشتن شماره تلفن های ضروری | شماره تلفن های ضروری را با خط درشت و نصب آن در کنار تلفن به فرد مبتلا یادآوری نمایید. آدرس محل سکونت و شماره تلفن را در جیب یا کیف او قرار دهید. |
| پیدا کردن لوازم | با چسباندن برچسب های نوشتاری یا نقاشی بر روی کمد ها و کشوها (مثلا جوراب، حوله و یا ابزار) به او کمک کنید. |
| یادآوری وقایع مهم | با درخواست از دوستان و یا اقوام جهت یادآوری زمان صرف غذا، رفتن به ملاقات شخصی و یا خوردن دارو به فرد مبتلا کمک کنید. |
| به خاطر سپردن افراد | از افرادی که مرتب به ملاقاتش می روند عکس بگیرید و اسامی افراد و نسبتشان را به فرد مبتلا در پشت عکسها ذکر کنید. با نگاه کردن مکرر به آلبوم نقش افراد در زندگی گذشته را به یادش آورید اما بیماری و ناتوانی ها را مطرح نکنید. |



چرا باید از تشخیص بیماری مطلع شد؟

آلزایمر بیماری پیشرونده و تحلیل برنده مغز است که علائم آن شامل از دست رفتن حافظه، قضاوت، اشکال در استدلال، دشواری در انجام وظایف روزانه، تغییر در برقراری ارتباط، خلق و خو و رفتار می باشد. علائم بیماری آلزایمر می تواند شبیه علائم دیگر بیماری ها مانند افسردگی، تیروئید، بیماری قلبی، عفونت ها، تداخلات دارویی یا سوء مصرف الکل باشد.

شناختن ریشه های علائم به افراد کمک خواهد کرد که:

- منشاء علائم را بشناسند.
- مراقبت مناسب، درمان و پشتیبانی لازم را دریافت کنند.
- برای آینده برنامه ریزی نمایند.

هر چه سریعتر درمان را شروع کنید، نتیجه بهتری در پی دارد، همچنین امکان استفاده از روش های درمانی جدید نیز فراهم خواهد شد.

روشهای تشخیص بیماری آلزایمر

تشخیص طبی از طریق سنجش و ارزیابی دقیق و حذف دلایل احتمالی دیگر، انجام می گیرد. تشخیص صحیح توسط افراد متخصص شامل روانشناس، متخصص مغز و اعصاب، روانپزشک انجام میشود. این افراد با بررسی تاریخچه سلامت بیمار و انجام برخی معاینات جسمانی و بررسی های روانی و آزمایش هایی چون، سی تی اسکن، ام آر آی مغز، نوارمغزی، آزمایش مایع نخاع و یا آزمون های روانی، بیماری را تشخیص میدهند.

آمادگی برای سنجش

هنگام ملاقات با پزشک داشتن اطلاعات لازم می تواند مفید باشد. برای این منظور اطلاعات را می توان از قبل یادداشت کرد.

سوالاتی که از شما پرسیده خواهد شد:

- متوجه چه علائمی شده اید؟
- از چه زمانی این علائم ظاهر شد؟
- این علائم طی زمان چه تغییراتی کرده اند؟

مشکلات دیگر فرد کدامند؟

• در حال حاضر چه داروهایی مصرف می شود؟ (با نسخه و بدون نسخه)

• آیا سابقه بیماری آلزایمر، اختلال حافظه در دوران سالمندی، سکته مغزی و یا مشکلات اعصاب و روان در خانواده وجود داشته است؟

سوالاتی که ممکن است شما مایل باشید مطرح

نمائید:

- چه آزمایش هایی انجام می شوند؟
- چه مدت طول می کشد که نتیجه مشخص گردد؟

وظایف خانواده(اوایل بیماری)

در بعضی مواقع، در اوایل بیماری فرد مبتلا خود به پزشک مراجعه می کند. اما در صورتی که فرد مایل به ملاقات با پزشک نباشد، افراد خانواده باید پزشک را از مشکلات فرد مطلع سازند.

نکاتی برای کمک به فرد مبتلا

- برای فرد از پزشک وقت بگیرید.
- روز ملاقات با پزشک فرد را همراهی کنید.
- کمک کنید تا با پیش زمینه ذهنی لازم برای جلسه اول آماده شود.
- متوجه باشید که این زمان، اوقات ناخوشایندی برای فرد مبتلا است و باید از نظر روانی او را حمایت نمایید.
- صبور باشید، ممکن است خیلی طول بکشد تا تشخیص طبی داده شود.

درمان بیماری

به موازات پیشرفت های علم پزشکی و تحقیقات جدید خصوصا در سال های اخیر چشم اندازهای تازه ای از امید به وجود آمده است. اما در حال حاضر فرآیند درمان بیشتر به معنای جلوگیری از پیشرفت بیماری و کنترل علائم و اختلالات روانی و رفتاری ناشی از آن می باشد.

مراجعه به پزشک متخصص مغز و اعصاب (نورولوژیست) جهت دریافت درمان دارویی و روانپزشک (اعصاب و روان) جهت کنترل اختلالات رفتاری توصیه می گردد. به علاوه می توان در کنار درمان دارویی از درمان های تکمیلی و روش های غیردارویی همچون روان درمانی، گفتاردرمانی، کاردرمانی، هنر درمانی (به ویژه موسیقی و نقاشی)، استفاده نمود.

برنامه ریزی برای آینده

میزان پیشرفت بیماری آلزایمر را نمی توان به هیچ وجه از قبل پیش بینی کرد. بنابراین بهتر است هرچه زودتر بعد از تشخیص بیماری، زمانی که هنوز فرد مبتلا قادر به تصمیم گیری است، برای آینده برنامه ریزی نموده و تصمیماتی در این زمینه گرفته شود.

فهرست زیر شامل سوال های اساسی است که جهت برنامه ریزی برای آینده ضروری می باشد:

| مشکلات | سوالات |
|------------------------|---|
| مراقبت | چه کسی مراقبت کننده اصلی خواهد بود؟ وظایف بقیه افراد خانواده چیست؟ |
| محل سکونت | فرد مبتلا در حال حاضر کجا زندگی می کند؟ اگر به تنهایی زندگی می کند، آیا محل سکونت او امن است؟ و آیا باید برای محل سکونت او در آینده برنامه ریزی کرد؟ |
| مالی / حقوقی | چه کسی به جای فرد مبتلا برای مسائل مالی او تصمیم می گیرد؟ آیا بیمار وصیت نامه دارد؟ |
| مراقبت از وضعیت سلامتی | چه کسی برای وضعیت سلامتی فرد مبتلا و برنامه های درمانی او تصمیم گیری می کند؟ |
| اورژانس | چنانچه مراقبت کننده اصلی نتواند به هنگام بروز وضعیت اورژانس حضور داشته باشد، آیا برای چنین وضعیتی پیش بینی های لازم شده است؟ آیا خانواده و همسایه ها از چنین برنامه ای اطلاع دارند؟ |